

# “针”功夫,宝宝告别过敏性鼻炎



从南京珠江路地铁站下车后,往西走一段路,便是南京儿童医院;往东走,则有一家社区卫生服务中心——同仁街社区卫生服务中心。在中心四楼中医馆,藏着一间南京市特色科室——小儿针灸,小患者也有不少。在这里,就能解决小儿常见病。

现代快报+记者 梅书华



医生在做小儿针灸 受访者供图

## 一吹空调就打喷嚏,3岁娃患鼻炎1年多

刚刚入夏的南京,白天已经十分闷热,不少商场打开了冷气。3岁的甜甜是个“小鼻炎”,好不容易熬过春天的过敏季,可一吹空调又是喷嚏连连。“鼻炎一年多,之前看了好几回,可总是反复发作,朋友说可以试试中医,我就来了这里。”甜甜妈告诉记者。

“宝宝乖,一会就好,结束了我们就能拿到小玩具哦。”主治中医师龚见智一边和甜甜互动,一边做准备工作,她取出一根毫针,用大拇指和食指捏住针尾,以中指和无名指夹住针身,毫针便被“藏”在了手中,正当甜甜好奇桌上的玩具时,龚见智便迅速完成点刺。

该针法有个特别的名字——小儿疾刺法。龚见智介绍,孩子天性好动,该针法快速不留针,针入穴内,立刻得气,刺得浅,出针快,不仅治疗快捷而且可以免去患儿吃药打针的痛苦。虽然不留针,但孩子的肌肤薄弱,疾刺的针力便足以激发穴内的经气,沿经传至相关部位,使机体进行自我调整,从而达到治疗的目的。

完成疾刺后,龚见智又给孩子

进行了捏脊、拔罐等治疗。甜甜已经治疗了大半个月,喷嚏也渐渐止住了。龚见智介绍,许多鼻炎患者抵抗力比较弱,针灸疾刺1~2个疗程后,会激发自身抵抗力,提高抗病抗病能力,症状便会有所好转。

## 吃冰的东西后呕吐不止,一次治疗缓解了

夏天,除了空调,大家的“心头好”还有冷饮、冰西瓜,但小朋友的肠胃不一定能承受这份凉爽。7岁的乐乐玩耍后吃了一些西瓜和一根雪糕,结果呕吐不止。乐乐妈立即带着他来到家门口的同仁街社区卫生服务中心。

“急性胃炎造成的呕吐,能止住,别着急。”问诊后,龚见智给乐乐用艾灸熏蒸了肚脐,在腹部周围进行了疾刺。当天晚上,乐乐就不吐了,也有了食欲。乐乐妈也谨记医嘱,让他先少量进食。

乐乐虽然只有7岁,却是龚见智的老患者了。曾经的乐乐非常挑食,素菜只吃西兰花,肉类只吃虾,这样的状态持续了两年,直到他在同龄人身边显得愈发瘦小,乐乐妈才意识到问题,找到了龚见智。疾刺治疗加上喂养习惯的改变,乐乐的挑食得到改善,乐乐妈也成了中

医粉。龚见智介绍,高龄产妇生二胎,或者父母有过敏体质,比较容易导致孩子出生后抵抗力薄弱,爱生病。小儿疾刺法治疗小儿呼吸道、消化道常见病效果显著,比如过敏性鼻炎、腹泻、厌食、便秘、急性胃炎等。

## 容易过敏的宝宝,可以试试冬病夏治

在龚见智的门诊上,除了来治疗发病期的患者,还有治疗疾病未发作的小朋友。即将到来的三伏天,就是冬病夏治的高峰期。

三伏天是一年中最炎热、也是阳气最旺盛的时候,利用疾刺、捏脊、拔罐等中医疗法,刺激穴位,可起到疏通经络、调节脏腑、温阳利气、祛散伏痰的功效。对于患有过敏性疾病的宝宝来说,夏治效果更好。

龚见智介绍,许多三四岁的孩子,体质比较弱,刚上幼儿园,容易被交叉感染,加上自己不知道增减衣物,一咳嗽就是两个月,甚至发展为肺炎。如果在夏至、初伏、中伏、末伏四个节点进行治疗,等到了冬季,咳嗽的频次会明显减少。过敏性鼻炎患者,也可以利用夏治巩固疗效。

## 小伙尿频五六年,病因竟然在大脑

快报讯(通讯员 孙茜 记者 安莹 梅书华)慢性前列腺炎是成年男性的常见病、多发病,有数据研究表明,约50%的男性在其一生中可能曾有过前列腺炎的症状。28岁的小李五六年间为此饱受折磨,最终在江苏省中医院找到病因,经过综合治疗恢复健康。专家强调,前列腺炎如同泌尿系统的“感冒”,一不小心就容易复发,因此不要不当回事,也不要害怕就诊,经过系统规范的治疗,一般两个月左右便可以康复。

