

让孩子远离脊柱侧弯

早诊断 早发现 早治疗

YMG全媒体记者 刘晋
通讯员 李成修 王婧 姜宗延
摄影报道

近日,一条名为“当代年轻人已经不需要按摩,需要正骨”的视频登上热搜。烟台毓璜顶医院脊柱外科主任吕宏琳表示,脊柱是人体的重要支撑结构,被称为“第二生命线”,直接影响神经、呼吸等多个身体系统。“根据中华预防医学会脊柱疾病预防与控制委员会前期流调数据,预计目前我国中小学生发生脊柱侧弯人数已超过



500万,并以每年30万左右的速度递增。当前青少年群体中,脊柱侧弯发病率已跃居近视、肥胖之后的第三位。多数家长往往在出现明显体态异常时才察觉,容易错过黄金矫正期。因此早期筛查和及时干预对维护青少年脊柱健康具有关键作用。”

吕宏琳告诉记者:“脊柱侧弯是以脊柱的某一段持久地偏离身体中线,使脊柱向侧方凸出弧形或‘S’形为主要表现的疾病,是危害我国青少年儿童的常见病、多发病。人们口中常说的‘小驼背’或‘小罗锅’,很多都是脊柱侧弯,是少年儿童和婴幼儿群体中的一种常见病症,轻则会导致高低肩、影响生长发育,使身体变形,令患儿自卑;重则会压迫影响神经、内脏功能。”

吕宏琳介绍:“按照很多家长的认知,脊柱侧弯就是‘孩子平时站坐姿势不太正’导致的,实际上从病因上来说,姿态不良和脊柱侧弯的关系并不是特别大,建议家长遇到这种情况要及时带孩子到正规医院做诊断。”

据了解,临幊上是否属于脊柱侧弯患者是有明确诊断标准的——通常脊柱正侧



位的X光片侧弯角度(Cobb角)大于等于10度才可以被诊断为该疾病,超过40-50度才有可能需要手术治疗。关于如何尽早诊断出该疾病,吕宏琳建议,如果疾病是先天性的,理论上可以依靠产前诊断,但实际上,该疾病大多数的早期诊断,还是在孩子出生以后或是正常活动、行走以后,依靠家长的细致观察发现的。

“医生虽然面对的大都是儿童患者,但儿童在年龄的跨度上非常大。”吕宏琳说,“青春期的孩子和两三岁的幼儿,无论是在生理特点还是体型、

心理、配合程度上都会有着显著差别。同样的疾病,儿童与成人的发病原因也不尽相同。所以在治疗手段上主要分为手术治疗和非手术治疗。对于年龄小的孩子,一般会采取石膏矫正或支具治疗,用以控制侧弯或延迟首次手术的时间;而年龄稍大的儿童则可以考虑采取牵引、运动等方式乃至手术治疗。”

吕宏琳建议,绝大多数脊柱侧弯都可以通过科学的手术或非手术措施治愈,对孩子未来的工作、学习和生活没有任何影响,而解决问题的关键是早诊断、早发现、早治疗。

烟台成功实施首例“无声救援”

接到求救4分钟,救护车抵达现场

YMG全媒体记者 张萍 通讯员 吴明顺 张晴 摄影报道

4月26日凌晨0:58,烟台市120急救指挥中心调度台屏幕突然弹出听障人士求助的红色警示框,同时伴随滴滴的急促提示声。这一刻,烟台首例“无声救援”就此展开。调度员与听障人士快速通过文字沟通,最终高效率地完成了急救处理。

文字架起急救桥梁,开启生命对话

“请问您需要救护车吗?”调度员秦萍萍在对话框中快速输入文字。“你过来!对!”求助人回复简短急切。“病人在哪个县市区?招远还是龙口?”“招远……”对话框里文字快速跳动,秦萍萍通过文字与求助

人迅速沟通,及时锁定求助人具体位置和主要病情,第一时间向距离呼救地点最近的招远市中医医院发出指令,调度系统同步将对话记录推送给医生:患者是一名摔倒的听障人士,疑似发生骨折。

科技赋能,让特殊群体“求救有门”

此次成功救援事件,是烟台市120急救指挥中心开通“听障人士呼救平台”并成功嵌入“烟台急救”微信小程序以来的首例呼救。据不完全统计,烟台市现有听障人士1.3万人,传统电话求助对他们而言曾是

难以逾越的鸿沟。烟台市120急救指挥中心聚焦解决群众急难愁盼问题、改善群众就医感受,研发上线“烟台急救”听障人士呼救平台,实现“一键呼救”,用“无声守护”铸就特殊人群的

