

10岁女孩“下腰”练成高位截瘫

“下腰瘫”孩子数量逐年上升，艺体培训暗藏健康风险

当前，面向孩子的艺术、体育类培训正形成热潮。舞蹈训练中，本是具有一定难度和风险的“下腰”动作，被部分机构作为基础动作进行训练，由此导致部分儿童受伤甚至瘫痪。

我国一所三级甲等医院“国家临床重点专科”的医学团队近年来的研究发现，舞蹈下腰训练已经成为导致我国儿童脊髓损伤的一大诱因。据不完全统计，2005年以来，我国因下腰导致瘫痪的孩子超千人；近年来，“下腰瘫”孩子数量总体呈现逐年上升趋势。

儿童脊髓损伤的第一大原因

2022年，武汉女孩茵茵在一次舞蹈训练做下腰动作时，摔倒在地，脊髓受伤。尽管送医及时，且医院全力救治，8岁的茵茵仍然不得不开始戴着腰腹护具上学的生活。

10岁的武汉女孩清清，同样因在舞蹈训练中做下腰动作受伤导致高位截瘫。受伤后，清清大小便失禁，泌尿系统感染等各种并发症不断，后来又发生小腿自发性骨折和严重脊柱侧弯等问题。

清清和茵茵都曾经是华中科技大学同济医学院附属协和医院骨科郭晓东教授治疗过的病人。郭晓东向记者介绍，“下腰瘫”的孩子会发生脊柱侧弯、严重骨质疏松、反复泌尿系统感染、褥疮、心理障碍等各种并发症，“都是灾难性的”。

有着类似遭遇的儿童还有不少。郭晓东教授团队近年公布的一项研究表明，由于骨骼发育尚不完全，部分儿童在舞蹈训练下腰运动过程中，脊柱容易纵向牵拉损伤脊髓，造成

“急性过伸性脊髓损伤”。通过随访和打电话等方式进行不完全统计，2005年以来，我国因下腰导致瘫痪的孩子超过1000人，舞蹈下腰训练已成为导致我国儿童脊髓损伤的一大诱因。

郭晓东表示，相关资料显示，1992年至2002年，舞蹈下腰训练导致脊髓损伤患儿在所有脊髓损伤患儿中仅占4.0%，2015年至2019年已高达33.9%，在无骨折脱位型脊髓损伤中占比为64.1%，总体上呈现逐年上升趋势。

“造成儿童‘下腰瘫’的根本原因是不科学、不规范的训练。”中国教育学会舞蹈委员会常务理事邹琳玲认为，一些培训机构缺乏相关资质，脱离教学规律，不按孩子心理、生理发展规律培训，最终酿成悲剧。

多名舞蹈教育专业从业者介绍，在被业内认为权威的北京舞蹈学院中国舞考级教材中，少儿舞蹈考级的动作组合并没有下腰内容，而目前少儿舞蹈培训机构的实际教学中，广泛存在把下腰、劈叉、翻跟头作为基础动作来训练的问题。

培训中受创伤可能性大增

记者调查发现，部分艺术、体育类校外培训机构专业化、科学化、标准化建设存在不足。这些不足，给参与培训的孩子身体健康埋下了隐患。

行业标准缺失、教学体系不规范。邹琳玲等多名业内人士认为，目前，艺术类培训大多为未来参加艺术专业升学考试的学生准备的，缺乏针对普及型艺术培训设置的培训标准体系。大量青少年在没有专业遴选的情况下进行艺术培训，在培训中受到创伤的可能性大增。

清华大学体育产业研究中心主任王雪莉认为，目前我国只有针对竞技体育的“运动员技术等级标准”，面向广大青少年的

育的关键时期，不当的训练方式会给孩子身体留下隐患。

部分培训机构资质欠缺、监管不足。武汉市社会科学院社会学研究所副研究员陶秀丽认为，目前针对非学科类培训机构的师资认定、培训内容、教学效果等缺乏详细明确的规范，部分校外培训机构在仅取得营业执照、未取得有关办学资质的情况下开展培训。

通过对全国5000多家青少年体育教育培训机构的调研发现，在民政部门注册的有46%，在工商部门注册的有51%，3%左右属于体校等事业单位，不同的机构属性，使得监管主体多元，治理方式和边界不清晰。

构建“家校社”协同治理体系

会、区级行业协会组成的专业化指导组织体系，协同参与艺体类培训行业治理。

针对兼职教师居多，“无证上岗”时有发生的现状，邹琳玲建议，制定师准入标准和入职提升培训制度，建设专业化师资队伍。“可依托行业协会组织，制定不同类别艺体培训师资的遴选标准，明确不同类别师资入职考核办法，研制不同类别的教学基本规范或课程标准，制定艺体类培训机构教师职前、职中培训制度。”邹琳玲说。