近几年,28岁的小李一直有个难言之隐——尿频,一晚要起来七八次,严重影响睡眠和工作。他也陆续在上海、北京等多个大城市的三甲医院就诊,吃了很多抗生素、中成药,效果都不好。

最终,经过多方打听,找到江苏省中医院男科主任陈赞教授。“各项检查结果都正常,但患者依然有前列腺炎的表现,病因很可能在大脑里!”为此,陈赞给小李进行了系统的心理测评,发现其有中重度的焦虑抑郁情绪,随后进行的大脑功能磁共振检查发现,其大脑前额叶功能下降,杏仁核功能上升,证实了他的判断。

困扰自己多年的疾病,居然病因在大脑,小李怎么也不能相信。陈主任耐心解释道:“大脑前额叶是高级中枢,控制人的记忆力、注意力和很多信号处理,功能下降说明大脑处理情绪信号的能力下降,

无法有效调节情绪变化。大脑杏仁核是低级中枢,是原始核团,影响人的情绪、记忆,杏仁核功能上升说明人容易焦虑。”小李的病情可以通过心理治疗、中药治疗、针灸治疗和经颅磁刺激治疗等综合治疗手段,得到有效控制。

抱着试试看的心态,小李接受了为期两周的综合治疗。两周后,他自觉从未有过的轻松,排尿也不多了,每晚起来一次,心情也好了很多。后来又通过三个疗程的巩固治疗,小李得到了康复。

陈赞教授团队在多项国家和省市课题资助下,在国内率先开展了慢性前列腺炎的中枢机制研究,通过系统研究和分析,发现部分难治性前列腺炎特别是经过抗生素2周以上治疗效果不佳者,往往伴有心理情绪异常,而在大脑的相关脑区,可以查到其异常的病理神经环路。

针对这类患者,团队采用全新的经颅磁刺激治疗技术,可以明显改善大脑异常核团的信号和核团之间的连接状态,临床有效率超过90%。同时配合心理治疗、中药治疗、针灸治疗等综合治疗方案,以最小的副作用,取得最佳的治疗效果。

据悉,2022年2月,江苏省中医院紫东院区全新投入使用,重点打造妇产生殖男科中心。为更好地为广大男科患者提供优质的服务,本部除保留男科门诊外,自5月1日起,男科病房整体搬迁至紫东院区5号楼5楼。

## 微创“锁孔”技术解决颈椎大问题

快报讯(通讯员 苗卿 端梓任 金杰 记者 任红娟)近日,南京中医药大学第二附属医院(江苏省第二中医院)院长李志伟教授脊柱微创团队,借助直径仅1厘米的大通道脊柱内镜,成功完成院内首例颈椎后路微创“Key-hole”(锁孔)技术治疗神经根型颈椎病。该技术的成功开展,标志着该院在脊柱微创领域已达到省内先进水平。

52岁的患者曹女士,由于长时间低头工作,近10年来常常出现颈部疼痛,经保守及休息等治疗方式后,症状虽然有所好转,但依然反复发作,饱受困扰。最近两周,曹女士自觉颈部僵硬、疼痛不适感加重,并逐渐出现左上肢严重疼痛麻木感,麻木感放射至手背,夜间不能睡眠。

经李志伟详细问诊及查体,结合影像学资料,考虑诊断为“神经根型颈椎病”,经科室团队讨论,与患者沟通手术方案,最终决定应用直径仅1厘米的大通道脊柱内镜,用微创方式精准进行颈椎后路“Key-hole”(锁孔)手术“精准打击”曹女士的“突出椎间盘”。

据介绍,“Key-hole”(锁孔)技术就是通过微创脊柱内镜通道,在内窥镜的实时监控下,经椎板锁孔技术,精准抵达目标节段,在神经根的骨性通道开个小“孔”,摘除突出的椎间盘髓核组织,减轻因椎间盘突出或骨赘增生等导致的神经受压。相较于传统手术,该手术方式能锁定病灶位置,确定靶点,进行精准减压。因其具有创伤小、出血少、显露清晰、可以保留颈椎结构稳定性等诸多优势,从而使患者能享受到更微创、更精准的手术治疗方案。术后,患者颈肩及左上肢疼痛完全消失,疼痛麻木症状得到即刻缓解,第二天,患者即可在颈托保护下下地活动,无须拆线。

据介绍,江苏省第二中医院引进大通道脊柱内镜以来,已开展数十台腰椎微创大通道脊柱内镜减压、内镜下融合治疗腰椎管狭窄、腰椎间盘突出、腰椎滑脱手术。这种手术方式是传统脊柱内镜的延伸,也是高精尖微创手术的成熟转化,现正不断扩展应用范围,使广大患者受益。

