

莫把骨肉瘤误当孩子“生长痛”

腿痛3周不缓解需警惕



■ 本报记者 马珂 通讯员 汪传喜

7月4日是“国际肉瘤宣传日”。据了解,骨肉瘤是最常见的原发性恶性骨肿瘤,好发于8—25岁的青少年。但是,由于青少年在日常生活中活动量大,平时难免发生磕磕碰碰,出现关节疼痛时怕父母担心,往往能忍则忍。大

部分家长缺乏医学知识,往往将孩子这些疼痛视为正常的生长痛或运动损伤,不易联想到骨肉瘤。

肉瘤发病率跃居儿童肿瘤前三位

9岁的小齐,一向健康活泼。可是,

几个月前,父母发现小齐动不动就说膝盖痛,走不动路。父母以为他正处于长身体的高峰期,可能出现了所谓的“生长痛”。每次他叫痛时,就帮他揉揉或让他多喝点牛奶补钙。

万万没想到,3个月后,小齐连路都走不了了,夜间膝盖更疼得厉害。到医院检查,他竟被确诊为右膝小圆细胞骨

肉瘤,病灶已向脊柱和肺部转移,不得不截肢、化疗以稳定病情。

据了解,肉瘤发病率占儿童肿瘤的15%—20%,在世界各地均已排到儿童肿瘤发病率第二或第三位。肉瘤中的骨肉瘤更是以儿童和青少年为主要发病人群。肉瘤中很常见的骨肉瘤,多发生在10—20岁的孩子们身上。

海口市人民医院骨科中心主任张寿表示,这与青少年正处于骨骼快速增长有关。骨生长快,容易错位,导致恶性骨肿瘤常发于膝关节等部位。其发病原因还没有定论,目前比较权威的说法主要是因为遗传因素、良性病恶变、外伤及感染等,环境的恶化也会加速病情发展。

骨肉瘤早期症状不明显

骨肉瘤主要发生在下肢,如股骨下端、胫骨上端,特别是膝关节周围等部位,而且发展迅速,恶性程度很高,大部分患者确诊时已存在临床不能发现的微转移灶,约九成患者出现肺转移。“这与骨肉瘤早期隐蔽性较强、症状不明显有关。不要说是家长,不少非专业的医生对它都缺乏认识,导致60%的病人确诊时已发展至中晚期。”张寿称。

青少年普遍活动量大,平时难免发生磕磕碰碰,出现关节疼痛时怕父母担心,往往能忍则忍;而多数家长缺乏医学知识,往往将孩子的疼痛归因为正常的生长痛或是运动损伤等。

膝关节为最常见疼痛部位

“膝关节是骨肉瘤最常出现疼痛的部位。”张寿结合多年的临床观察指出,疼痛是骨肉瘤的一个主要症状。这种病早期症状不明显,但父母通过密切留意孩子的变化,也能发现蛛丝马迹。

医生建议,如果孩子出现腿痛3周不缓解或出现以下症状时,就应及时到医院拍片排查,以便早发现、早治疗

1.四肢常有不规则的隐痛不适,开始表现为关节周围间歇性疼痛、酸痛、钝痛,服止痛药有效。但是,随着病情加重,疼痛剧烈难以忍受且持续时间延长,普通止痛药无效,而且疼痛会向其他部位放射。

2.逐渐出现关节周围肿胀、肿块,并伴有皮温升高、静脉怒张等表现;肿块不断增大,症状日益加重。

3.出现与运动无关的疼痛,特别是夜里疼痛明显,有可能是肿瘤的生长表现;而当处于运动状态时,关节疼痛进一步加重。

4.病情发展十分迅速,甚至隔天都有加重迹象。

5.除骨关节痛外,还逐渐出现体温升高、厌食、消瘦和面色苍白等全身反应。

育儿百科

牛奶并非越浓越有营养

牛奶营养好,又富含钙质有助于孩子长高,所以妈妈们都喜欢让孩子喝牛奶。但是有人认为,牛奶越浓,身体得到的营养就越多,这是不科学的。

所谓过浓牛奶是指在牛奶中多加奶粉、少加水,使牛奶的浓度超出正常的比例标准。许多家长唯恐牛奶太淡,便在其中加奶粉。

目前市场上的奶粉其实都可称为“配方奶”,是以牛奶为基础改良的奶粉,其有效成分有固定的比例,尽可能接近母乳。如果太浓,牛奶渗透压高,容易引起高渗性脱水,对肠道粘膜有损伤。

