

三名藏区孩子 在南京圆了“心梦”

这个公益活动三年已免费救助54名先心病患儿

“我儿子以后可以上体育课了!”马先生激动地告诉记者。半个多月前,马先生带着患有先天性心脏病的8岁儿子小马,从青海藏区赶赴南京治疗。近日,小马已经在南京市儿童医院接受完手术,且恢复良好,和他一起接受治疗的还有另外两名青海藏区的先心病儿童。据悉,三名孩子都是“心佑工程”公益活动的帮扶对象,该活动三年已免费救助了54名先心病患儿。

通讯员 于露露 吴叶青 现代快报+/ZAKER南京记者 刘峻 梅书华

跨越两千公里,先心病孩子成功手术

“我儿子是4岁的时候生病去医院才查出有先天性心脏病。”马先生告诉记者,此前,家人对于孩子的这一疾病一无所知。由于家庭经济条件比较困难,再加上当地医疗条件不够好,家人对于心脏手术心存畏惧,小马只能定期检查,观察病情的发展,平常小马也不能剧烈活动,连体育课都不能和小朋友们一起上。“到南京这样的大城市给孩子做手术,之前真是想都不敢想的。”

手术成功后,小马的父亲再三对各方表达感谢。原本孩子无比遥远的健康梦,终于要实现了。马先生告诉记者,这段经历让他感受到了爱与温暖,也切身体会到了南京先进的医疗条件和医疗技术,希望孩子日后能努力学习,成为一名好医生,建设家乡的医疗事业,提高当地的医疗水平。

在治疗患儿的过程中,先进的医疗设备和优秀的医疗团队也发挥了巨大的作用。南京市儿童医院副院长、心胸外科主任医师莫绪明说,

另一位患儿年龄在6岁左右,病情比较复杂,“不但有心脏病,膈肌还有先天疾病。”如果对膈肌问题不加处理,未来将会导致压迫胸腔,影响肺部功能。在对心肺功能要求较高的高原,这种情况很可能是致命的。而如果按照传统方式,分两次做手术,不但要重复麻醉,而且花费巨大。南京市儿童医院运用了腔镜手术技术,一次性地修复了膈肌、矫治了心脏,彻底地解决了患儿的困扰。

莫绪明告诉记者,由于各方面的原因,三个孩子的病没有能够在第一时间得到诊治。“在高原本身就缺氧,容易喘。孩子与成人相比,又不会表达自己的诉求和感受。因此,很多缺乏医疗知识的家长对孩子的症状不够重视。”一般而言,先天性心脏病患儿在3岁左右做手术比较合适,但来自青海的患儿往往已经错过了最佳的治疗时机,所幸还没有完全错过手术时期,及时治疗,仍可以正常学习、生活。

“心佑工程”三年免费救助54名患儿

据悉,这三个来自青海藏区的

先心病孩子都是“心佑工程”公益活动的帮扶对象。青海省海南藏族自治州位于青藏高原东北部,平均海拔在3000米以上。由于高原缺氧等自然条件原因,儿童先天性心脏病在高原地区发病率相对较高,严重危害藏区儿童健康,给患儿家庭和社会带来巨大的经济负担与精神压力。针对因病致贫、因病返贫的突出问题,江苏省援青前方指挥部联合江苏省卫生健康委、青海省海南州卫生健康委,实施精准健康扶贫战略,聚焦高原发病率高、对家庭影响大的疾病,将儿童先天性心脏病救治作为健康扶贫的重要突破口,依托南京市儿童医院等组织开展了“心佑工程”公益活动。自2017年以来,共有54名先心病患儿获得免费手术救助且全部康复。

莫绪明告诉记者,江苏省与青海省海南藏族自治州是对口支援关系。“心佑工程”公益活动不仅是对患儿们的爱心奉献,也是江苏省对青海扶贫的重要工作。“我们每年都会做很多这样的工作,治疗患有先天性心脏病的孩子,也解决他们家庭的因病致贫问题。”

咋回事?

爸爸一出差回来 女儿就咳嗽

最近,网剧《隐秘的角落》引起较大的关注,三个小孩一度成为这部剧的焦点。其中,普普在剧中患有哮喘,最终因为没能及时吸入药物而晕厥,剧终后所有人都在猜测普普到底有没有死。其实,我们更应该看到的是,在普普这个角色背后,儿童哮喘等过敏性疾病这个“隐秘的角落”正在夺走无数儿童的健康乃至生命。

通讯员 罗鑫 现代快报+/ZAKER南京记者 任红娟



爸爸一出差回来,女儿就“过敏”

江苏省中西医结合医院儿科副主任医师冯伟伟接诊过这样一位患儿,小姑娘平常身体状况很好,偶尔会出现咳嗽的症状,妈妈以为是感冒,就带她去医院发热门诊就诊。但小姑娘咳嗽一直不好,在几次的观察下妈妈发现,只要爸爸出差回来,女儿就开始出现咳嗽的症状。

难道女儿对爸爸“过敏”吗?在冯伟伟一系列仔细的问诊和检查后,才知道原来真正的罪魁祸首是“烟”。因为爸爸有吸烟的习惯,身上的烟味诱发了女儿咳嗽,而导致咳嗽的真正病因不是感冒,而是哮喘。

