

图/视觉中国



很多宝爸宝妈关注孩子的身体发育，但对孩子的智力发育不甚了解。广州医科大学附属第三医院儿科康复体疗师黄晓茵提醒，“智测”对于了解孩子的神经心理发育情况很有帮助。如果在智测的某个项目或多个项目出现不及格，可能意味着孩子在某些方面的发育存在问题。“智测”可为下一步的检查和治疗提供了依据和参考。

文/羊城晚报记者 余燕红 通讯员 白恬

听说过智商情商 幼儿的发育商值得爸妈关注

4岁孩子被幼儿园拒收 智力水平仅两岁

小童(化名)今年4岁了，其他同龄的孩子早就上幼儿园了，可是小童去幼儿园面试，因为什么都不懂，屡屡被幼儿园拒收。小童的妈妈这才带孩子来到医院。广医三院儿科医师为小童做了一个“智测”，发现孩子的智力发展水平只处于两岁左右，明显落后于同龄的孩子。

智测即发育商检查 能辨别孩子发育情况

黄晓茵介绍，“智测”就是

神经心理发育检查，也叫“发育商检查”，主要针对幼儿的运动、语言、精细动作、社交能力、适应能力五个方面的内容进行检查。

在“智测”中，测试者会根据孩子的月龄给出不同的任务，让孩子去完成，孩子能完成任务即得分。测试最后会根据孩子的得分，判断孩子测试是否及格，神经心理发育处于什么水平。

测试中，就好比让孩子完成一些“任务”。例如一个7个月大的孩子，理应能完成独坐、把弄玩具，发出 dada、mama 的音节，如果孩子可以完成则得分，甚至尝试更高、更难的任务(如爬行、模仿声音等)。如果孩子无法完成7个月的任务，则需要把任务降级，降到6个月的一些测试任务，如此类推，以判断孩子的发育商情况。

有助于及早发现 孩子发育上的差距

黄晓茵介绍，如果孩子两个月不追视，3个月竖头不稳，6个月不会翻身，9个月不能独

坐、不会爬，1岁不会简单的手势语(拜拜、请等)，1岁3个月不会独走，2岁说话少等表现，说明孩子发育商不及格，意味着孩子与同龄孩子存在差距。

有些家长会觉得，这些东西孩子迟早都会掌握的，不用过于担忧。但黄晓茵提醒，孩子发育上存在的差距会影响到孩子以后的求学和个人成长。例如，有些孩子3岁便知道1+1=2，而有些孩子要到6岁才知道，这便是差距。

若未能及时发现，孩子跟正常孩子的差距越来越大，理解能力差，与人交往出现问题、缺乏自信等，到了入学的年纪，孩子可能会读得很吃力。到时候再寻求康复治疗训练，则更为不易。

发育商所测试的是孩子在某个阶段应该达到的水平，也就是说孩子处在什么样的年龄段就应该具备这个年龄段的发育特征，过早学习或过晚学习都不利于孩子的智力发育。做“智测”，及早辨别孩子是否存在某些方面的问题，及时干预，减少与同龄孩子的差距，对孩子的成长更有利。

不达标需进一步 康复训练

在“智测”中，如果孩子出现不及格，其原因可能是家中教育方法出了问题，还有可能是孩子出生时的黄疸、早产、窒息导致发育不达标，还可能是孩子在发育过程中黄韧带、肌肉出现异常。

黄晓茵介绍，对于“智测”中发现的幼儿大运动、语言、精细动作不及格等方面的问题则需要做进一步专科检查；社交能力、适应能力不及格建议还可继续观察一下。

如果孩子确诊发育不达标，则需要进一步进行康复训练。例如运动不达标需要进行运动治疗、力量训练、平衡训练等；语言发育不达标，就要改善家中语言环境，多给孩子语言刺激和语言训练；精细动作不及格就多给孩子活动手部，引导孩子做不同的手部动作、完成不同的任务训练等。而具体到每个孩子的训练方法都不一样，需要儿童康复治疗师根据检查结果给予正确的指导。

专家提醒 2岁以内 每三个月做一次智测

倘若“智测”出现分数不及格，家长也切莫惊慌，不一定说孩子就是“傻”，也不一定说孩子身体出了问题。早发现，早解决，早干预。

黄晓茵介绍，从孩子出生后一岁以内，这个时期孩子脑部重量每天都在增加，是孩子脑发育最黄金的时期。而随着孩子越长越大，发育速度会减慢，到6岁达到成人水平。如果在这个阶段发现问题，康复效果和康复速度较好；三岁以内康复也可以，但康复速度会慢一些。

黄晓茵介绍，发育商是一个筛查项目，适合0-6岁的孩子做。对于幼儿两岁以内，建议每3个月做一次。两岁以后半年做一次。如果是高危儿、早产儿请根据随访医生的知识按计划进行检查，早产宝宝建议每个月带孩子回医院做生长发育评估。

