

## 南京市儿童医院儿童保健科： 担起成长“护航员” 做好健康“守护者”

从呱呱落地到蹒跚学步，从牙牙学语到懵懂少年，孩子成长的每一步都牵动着父母的心。而在家庭之外，另一个角色也同为孩子的平安健康全力以赴。在充满奇迹与挑战的成长旅程中，南京医科大学附属儿童医院（南京市儿童医院）儿童保健科作为孩子健康成长的守护者，致力于关注儿童成长过程中的每一个黄金节点，从而实现儿童全生命周期的全面健康呵护。科室每一位医护人员都以温暖的关怀和专业的技能为“萌娃”们提供优质的健康守护，用实际行动诠释着对儿童健康的承诺，努力为孩子的成长道路增添更多光彩。

通讯员 于露露 实习生 程欣 现代快报/现代+记者 张宇/文 顾炜/摄

刘倩琦为孩子查体



### 同心共育，耐心解开孩子成长密码

“这一年来孩子个子长了多少？爸爸妈妈的身高多少？孩子平时活动量大吗？日常零食吃得多吗？会挑食吗？”……从孩子的身高增长到家长的遗传背景，从日常的饮食摄入到生活习惯，每一个问题都是解开孩子成长密码的一把钥匙。早上9点不到，南京市儿童医院儿童保健科门诊已经聚集了不少就诊的患儿及家长。诊室里，刘倩琦主任语速飞快，通过询问家长一个个问题，对孩子的成长情况快速评估。在南京市儿童医院，一名儿童保健科医生每天要接诊60—70个孩子，而作为科室主任，刘倩琦在门诊中一天要接诊90多个孩子。为全面了解每个孩子的整体发育情况，刘倩琦不断和家长们沟通，一天下来常常口干舌燥、声音沙哑。“在我们门诊，尤其是面对年龄很小的孩子，喂养、睡眠等问题比较多，医生需要花很长时间去跟家长解释。若是心理方面的问题，医生甚至需要花二三十分钟才能了解一个孩子本身及家庭的情况。”

肥胖、个子不高、性早熟……在她的门诊中，有各种在成长过程中遇到问题的小朋友。记录问题、给孩子查体、开检查单……一个孩子检查下来，刘倩琦手上的动作行云流水，这个过程中既要和孩子沟通，又要不断地跟家长交流，并回答各种问题。“一般我们会先做评估，然后查体看看孩子是否发育以及发育的程度，之后通过各类检查确定孩子是否存在并发症。比如说来就诊的‘小胖墩’，我们需要通过检查来评估测量其肥胖的程度，体重增加的是脂肪还是肌肉、血液的各项指标等。前两天我接诊的一个孩子，因为肥胖已经出现脂肪肝、高脂血症、高尿酸血症三个并发症了。”刘倩琦说。

儿童保健科的医生，面对的不仅仅是面前的孩子，更是孩子背后的家庭。对于儿保科医生来说，最难的不是给孩子做检查，而是发现问题后让家长理解。在检查完后，以防家长忘记，刘倩琦会习惯性地每个孩子病历最后写上注

意事项，让家长按照病历上的要求管理孩子的饮食、运动、睡眠，“可复诊的时候，我们发现有的做到了，有的甚至一条都没有做到。”对此，刘倩琦很是无奈。她表示，在门诊中常常会遇到一些“假性发育”、个子长得慢的孩子，而这些情况可能都与孩子的日常饮食和生活习惯密切相关，需要家长严格控制，但真正能做到的家长并不多。“很多肥胖孩子的家庭，孩子在控制体重过程中容易饿，想吃东西，家长心软就给孩子放宽。尤其是爷爷奶奶更是舍不得，觉得孩子还在长身体，想吃就吃点。”刘倩琦强调，医生说的“控制饮食”并不是不给孩子吃，而是要合理控制，改善饮食结构，比如主食多摄取一些饱腹感较强的杂粮，少食用容易消化的精面，多吃绿叶蔬菜，荤菜以鸡鸭鱼虾等白肉为主。“很多时候面对这些家长，我们也很着急。因为五岁是孩子脂肪发育的关键时期，如果这个时间管理不了，等孩子到了青春期，体重就更难控制了。”



刘倩琦与家长沟通

### 明星科室

南京市儿童医院儿童保健科，于2008年4月2日开始独立运行，现有在职员工43人，包括医师19名、护理5名、技师18名、专职研究员1名；博士生导师1名、硕士生导师2名；博士学位9名、硕士学位22名。儿童保健科是江苏省科教强卫创新团队、江苏省妇幼保健重点学科、南京市临床重点专科、江苏省儿童早期发展示范基地等。

儿童保健科主要从事0—18岁儿童体格生长、营养监测和神经心理行为发育筛查与诊断，设有营养、心理、发育行为、高危儿随访、生长发育五个亚专业组。2022年5月28日，体检门诊正式在河西院区开诊。儿童保健科是江苏省首批中法合作项目“精神运动康复学诊疗技术”授牌单位之一，并于2020年3月应用于学龄前ADHD儿童的康复训练。近两年还引进了PEERS社交技能团体干预、新森林养育计划、艺术疗愈、辩证行为治疗团体技能训练等与国际接轨的心理行为干预方法。

