

(上接 B27 版)

疫苗没打全的赶紧补种,配眼镜要找专业医生,单纯的牙齿正畸现在还来得及……

开学了,“健康包”准备好了吗?

□记者 林辉

疫苗接种一个不能少

“快上学了才发现孩子疫苗没打全,还得赶紧来补种。”前天中午,还没到开诊时间,准小学生军军就被爸爸杜先生带到医院补种疫苗。记者在采访中发现,平时到医院接种疫苗的大多是两岁以下的幼儿,而现在,一些准小学生明显多了起来。

“夏秋之交,是乙脑、发热、腹泻等疾病的高发期,水痘、腮腺炎、麻疹等容易在学生中传染,家长一定在开学前给孩子接种疫苗,防患于未然。”郑州大学第三附属医院儿保科预防接种室副主任护师郭淑惠说,为了保证孩子健康生活,按照国务院《疫苗流通和预防接种管理条例》规定,托幼机构、小学一般在办理入托入学手续时,都要查验预防接种证。

“通过查验工作,可以及时发现哪些儿童漏种了哪些必须打的预防针,之后学校将给漏种的儿童发放补种通知单,带回后由

家长带儿童前去指定的接种门诊补打预防针。”郭淑惠介绍说,如果没有完成全程的免疫接种,孩子的体内就没有足够多的抗体保护,那么,在成长过程中就很容易受病原体感染而发病,“同时,未补种的孩子到一个集体可能是个易感者,就容易引起学校的某种疫情流行或爆发。”

“如果发现漏种的预防针较多,为避免让孩子一次接种过多,出现不良反应,一般会在开学前先补种一两种,然后在开学后的一定时间段内再把其余的都补种上。”郭淑惠说,如果儿童家长发现孩子的接种证已经遗失,可以去孩子原来打预防针的地方开具接种记录证明,证明经接种单位盖章后也可以代替接种证,“外来儿童预防接种证如果没有带在身边,家长应该提前从老家取回接种证或开具接种记录证明,以免影响儿童的入托、入学。”

戴不戴眼镜听医生的

随着开学的日益临近,郑州市各大医院的配镜中心及很多眼镜店都忙碌起来。为了招揽生意,部分眼镜店打出了“立等可取”的广告,称只需要电脑验光、插片检查、制镜即可,很快就能取镜。

“为了避免由于配镜不当造成青少年眼睛不适及度数加深,我们建议青少年尽量选择正规医院的眼科,经过医学验光配镜。”郑州市第三人民医院眼科主任张海军说,医学验光作为临床诊断过程,需要经过散瞳验光、电脑验光、插片验光、角膜曲率、红绿试验、散光轴及度数的测定、试镜等多个步骤,这样确保配镜精准度高,有效防止过度矫正,还使配戴更舒适。

陈女士的儿子要上初一了,双眼近视程度不高,都在100度左右,考虑平时看东西不费劲,所以不想给孩子配镜。“是否需要戴眼镜,不仅仅与孩子的屈光程度有关,还要经过散瞳验光来确定。”张海军介绍说,通过散瞳后,判定是真、假性近视,当假性近视时可以不戴眼镜,通过休息和治疗可使视力得到恢复,“真性近

视则一定要戴眼镜,一般来说,孩子近视达100度以上的,应当鼓励孩子戴眼镜,否则眼睛容易产生疲劳,更易使度数加深”。

在青少年近视中,配镜后仅上课戴、不上课不戴的为数不少。张海军说,这种做法是不正确的,配戴适当度数的眼镜后,视力达到正常,眼的疲劳症状消失,能够使视觉功能得到正常生理发育,终生保持良好视力,“相反,配镜后仅上课戴下课不戴者,虽上课时视力提高,但下课后在日常生活中,视物仍模糊不清,眼部的肌肉还需要加强调节,近视度数还会继续加深”。

有很多家长利用一些按摩法、眼保姆镜等想给孩子消除近视,避免戴镜。张海军说,刚开始可能会让孩子的眼睛感到舒服或者视物好像清楚了一些,但仅仅是对假性近视及早期轻度近视者有些效果,还不能持久,“对于中小学生来说,保护视力最好的办法就是多参加户外运动,例如打乒乓球、羽毛球等,同时每天做一做眼保健操,可以有效缓解视力疲劳”。