24小时守护,每天拨测背后的温度

为确保平台绝对可靠,烟台120建立了一套严格的运维机制:盲测演练。每班组每人每天模拟听障人士呼救,熟悉界面操作,检验系统平台,秒级响应。设置专属调度座席,呼救后10秒内必响应。正是

这种极致追求,让这次深夜无声救援成为可能。当救护车警灯照亮招远街头时,患者家属在手机上打出“谢谢”二字,这或许是对“生命热线”最珍贵的褒奖。

下一步,烟台市120急救

仅仅4分钟,救护车便迅速抵达现场,急救人员发现患者已出现呼吸困难的症状,于是立即实施包扎固定、吸氧等急救措施,并迅速将其转送医院。救援过程顺利,目前,患者已脱离生命危险。

“生命救援通道”。同时还与残联等部门加强联系,通过多种传播渠道,扩大社会知晓面。

据悉,该平台采用“智能定位+人工确认”模式,在自动抓取求助人位置的同时,调

度员通过文字交互确认详情,派车信息以短信方式同步推送至听障人士手机,实现“呼救-受理-救治”全流程无障碍衔接。所有对话记录实时存档,确保急救全程可追溯。

指挥中心将坚持创新与科技赋能双轮驱动,在发挥好听障平台作用的同时,进一步加强“5G+鲁云急救”智慧急救体系建设,以数智赋能持续提升院前医疗急救服务效能,更好保障人民群众的生命健康安全。

了解听障平台使用方法,可点击以下链接:无声有爱,为生命护航!烟台市120急救指挥中心“听障人士呼救平台”正式上线 https://emss.yantai.gov.cn/art/2024/4/7/art_4298_2898679.html

忌口不是什么都不吃

出现上火、嗓子疼等不适,人们通常会自觉少吃辛辣食物;生病就医,医生也会说少吃辛辣食物;服用有些药物也有“忌食辛辣”的提醒。但忌口是相对的,没有绝对不能吃的食品,只有适合与不适合。科学的忌口应根据自身状况灵活运用,不要盲目忌口,将忌口变成不吃,导致营养不良,危害健康。

中国中医科学院望京医院肿瘤科副主任医师王芳表示,要因时忌口,即根据人体对外界气候的反应,适时调整饮食。春季,宜多吃蔬菜和豆类,不宜吃油腻辛辣,以免上火。夏季,饮食应以清淡为主,避免油腻,不要贪食生冷瓜果。秋季,宜多吃梨、芝麻、蜂蜜、甘蔗及乳制品等柔润食物,少食辛辣。冬季,可多吃羊肉等温热性食物,勿食冷食。据人民网

换季咳嗽 不宜盲目使用止咳药

每到换季的时候,气温忽高忽低。很多人会出现咳嗽不止的情况,更令人烦恼的是,有时咳嗽持续一个月仍不见好转。

咳嗽是一种保护性反射,可帮助清除呼吸道中的异物和分泌物。过度抑制咳嗽,可能导致病原体清除困难,不利于炎症控制。因此,不建议盲目使用止咳药。

痰液黏稠、不易咳出的患者,应优先使用祛痰药,促进痰液排出,避免痰液滞留引发感染。当严重干咳影响生活时,患者可在医生的建议下适量使用止咳药。慢性咳嗽(持续超过8周)患者应及时就医,查明病因并进行针对性治疗。

6岁以下儿童更不要随意使用止咳药,因为他们的呼吸系统发育尚未完全,止咳药可能掩盖病情或引起副作用。物理治疗如温水吸入、蜂蜜润喉等,通常是比较安全的选择。若效果不理想,建议在医生的指导下使用适合儿童的祛痰药,如盐酸氨溴索、氨溴特罗等。据健康中国

女性多吃点肉, 可降低贫血的发病风险

铁是人体必需的微量元素之一,参与体内氧的运送和组织吸收过程,维持正常的造血功能。饮食中缺铁会增加患缺铁性贫血的风险,同时也会让人变得冷漠呆板、头晕、疲劳乏力、皮肤苍白,影响正常的生活和工作。

肉类是含有血红素铁较为丰富的食物,在补铁方面吸收率较高,有证据表明,增加畜肉的摄入可降低贫血的发病风险。

根据《中国居民膳食营养素参考摄入量2023版》中的建议,男性和女性铁的推荐摄入量分别是12mg/天、18mg/天,可见女性比男性需要更多的铁。一个重要原因是成年女性月经期间失血量较多,因此需要更多铁储备;孕期和哺乳期女性铁的需求量会进一步增加;50岁以后绝经的女性,铁需求量就会下降到10mg/天。

据人民日报