## 每天2小时在户外,有效预防近视

中国的近视发病率很高,中小学生近视的比率一般会达到60%~70%,高中中可能达到90%。南京医科大学第二附属医院眼科主任张晓俊表示,呼吁孩子的近视发病率很高。他呼吁家长,针对不同年龄段的孩子,给予适量近距离用眼的学习量,不能过度超前。

现代快报+记者 任红娟

### 呼吁:孩子近距离用眼学习要适量

张晓俊在接受现代快报记者采访时表示,中国的近视发病率很高,最重要的就是预防和控制。在预防方面,张晓俊表示,首先就是希望家长能做到,针对不同年龄段的孩子,要给予适量的近距离用眼的学习量,不能过度超前。很多家长都觉得孩子不能输在起跑线上,过早地给孩子学习,增加了孩子近距离用眼的时间,再加上现在电子产品的普及,也造成了孩子的近视。

他建议家长培养孩子正确的读书、写字姿势,书本和眼睛应保持一市尺,身体离课桌应保持一个拳头(成人)的距离,手应离笔尖一

寸。看书写字时间30~40分钟后要有10分钟的休息时间。眼睛向远处眺望,多看绿色植物。不要在太暗或者太亮的光线下看书、写字。

“增加孩子每天在户外的时间,这是预防近视最有效的方法。”他表示,最好是2个小时以上的户外时间,因为在自然光下,可以促进眼底视网膜释放多巴胺,而多巴胺可以减慢眼轴长度的伸长,避免近视。他呼吁,近视要及早预防,特别是小学阶段,家长一定要把握住这个关键期。

### 误区:戴眼镜会让度数增长?错了

张晓俊表示,近视的发病是一个不可逆的过程,孩子一旦确认是近视,要尽快戴眼镜。有不少家长觉得孩子一旦戴上眼镜就摘不下来了,而且近视的度数会越来越深,其实这是一种认识上的误区。他说,眼镜度数加深,一般与用眼习惯和超量的近距离用眼时间有关。不戴眼镜会让眼睛始终处于疲劳状态,反而让近视度数发展得更快。

“平常生活中一定要多关注孩子,如果发现孩子出现看物体时经常眯眼、揉眼睛、皱眉、歪着头看物体、看东西时经常斜视、频繁眨眼

等情况,就要考虑孩子可能患了早期近视,应及时到医院检查视力。”

### 提醒:近视不可逆,别被“治愈”忽悠

有家长这么认为,孩子近视就近视了,没啥大事,反正到了18岁以后可以做手术治疗。张晓俊说,这其实是一种认识上的误区,因为即使孩子做了激光手术,他的眼睛其实仍然是近视状态,只不过是戴眼镜而已,或者说得简单一点,只不过是把你所戴的眼镜刻在你的眼睛上了,并没有从根本上解决近视问题。

孩子近视了,很多家长很着急,通过推拿、按摩、针灸等方法来治疗近视。专家提醒,家长的迫切心情是可以理解的,他们反映的孩子经过某种方法治疗后视力有所改善,其实这是一种错觉,药敷、按摩、戴特效眼镜等方法能改善视力,原因是神经肌肉放松了,可以缓解因眼疲劳而产生的一些近视症状,这只是暂时和短期的,实际上,并没有从根本上解决近视的问题,所以近视依然存在。张晓俊呼吁,家长要科学地认识近视,不要盲从,更不能去不正规的医疗机构治疗,“因为往往到最后,钱花了,近视的问题并没有解决。”

## 南京市儿童医院“体检中心”开诊

快报讯(通讯员 张艾萱 记者 刘峻)5月28日,南京市儿童医院“体检中心”在河西院区正式开诊。中心有儿童保健科、眼科、耳鼻喉咽喉科、口腔科等多个专科,为3月龄~18岁孩子提供专业、精准、全面的“一站式”健康服务。首次开诊,预约号很快爆满,体检儿童年龄为5个月~13岁。

开诊前南京市儿童医院院长陈宇宇,院党委副书记、副院长王倩,儿童保健科李晓南主任、刘倩琦主任为“体检中心”揭牌。该院儿童健康管理中心、儿童保健科主任刘倩琦介绍,为进一步贯彻落实健康儿童行动提升计划,从以疾病为中心向以健康为中心转

变,从治疗疾病向注重保护健康转变,体检中心将为儿童提供全过程、全周期的健康服务,全面提升儿童健康素质和水平。儿童青少年时期不同年龄阶段的身高、体重及发育均有不同特点,定期体检监测孩子的成长轨迹,不仅可以全面了解孩子的生长发育情况,更重要的是能够及时发现一些易被忽视的疾病症状。

据了解,该中心根据不同年龄段孩子的生长发育特点,定制了多种体检套餐,可根据个体特点增加相关项目。目前,每周六全天在河西院区一楼健康管理中心开诊,家长可在“南京儿医在线”App或微信小程序提前预约。