“提升家长的安全意识，让家长们更多了解艺体类大众培训和专业教育的差别，以及不科学的培训容易带来的负面效果，同样十分重要。”陶秀丽建议，一方面，可将艺体类培训行业治理纳入社区网格化管理体系，协助主管部门对缺乏资质的培训机构进行执法治理；另一方面，可把艺体类培训的教学标准、教学流程等知识，纳入家庭教育指导内容，避免家长在孩子接受艺体类培训时一味盲从。

据新华社

高血压、冠心病 “老年病”最爱袭击“小胖墩”

权威数据显示，我国高血压患病人数推算达到2.45亿，高血压已成为我国国民第一大致死危险因素。不仅如此，高血压等慢性认知中的“老年病”，正在向青少年群体蔓延。

高血压呈现低龄化趋势

国家心血管病中心发布的最新一版《中国心血管健康与疾病报告2021》显示，据推算我国心血管病患病人数约3.3亿，其中脑卒中1300万，冠心病1139万，心力衰竭890万，高血压2.45亿。更令人揪心的是，这些传统意义上的“老年病”有向青少年蔓延的趋势，其中又以高血压较为突出。

天津市2021年对7.2万名幼儿园大班儿童和9.1万名小学二年级学生进行慢性病危险因素筛查，结果不容乐观。幼儿园大班儿童肥胖检出率为11.1%，血压异常检出率14.4%，血脂异常检出率为7.4%，空腹血糖受损检出率为1.5%；小学二年级学生肥胖检出率为21.4%，血压异常检出率15.3%，血脂异常检出率为13.5%，空腹血糖受损检出率为2.4%。

影响整体人口素质，需及早干预

除遗传因素外，高血压等疾病向青少年蔓延的原因并不出人意料。

中国医学科学院北京阜外医院心力衰竭中心主任张健等分析，一方面是饮食因素，如今高油、大肉、高盐以及高糖量的饮料，孩子更容易获取；二是孩子们仍然缺少运动，社会交往减少，使用手机、电脑时间增多；三是一些孩子面临较大学业压力，有的家长拔苗助长，有的孩子本身要强，也可能成为高血压的诱因。

“高血压等慢性病不仅危害儿童身体健康，也壮大了未来慢性病‘后备军’群体。”冷俊宏说。有研究指出，儿童期肥胖有40%以上会延续至成人时期，肥胖儿童成年后发生高血压、糖尿病风险分别是正常体重儿童的3.9倍和2.7倍。儿童期血脂偏高，成年后患高血压、冠心病的风险也会大大增加。

专家认为，在儿童早期进行干预可以最大程度降低未来

“这一比例并不低。”天津市妇女儿童保健中心儿保指导科主任冷俊宏说，近年来，儿童高血压、2型糖尿病等发病率不断攀升，这些慢性疾病已不是中老年人的“专利”。

《疾病预防控制通报》2022年发布的一项抽样调查显示，深圳市某区17所小学一年级部分班级约2900名儿童中，高血压、高胆固醇血症的检出率分别为23.6%、11.8%。

记者在天津某所学校走访发现，操场上有不少“小胖墩”，他们更容易成为“老年病”袭击的对象。该校校长透露，去年的一次全校体检筛查出17名高血压学生，主要集中在七年级、八年级。“有的孩子血压高压达到160毫米汞柱以上。”校长说，这些孩子不适宜长跑，往往只能在操场边的阴凉处休息。

慢性病的发病风险，成年后开始干预往往效果甚微。

天津市北辰区普育学校教学主任罗辉发现，体育课与学生健康存在密切关系，初三学生（九年级）相关疾病患病率较低。“面临中考体育测试的压力，不少学生运动量加大，身体素质普遍提高。”罗辉说。

“双减”后，一些家长倾向于给孩子安排阅读、音乐等素质拓展活动，对于体育锻炼的重视程度仍然不足。罗辉等呼吁，学校应增加竞技性体育比赛，如足球、排球等，激发孩子运动兴趣。跳绳、踢毽子、乒乓球等则有更广泛的参与度，适合不同体质的孩子。

记者在多地学校食堂走访发现，最受欢迎的是炸鸡块。有学校的餐品问卷调查显示，孩子最喜欢的食物中，炸鸡块、炸薯条、炸鸡柳位列前三。专家建议，学校配餐一定要重视营养健康，科学综合考量，以更好促进学生健康成长。

据新华社



学生们在课后参加武术社团活动（资料片）