过敏性疾病,容易被家长忽视

近年来因为喘息前来就诊的患儿越来越多,其中有很大比例是哮喘引起的,儿童哮喘及过敏性疾病的患病率和病死率正逐年上升。由于认识不足,家长常常对患儿过敏性疾病的症状产生误判,导致我国儿童过敏性疾病的诊断率低。

哮喘作为慢性疾病,必须在早期就接受正规治疗,然而在已经诊断哮喘的患儿中,由于家长没有意识到慢性疾病需要长期系统的管理和监测,患儿出现治疗依从性低、病情反复加重,严重影响儿童个人生活质量,并造成巨大的家庭负担。如果哮喘急性发作,严重的可能导致死亡。

这类疾病需医生家长共同“发力”

为了能够实现早预防、早诊断、早治疗,改善哮喘及过敏性疾病的诊断和控制水平低的现状,江苏省中西医结合医院儿科专门开设标准化儿童哮喘及过敏性疾病专病门诊,配备规范化医护管理人员,实行规范化诊疗,包括对哮喘患儿进行病史采集,建立哮喘病历档案,相关体格和实验室检查,肺功能检查及影像学检查等,做出正确的诊断和病情评估,制定规范的治疗方案、预防措施,制订个性化哮喘行动计划,同患儿及家属形成伙伴式医患关系,为患儿及家属提供更好的哮喘科普教育、环境控制指导、高水平规范诊疗和病情自我管理方法。

“在中西医规范治疗的基础上,专病门诊还充分利用中医药治疗方法,更好地帮助哮喘儿童。”冯伟伟介绍,目前针对哮喘和过敏性疾病开展的中医相关治疗,包括冬病夏治、中药方剂、推拿、耳压、针灸、穴位贴敷等,不打针不吃药,保护脏腑减少痛苦。

夏季坐班族腰肌劳损高发

专家支招三种锻炼可缓解

随着三伏天的临近,上班族越来越喜欢待在冷气十足的办公室,与空调“形影不离”。久坐加上吹冷气,让很多人出现了腰酸背痛的症状。南京市中西医结合医院专家提醒,长时间伏案工作和吹空调受凉可能会诱发腰肌劳损。夏季办公要注意抽空适量活动,长时间待在空调房内要避免受凉。

通讯员 杨璞 现代快报+/ZAKER南京记者 刘峻

夏季贪凉+久坐不动, 易诱发腰肌劳损

南京市中西医结合医院腰肌劳损门诊主治医师刘晗介绍说,人的脊柱分为颈椎、胸椎、腰椎和骶椎,其中腰椎是人体承重的关键。在日常活动和运动中,所需的绝大部分力量都要靠腰椎及腰部肌肉来承担。

很多上班族尤其是坐班族久坐不动,导致腰背肌肉过度劳累,椎间盘和椎旁肌长时间处于紧张状态,便会导致腰背肌肉充血、炎症、纤维化和粘连,出现慢性腰肌劳损。加上夏季穿衣单薄,空调的冷气侵袭肌肉,寒邪阻碍体内气血运行,也会加重腰肌劳损的症状。

腰肌劳损的高危人群包括长期坐立者、经常搬运重物者和缺乏锻炼的久坐人群等,症状主要表现为腰背部僵硬、酸胀、疼痛,或俯仰

翻身困难。上述症状具有劳动后加重、运动后减轻,受凉后加重、保暖后减轻的特点。随着年龄增长,疼痛发作的频率增高、面积加大、持续时间延长、程度加重。

防治腰肌劳损要避免 久坐和受凉

因工作需要不得不久坐的人平时要注意保持良好的坐姿,要经常变换体位。静坐30分钟后活动腰椎,60分钟后起来走一走。另外,要防止腰部受寒,千万不要用冷水洗浴或长时间待在空调房内,饮食上更不要贪凉。

刘晗介绍说,对于腰肌劳损,症状较轻的可以结合针对性锻炼来缓解和消除症状。如果腰肌劳损症状严重,经过休息和自身锻炼不能缓解症状时,就需要经过系统的、全面的治疗。中医推拿、拔罐及各种针对性的康复治疗,对慢性腰

肌劳损有较好的治疗作用。

三种运动锻炼防治轻度腰肌劳损

对于症状比较轻的腰肌劳损患者,刘晗介绍了三种锻炼方式帮助康复。

1.蛙泳锻炼腰背部肌肉群。对腰肌最好的锻炼是蛙泳,每周两次,一次600—800米。在游泳出水换气时,人抬头、挺胸,能在无负重状态下有效锻炼腰背部肌肉群。

2.“飞燕式”俯卧锻炼。俯卧床上,双臂放于身体两侧,双腿伸直,然后将头、上肢和下肢用力向上抬起,不要使肘和膝关节屈曲,要始终保持伸直,如飞燕状,保持10~15秒,锻炼10~20次。

3.“拱桥式”仰卧锻炼。仰卧床上,双腿屈曲,以双足、双肘和头后部为支点用力将臀部抬高,如拱桥状。保持10~15秒,锻炼10~20次。