抗病毒 防治流感专栏

白云山板蓝根颗粒 **特药**

板蓝根是民间长期使用药物，在流感早期使用，不仅有抗病毒作用，还能够通过调节宿主过度免疫反应“抑制病毒介导炎症”起到作用。

与病毒赛跑 就是任性

新一波流感来临 用板蓝根提前预防更有效

又一次强冷空气横扫北方，大雪纷纷，广东近日已进入湿冷模式。相关疾病防治成为市民重点关注的话题，尤其要应对3月份可能出现的新一波流感。

钟南山：板蓝根可抗病毒 调节免疫 抑制炎症

近日，国家卫计委公布了《流行性感冒诊疗方案(2018年版)》(以下简称《方案》)，《方案》中推荐流感早期服用清热解毒类药物，并作了举例说明。

对此，国家呼吸系统疾病临床医学研究中心主任钟南山院士发表了自己的看法。1月17日，钟南山院士在广州一个公益健康讲坛上称，结合临床观察，板蓝根是民间长期使用药物，流感早期使用有帮助。白云山板蓝根不仅有一定的抗病毒作用，还能够通过调节宿主过度免疫反应“抑制病毒介导炎症”。

“在疫情早期，使用抗病毒药物能减少病毒的传播。”钟南山说，“抗病毒药物适用于患者出现符合流感的临床症状，并且所在地区已报道有流感出现时。”

白云山®板蓝根

抗病毒 防治流感

钟南山院士研究发现：白云山板蓝根抗病毒抗炎并重

大姨妈总不走? 或是子宫憩室惹的祸

受访专家/广州中医药大学第一附属医院妇科教授 庞震苗 文/羊城晚报记者 陈辉 通讯员 张秋霞

剖宫产后遗症之一就是可能让子宫多个小房间，叫做“子宫憩室”。广州中医药大学第一附属医院妇科教授庞震苗介绍，子宫憩室有可能导致月经淋漓不尽、痛经或慢性盆腔痛，甚至会导致不孕。

都是剖宫产惹的祸

剖宫产和憩室之间有什么关系吗?当然有。庞震苗解答，绝大多数的疤痕子宫切口憩室都是由剖宫产引起的，其原因有很多。一、比如说剖宫产的横切口都要选择靠子宫下段的位置，而子宫下段已经接近子宫颈，宫颈和宫体的肌肉组织是不同的，这样切口的上缘和下缘就可能发生对不良的情况，而且宫颈血运比较少，缝合时过密、过多的话，就容易因为血供减少，导致局部缺血、坏死，在宫颈处形成腔隙。二、剖宫产术后的切口感染。三、剖宫产术后子宫内粘连位到切口处。有数据报道：一次剖宫产后子宫发生憩室的发生率为61%，两次的达到81%，三次的达到100%。

所以说，准妈妈如果身体条件允许，尽量选择顺产，特别是计划生二胎的女性。

会造成月经淋漓不尽

憩室会有什么不良后果呢?庞震苗介绍，首先，憩室部位的子宫壁变薄，肌肉减少，使得月经期

这个部位收缩不良，经血淤积，排出不畅，于是出现了经期延长，大部分憩室的病人都是因为经期延长前来医院求医的；其次，子宫组织结构异常和淋巴细胞在这个局部的浸润可能会导致患者出现痛经和盆腔痛；另外，由于经血持久性流出，影响到宫颈黏液的形成和精子的运输，这种慢性炎症状态则容易导致不孕；如果已经怀孕了，若有子宫憩室则需要承担胎前产后的风险。

阴道彩超即可确诊

那么如何知道自己有没有子宫憩室?庞震苗介绍，确诊的方式主要有B超、子宫输卵管造影、宫腔镜、MR这四类。B超建议做阴道彩超，时间选择在月经期的七八天时，也就是对于经期延长、造影是门诊手术中心，必须在月经干净3-7内，禁房事，查白带合格后可以预约施行；宫腔镜器材比较贵，所以很多医院没有在门诊手术室开展，需要住院检查；MR检查的最佳时机是在月经完全干净后。

治疗上目前国际上并没有统一、具体的标准与方案。治疗方案主要分为保守治疗和手术治疗两类，保守治疗的方案可以选择：口服避孕药、中药等。手术治疗有：憩室切除术、憩室修复术和子宫切除术三大类。

祈福医院二期缓解附近居民就医难题

近年来，随着人们健康意识的提高，有病治病，无病防病，令医院人满为患，尤其是三甲医院，床位都是“一床难求”。为了缓解这种状况，广东祈福医院于两年前开始建设二期工程。近期，祈福医院二期大楼(2号楼)已陆续投入使用，新增床位1500张，未来全院床位更可达3000张，可有效缓解附近居民的住院难问题。