儿童牙齿不齐不能等

这个暑假,读小学二年级的盈盈被妈妈带到医院做了牙颌畸形的矫正,戴上了牙套。记者从郑州各大医院口腔科和市口腔医院了解到,暑假期间到医院进行牙齿矫正的孩子成倍增加。

“平时来就诊的学生很少,但最近数量翻了一倍。”河南省人民医院口腔医学中心副主任王永功说,这些小患者以治疗龋齿和进行正畸者为主。

“不少孩子的牙齿排列畸形、颌面形态畸形等口腔错合畸形问题拖延多时未治,家长在开学前才想到带孩子来医院,但时间可能已经不够了。”王永功说,很多家长以为装个牙齿矫正器半天足够了,其实,从拍片、制订矫正方案、制模、拔牙到戴上牙套,至少要1至2周的时间,必须数次跑医院,“不过,如果不拔牙,在这个周四(8月23日)之前进行正畸还来得及”。

同时,矫治方案也因牙而异。王永功说,大多数口腔正畸黄金时期是12到14岁之间,此时乳牙基本替换完成,治疗周期相对较短,矫治完成后也容易保持效果;但像“地包天”、小下巴、面部左右不对称、严重的龅牙和严重的牙齿拥挤不齐等影响面部骨骼正常发育的错颌畸形,宜尽早就医,一般7至8岁就可以进行活动矫治。

“戴了矫正器还要注意口腔卫生和保养。”王永功提醒说,戴矫正器的学生最好使用刷头尽量小的软毛牙刷,一天三次及时刷牙;其次,每个月到医院检查时,要冲洗干净;第三,不要用牙去啃东西,特别是有硬核的东西,否则容易损坏矫正器。

扁桃体常发炎勿久拖

马上就要读高一的杨洋经常扁桃体发炎,特别是每当学习紧张时,还会发烧。因毕业班学习紧张,只好选择保守治疗,暂时先用药物把炎症消下去,一直到今年暑假,他才到医院做了切除手术。

“扁桃体是一个免疫活性器官,可产生淋巴细胞和抗体,具有抵抗细菌和病毒的功能,并使整个机体产生免疫。”河南中医院第一附属医院耳鼻喉科主任李莹说,对一个10岁以下的健康孩子来说,扁桃体就像个看门人,起着一定的守护作用,但当身体抵抗力下降,或者病菌多次侵袭,特别是病菌数量大、毒力强时,扁桃体会发生炎症,“如果治疗不及时,扁桃体会成为身体其他疾病的病灶,可能进一步引发肾炎、风心病、关节炎、牛皮癣”。

“扁桃体虽然具有免疫功能,但也是可以切除的。”李莹说,通常扁桃体一年内发炎5次以上,每次发炎时都有高热等全身症状严重;儿童扁桃体过度肥大,在安静时出气粗、睡觉打呼噜憋气时可切除。

尽管扁桃体切除手术没有明确的时间要求,家长可以选择在不影响孩子学习的时间进行,然而,对有些孩子来说,拖着拖着可能拖出问题。李莹说,如果孩子晚上打呼噜时,打着打着突然没声音了,一摸鼻子,连呼吸都消失了,或者半夜会憋气惊醒,这说明孩子已出现睡眠呼吸暂停综合征,就应该及时手术,否则会影响孩子的生长发育,“以目前的医疗水平来说,扁桃体、腺样体切除手术一周即可康复,因此,现在也可带孩子来医院治疗”。



郑州艾格眼科医院
专业的 专业的 专业的

省、市医保(新农合)定点医院
www.eyegood120.com

周年庆

院庆·感恩·回馈 7月4日-8月31日

5年回馈大礼

- 安卓飞秒矫治近视手术最高减免5555元
- 持省、市医保接受白内障手术,赠进口人工晶体

恭贺艾格眼科医院成立5周年

河南省助残济困总会 河南省民营医院发展促进会

决策探索 健康导报 青年导报 河南电视台民生频道

郑州电视台 河南交通广播电台 中国视力网 华夏近视网

美国博士伦公司 德国Wavelight公司 美国AMO眼力健公司

美国STAAR Surgical公司

地址: 商城路与城东路交叉口东50米 电话: 0371-60100601