儿童保健学教研室承担了南京医科大学、南京大学医学院、南京中医药大学、徐州医科大学等医学院校本科生、儿童保健专业硕士和博士的理论和临床教学，积极开展教学改革。近5年来获国家自然科学基金、省、市、局级课题10余项，发表相关高质量论文近100篇。研究成果获宋庆龄儿科医学奖、中国妇幼健康科技进步二等奖、三等奖和南京市科技进步三等奖各1项，获江苏省卫生健康委新技术引进奖2项。参编儿童保健学专著和各种科普读物多本。

### 火眼金睛，明辨孩子成长中的隐藏问题

近年来，超重和肥胖的孩子越来越多，根据《中国居民营养与慢性病状况报告（2020年）》，我国6—22岁的儿童青少年超重、肥胖率已接近40%。而在众多肥胖儿童中识别出可能患有罕见病的孩子，更加考验儿保科医生的判断能力。

几年前，三岁的笑笑（化名）被父母带到刘倩琦的门诊。在和家长的沟通中，刘倩琦得知笑笑虽然现在吃得很多，很胖，但刚出生时喂养困难，甚至一度用鼻饲喂养。笑笑到了两岁之后特别能吃，家长根本控制不了她的食欲，笑笑会到处寻找吃的东西。了解完情况后，直觉提醒刘倩琦这可能是个特殊的小胖孩，需要做基因检测。经过一系列检查，笑笑被诊断患有“小胖威利综合征”，这是一种罕见病，因为饱食中枢调节不良，孩子无法控制食欲导致过度肥胖，甚至会引起矮小、糖尿病、性发育迟缓等。确诊

后，笑笑的父母非常焦虑，刘倩琦耐心地告诉他们：“孩子目前的情况还是有治疗方法的，国内外专家的共识都指出可以尽早用生长激素治疗来改善孩子的代谢和身高，家长对孩子日常生活的管理也要严格。”温和的话语，是治愈家长焦虑的一剂良药，在她这里终于找到了答案，也为今后的治疗理清了思路。近期，已经六岁的笑笑来复诊，病情控制得很好，“孩子现在一点也不胖，血糖正常，看到她在健康成长我也很开心。”

除了罕见病外，还有一些不易察觉的问题也隐藏在儿童肥胖之下。“很多家长带孩子来看肥胖，但其实根源是其他内分泌疾病。”可可（化名）就是让刘主任印象深刻的一个孩子。“当时查体我就觉得这个孩子不是单纯的肥胖，检查结果发现他患有严重的甲状腺功能减退症。”因为甲状腺功能降低，代谢慢，导致可可

又矮又胖，刘主任立刻为其提供了治疗方案。“孩子来看病的时候10岁左右，个子一米三不到。七八年过去了，孩子现在十七岁，身高都有一米七五了，学习成绩也很好，家长很开心。”看到孩子健康成长，刘主任很是欣慰。

在门诊中，刘主任还经常会遇到来看肥胖却查出患有多动症的孩子。她介绍，多动症和肥胖之间存在一定的关联性，有的孩子情绪不好，就会靠吃东西、吃甜食来缓解学习上或者心理上的压力，“近两年我们在肥胖夏令营中增加了‘肥胖儿童心理管理’课程，是想告诉家长肥胖的孩子也会出现心理问题。如果孩子出现心理问题，需要转诊到心理专科进行相关的评估和治疗。在门诊中，我们也会告诉家长除了控制孩子的饮食和运动外，还要注意孩子的心理健康。”

### 久久为功，持之以恒做好科普宣教

孩子的成长是每个家庭最关注的事情，因此儿童保健科还肩负着健康宣教的责任。“家长常常会在门诊问到孩子睡眠、喂养、生长、发育的问题，医生在门诊可能短时间内无法详细说明。因此科室建立了微信公众号，定期发布各类详细的介绍，例如怎么让小年龄的孩子安静入睡，或者有关大孩子的心理、营养管理等问题。”刘倩琦表示，除此之外，针对儿童保健科细分的营养、心理、发育行为、

高危儿随访、生长发育五个亚专业组，科室还创建了线上家长课堂，科室医生通过录制视频教程，教家长如何在家管理多动症的孩子，如何引导说话不清楚、发音不标准的孩子正确发音，还会指导家长制作辅食、如何训练孩子的大脑发育等。

儿童保健科医生不仅要给孩子上课，更重要的是给家长上课。因此，每年举办的减肥夏令营成为科室的“常规操

作”。从去年开始，科室在夏令营的基础上又增设了冬令营。刘倩琦说，减肥夏令营或是冬令营一般只设置一天的时间，“我们不去做封闭的减肥夏令营，考虑到短期的封闭训练可能是有效的，但一旦孩子回到正常的生活中，不能坚持的话，可能又会恢复原来的生活习惯，反而反弹得更快。我们的目的是让孩子在日常生活环境中，养成良好的生活方式并持之以恒。”