祈福医院2号楼从设计、建设到装修，都“以病人为中心”。整洁舒适的就医环境，国内外先进医疗设备及智能设施的引入和大量知名专家的进驻。如引进一批国内外先进的设备，像PET-CT、国际最新直线加速器、一体化的手术室、罗氏全自动检验检查及存储系统等。这些高精尖的设备，让患者的

冰敷可以止皮肤痒,这些办法你要知

文/羊城晚报记者 张华 通讯员 陈永华

干燥寒冷的天气，人的皮肤感觉特别敏感，尤其是在脱衣服之后，感觉浑身痒痒。难道只有抓到痒痒才可以止痒?广州市皮肤病防治所中山四路门诊皮肤科医师叶倩如说，其实缓解痒痒有很多办法，搔抓倒是医生们都不推荐的办法。

局部降温竟可缓解痒痒

虽说搔抓可以止痒?令人意想不到的，局部降温也可以止痒。叶倩如说，在痒痒的部位给予降温处理，比如用布包裹着冰块或使用湿冷的布局部敷，持续时间控制在5-10分钟或直至痒痒消退。或者外用冷却剂，比如选用含有薄荷醇、炉甘石成分的产品，将其放于冰箱后，再涂在痒痒处，可以达到降温止痒的效果。

痒痒难忍时，洗澡就不要用热水淋浴了或者泡澡，水温过热容易破坏皮肤油脂，从而加重痒痒。因此淋浴或泡澡时

的水温控制在40℃以下，时间不超过10分钟。如果皮肤已经被抓破或者有水泡渗出，可以用燕麦浴，对痒痒能起到舒缓的作用。

尤其需要注意的是，在治疗痒痒的过程中，切忌搔抓。因为搔抓会加重皮肤痒痒，形成痒痒-搔抓-痒痒加重的恶性循环，增加皮肤感染的风险。勤剪指甲以减少搔抓对皮肤的刺激及感染风险，儿童或老年人若无法控制对皮肤的搔抓，可带上棉质的手套。

洗完澡后别拿毛巾 反复摩擦皮肤

广东人有个习惯，大冬天每天也要冒着严寒去洗澡。说是洁癖也好，爱干净也罢。总之，不洗澡会感觉不舒服。但是皮肤科医生并不赞同这样的做法。在冬天皮脂腺分泌少，对皮肤的保护不足，很容易因为太频繁的洗澡而导致皮肤干燥。实际上，如果没有大量出汗，两天洗一次也是可以的。而且沐

浴露甚至都可以不需要。叶倩如说，洗澡时选用不含香精的沐浴露或非碱性肥皂，以减少刺激。皮肤干燥的患者可尽量减少使用沐浴露或肥皂的次数，频率控制在1-3次/周。洗完澡后可用毛巾轻轻蘸干皮肤，切忌反复摩擦皮肤，然后在5分钟内，全身涂抹保湿润肤剂。叶倩如指出，在选用保湿剂的时候，注意挑选不含香料和添加剂的产品。

需要提醒的是，冬季最好穿宽松、全棉衣物，紧身、羊毛或其他纤维的衣物容易刺激皮肤，引起剧烈痒痒。冬季若皮肤干燥明显，必要时可使用加湿器。如果痒痒严重，采用以上办法仍无法改善，建议到医院皮肤科或者广州市皮肤病防治所就诊，切勿盲目地使用盐水、醋、消毒水等外洗外擦，而是由专科医生根据个人皮肤状况制定合适的方案，以免加重病情。

小心拇外翻 高跟鞋要动刀

受访专家/广东省中医院足踝外科副主任医师 谢杰伟 文/羊城晚报记者 陈映平 实习生 陈美娟 通讯员 宋莉萍

尖头高跟鞋是众美女的最爱，穿上这鞋马上变得亭亭玉立，回头率也提高不少。但你有没发现，你的双脚会出现特殊的形状——拇外翻?拇外翻不仅会造成外观不美丽、选鞋困难及容易损坏鞋形，还会引发很多严重的并发症。广东省中医院足踝外科副主任医师谢杰伟提醒，长期穿高跟鞋尖头鞋的美女，特别要小心得拇外翻。

长期穿高跟鞋尖头鞋的美女易得拇外翻

谢杰伟介绍，正常人足的第一足趾轴线，与足的第一跖骨轴线，两者之间的夹角，在0-15度之间，如果超过15度，那就是拇外翻了。拇外翻患者多数有家族遗传倾向——以母亲遗传给女儿最常见，这是先天因素。而导致拇外翻的最主要的后天因素是长期穿高跟鞋尖头的鞋子，因为穿那样的鞋子站立或行走时，由于力量的作用，只能不断将前足往鞋头处挤压，久而久之，各足趾被迫往中间靠拢，就形成了拇外翻。

拇外翻需要治疗吗?