同时,长期喂养这种奶粉,会增加引发血低钙血症、消化道梗阻的概率,严重者甚至影响维生素吸收,引起佝偻病和缺铁性贫血。

专家表示,奶粉“越浓越有营养”的看法肯定是错误的。当婴幼儿食用高浓度牛奶后,会使体内水分大量流失,造成腹泻等电解质流失,进而影响营养吸收。

牛奶中的钠含量是人体的两倍,牛奶浓度越高含钠越多,3岁前婴幼儿喝牛奶会血钠浓度升高,引起诸如便秘、血压上升甚至抽搐、昏迷等症状,长此以往会影响智力。而配方奶粉调整了蛋白质和脂肪结构,钙磷比例,又添加了一些维生素、微量元素、核苷酸、多不饱和脂肪酸等婴幼儿生长发育必需的成分,克服了鲜奶的缺点,更有利子孩子的健康成长。”

(桑文)

孩子咳嗽 家长别忙着给吃止咳药

孩子咳嗽了该怎么办?很多家长的第一反应就是给吃止咳药。但专家表示,孩子咳嗽也是有好处的,家长不要忙着给吃止咳药。

治疗孩子咳嗽应该先化痰在止咳。如果先用止咳药,虽然通过药物作用将咳嗽止住了,但是痰液等异物还是存在于呼吸道并没有清除,再加上止咳后没有了咳嗽这个排出痰液的动作,对病情恢复反而不利。所以建议先用化痰的药物,并且要多喝水稀释痰液,让痰液随着咳嗽排出。

专家提醒家长,如果孩子咳嗽有痰,首先要注意排痰。怎样帮助孩子排痰?对于较大的孩子,可以教他先深吸气,然后用力咳嗽排痰。对于小宝宝则需要家长协助,抱起孩子,然后用空掌轻拍孩子的背部,时间可以稍微长一点,一天两到三次,每次三到五分钟,这样也有助于排痰。如果痰液黏稠难排出,可先喝水稀释痰液,有条件的家庭还可选择雾化治疗。

在孩子咳嗽期间应多喝水,以利于痰液排除,多吃富含维生素易消化的食物,应尽量避免食用会诱发哮喘的食品,如鱼、虾、蛋、奶等含蛋白质丰富的食物。此外,还应注意注意家居环境干净卫生,多开窗通风。

(桑久)

孩子哭闹不愿上幼儿园怎么办? 父母应该这样做

很多孩子刚开始时都会哭闹着不愿意上幼儿园,这是因为孩子从熟悉的家庭环境进入幼儿园,从亲人身边来到陌生的老师和小朋友当中,心理上会产生不安全感和分离焦虑。

这时候,家长首先要调整好自己的情绪,才能帮助孩子舒缓情绪。孩子总有一天会离开我们,需要自己独立,而上幼儿园是走出独立的第一步,是让孩子去接触社会的第一步。

入园前,父母要多给孩子讲集体生活中有趣的事情,也可以带孩子参观幼儿园,看看小朋友们是怎样交往、学习和生活的,激发宝宝参加集体生活的愿望。其次,在入园初期,父母要以平常心来对待孩子的“哭”,要相信老师会采取有效的措施,使孩子慢慢停止哭闹。另外,家长要积极配合幼儿园,帮助孩子顺利地度过适应期。如:把孩子送进幼儿园后要立即离开,不要悄悄地躲在门外或窗口观察他,因为一旦被孩子发现,容易引起其情绪波动,使情绪刚刚稳定下来的孩子重新哭闹起来。

(宗和)

推婴儿车如何安全乘电梯 乘电动扶梯最好抱起孩子空车上梯

不少妈妈都反映在推婴儿车外出时,乘坐电动扶梯是一件很麻烦的事,直接推上去怕危险,但推着婴儿车不爬楼梯更不方便。推婴儿车外出到底该如何安全乘电梯?