“对于这个问题，很多女性都特别关心。”谢杰伟强调，“要治疗。”他

进一步解释，是为了预防出现疼痛症状，防止畸形进一步加重，即使是没有症状的拇外翻也要进行治疗。而有疼痛但不影响日常生活的拇外翻更要治疗，目的是去除疼痛病因，缓解疼痛症状，防止畸形进一步加重。并且，有疼痛、影响日常生活的拇外翻完全可以通过手术矫正，矫正后，疼痛和畸形均可以消除。

拇外翻分轻重不同情况对待

谢杰伟指出，一般对于儿童及青少年继发于扁平足的拇外翻，可以定制矫形鞋垫，针对性的矫正患者足的力线。对于成年人有症状的拇外翻，首先是避免穿高跟鞋尖头的鞋子，选择鞋头较为宽松舒适鞋子，并通过足部肌肉训练，比如赤脚行走、拇趾抗阻力的锻炼，以及佩戴矫形支具进行矫形。成年人出现轻度疼痛症状，但不影响日常行走功能的拇外翻，可以在以上治疗的基础上，加上消炎止痛或中药外敷来缓解症状。

拇外翻疼痛症状较重，并影响日常行走功能的患者，建议尽快行微创手术矫形治疗。谢杰伟介绍，多数患者术后第二天就可以开始下地负重行走啦。对于骨质疏松患者，术后穿足跟减负鞋，第二天就可以下地行走，一个月之后，就可以开始穿上普通鞋子，进行正常的生活、工作、旅游。

早期筛查乳腺癌,首选钼靶

文/羊城晚报记者 张华

近日，由SMI瑞士医疗国际集团主办的国际“保乳保子宫”中国行暨“中欧乳腺肿瘤全程管理联盟”筹备启动仪式在广州举行。在活动现场，来自国内外的乳腺肿瘤专家针对乳腺癌的全程管理进行了探讨，有专家认为，早期发现乳腺癌是保乳的关键，而早期筛查乳腺癌应首选钼靶。

保命还是保乳?

我国乳腺癌发病率的快速增长速度是全球平均速度的两倍多，城市地区尤为明显，目前广州已经成为中国乳腺癌发病率最高的地区，据调查，广州每10万人口中差不多有50人患有乳腺癌。中山大学孙逸仙纪念医院首任乳腺肿瘤医学部主任苏逢锡在会议上表示，乳腺癌首先是手术治疗，如果乳房切除加上腋窝清扫，基本上会出现上肢水肿、活动受限等，有些人会因此而丧失上肢的运动功能。所以说，这是一个致残手术。

早期发现筛查首选钼靶

对于早期的乳腺癌患者，早发现早治疗，才能达到保乳目的。苏逢锡教授认为，在筛查早期乳腺癌时，首选钼靶，这是没有争议的。因为钼靶发现的乳腺癌肯定比B超早，因为能够发现细小的钙化的一定是钼靶。苏逢锡称，有质量的乳腺癌筛查，每1000个人群中应该筛查出一个乳腺癌患者，如果筛查不出来，那可能并不是好事，说明筛查工具不合适。故建议35岁以下女性每年做一次乳腺彩超检查，35岁以上女性建议每年做一次乳腺彩超和钼靶检查。

肺癌患者 精准基因检测决定是否用靶向药

文/羊城晚报记者 余燕红 实习生 张文曦

在中国，肺癌每年的死亡病例达到73万，是美国的三倍多，而靶向药物的出现和应用使患者的生存时间和生活质量不断得到改善。近日在深圳举行的阿斯利康第一届肺癌高峰论坛上，广东省人民医院终身主任吴一龙教授指出，基因检测是精准使用靶向药物进行治疗的前提。在未来的5到10年，随着精准医疗的发展，肺癌可以像高血压、糖尿病一样，成为可控的慢性疾病。长期的治疗费用对患者及其家庭而言仍是不小的负担。为此，政府、慈善机构与企业多方并举，发起了从诊断到治疗的多项公益和援助项目，全方位提升越来越多的肺癌患者生存期跨越5年，生活质量显著提高。

在我国上市的一个晚期非小细胞肺癌靶向药开启了肺癌的精准治疗时代，为EGFR突变阳

健康资讯

祈福医院二期缓解附近居民就医难题

近年来，随着人们健康意识的提高，有病治病，无病防病，令医院人满为患，尤其是三甲医院，床位都是“一床难求”。为了缓解这种状况，广东祈福医院于两年前开始建设二期工程。近期，祈福医院二期大楼(2号楼)已陆续投入使用，新增床位1500张，未来全院床位更可达3000张，可有效缓解附近居民的住院难问题。



制图/王军