有关专家提醒家长,推婴儿车最好选择乘垂直升降梯。公共场合搭乘扶梯的人较多,而婴儿车的车身比较大,万一出现急停、人群拥挤很有可能导致车身下滑。质监局人士提醒,不要把婴儿车推上扶梯。因为婴儿车的轮子可能会被扶梯踏板夹住,导致车内的婴儿随着惯性摔出去。

如果没有或没找到垂直升降梯,需要乘电动扶梯,建议抱起孩子,空车上梯。这是最安心也是最靠谱的带婴儿车乘电动扶梯方法。

如果妈妈一个人带宝宝外出,不方便一手抱孩子一手推车,在推车上下电动扶梯时一定要注意倾斜角度。首要的便是保持婴儿推车的水平与平稳,避免车子在上下的过程中倾斜角度过大。“倾斜程度越大,摩擦力越小”,当推车的倾斜角度过大,妈妈在上下电梯的时候不仅需要更多力气来稳住推车,而且也会让车内的宝宝感到不适。乘上行扶梯时可后轮着地,前轮微微抬起,双手扶稳车柄固定推车;乘下行扶梯时,比较靠谱的做法是妈妈手扶推车倒退着下,后轮微微抬起,前轮着地。

(宗文)



王琦为家长提出以下建议:

- 1.在季节交替、气温骤变时,家长应尽量为孩子做好防寒保暖,避免着凉、感冒。
- 2.避免食用会引起过敏症状的食物,如海产品、冷饮、碳酸饮料等。
- 3.家里不要养宠物和养花,不要铺地毯,避免孩子接触花粉、尘螨、油烟、油漆等。
- 4.不要让孩子抱着长毛绒玩具入睡。由于尘螨容易依附在毛公仔上,最好不要把毛公仔放在孩子的床上,如必须摆放毛公仔,则最好用胶袋把毛公仔包着又或是每星期以热水洗涤,也可每星期把毛公仔放入冰箱里数小时,杜绝尘螨滋生。
- 5.在浴室或地下室,应使用除湿机和空气过滤器,并定期更换过滤网。
- 6.被褥要常晾晒。
- 7.小儿过敏性咳嗽的治疗应避免滥用抗生素及激素。可通过寻找过敏源的方法找出过敏源而进行脱敏治疗。

的反射能力差,再加上支气管管腔狭窄,血管丰富,纤毛运动差,痰液不易排出。若过多地服用咳必清、咳美芬、五味子等止咳药,就容易造成痰液大量滞留在呼吸道内,引起气管阻塞,出现胸闷难受、呼吸困难、脉搏加快等现象,甚至继发细菌感染。

王琦称,过敏性咳嗽是儿童过敏疾病中相对严重的一种,容易合并支气管炎、肺炎等疾病。八成孩子5岁前发病,治疗最好在5-7岁时进行,只要采取正确的脱敏治疗,大多数孩子的病情可以得到控制,过敏体质得到改善,达到根治的目的。



暑假来临, 谨防孩子眼部受伤

■ 本报记者 马珂 通讯员 钟友廷

暑期将至,很多孩子的暑期计划已经提前安排妥当。外出旅游、夏令营、登山、骑行、游泳……丰富多彩的暑期生活让人眼花缭乱。如何让孩子在游乐的同时爱护好自己的眼睛,免受意外伤害呢?

近日,中山大学中山

中心海南眼科医院(海南省眼科医院)

小儿眼科主任龙登虹接受记者采访,

为读者支招。

平时玩耍时,孩子有时会不幸被

棍棒、弹弓、锐器等外界物体击中眼

球,造成眼外伤。这种情况下,应让患

者安静平卧,避免躁动啼哭,切忌对伤

眼随便进行擦拭或清洗,更不可挤压眼伤眼,以防眼内容物被挤出。受伤后,应立即用干净的手帕或毛巾松松包扎伤眼,一定要对双眼进行包扎,减少因眼球的活动带动受伤眼的转动,避免伤眼因震动、摩擦和挤压而加重伤口出血。

医生提醒,包扎时不要滴用不洁的眼药水,也不要涂眼药膏,因为眼药膏会给医生进行手术修补伤口时带来困难。双眼包扎妥当,尽快将患者抬送医院抢救,途中要尽量减少震动。

眼部化学性烧伤是由化学物品的

溶液、粉末或气体接触眼部所引起

的。

家长应随身带一瓶氯霉素眼药水,

尽量不要在风景区的河流、湖

泊、池塘中洗手洗脸或游泳,以免感

染眼病;自带个人用品,注意用手清

洁,切忌用脏手揉眼。一旦发现眼

睛干涩、刺痒、疼痛、红肿、流泪症

状时,要用氯霉素眼药水点眼,多闭眼休息。