

## 医线聚焦

近年来，全国多地医院相继开设学习困难门诊，让“学习困难”备受关注。目前，海南也有多家医院开设学习困难门诊。学习困难是病吗？是否需要医学干预？近日，海南日报全媒体记者探访海南3家医院的学习困难门诊，为读者揭秘学习困难门诊到底看什么病、如何看病。

# 学习困难，是否『寻医问药』？

■海南日报全媒体见习记者 王洪旭

## 学习困难 门诊号源抢手

近年来，全国范围内多家医院纷纷开设学习困难门诊。海南多家医院也相继推出了相关诊疗服务。

2023年3月，上海儿童医学中心三亚市妇女儿童医院发育行为儿科开设了海南省首家学习困难专科门诊，自开诊以来，由于需求量大，常常出现“一号难求”的情况。今年1月，海南省安宁医院也开设了学习困难门诊，至今已接诊了1700人次，每周内、周末及节假日均安排专家出诊，专家号源非常抢手。今年10月14日，海南省妇女儿童医学中心也加入了这一行列，开设了学习困难门诊，由该院副院长肖乐教授坐诊，每周一上午和周三晚上出诊。10月19日，海南日报全媒体记者从海南省妇女儿童医学中心预约挂号平台了解到，无论是普通门诊还是特需门诊，号源都已被预约一空。

在海南省安宁医院，每周六的学习困难门诊都会迎来一个小高峰。该院儿少医学中心主任林荫告诉记者，门诊中的孩子普遍面临注意力差、学习障碍、情绪和精神心理障碍等问题。这些孩子在学习上遇到了不同程度的挑战，急需专业医生的介入帮助。

林荫曾接诊了一位9岁男孩，孩子存在注意力不集中、作业拖拉、畏难等困扰，经常与爷爷发生冲突。经过评估和检查，林荫诊断孩子患有多动症。起初，孩子的爷爷对药物治疗持保留态度，但经过林荫的耐心解答，爷爷认识到多动症的严重性，并同意了治疗方案。

每次复诊时，林荫都会强调坚持足量足疗程的治疗，并建议家长减少孩子接触电子产品的时间，调整饮食结构，避免人造色素摄入，改善生活方式，保证充足睡眠和增加户外运动等。林荫表示，孩子最近一次复诊已显示了积极的变化。

## 乐城已推出12款医旅新产品 疗愈之旅，解锁旅游“新姿势”

■海南日报全媒体记者 陈子仪

“请您坐好，眼睛看前面的图片。”近日，博鳌国际视光中心里熙熙攘攘。来自海口的李伟(化名)坐在验光室里，身着白大褂的验光师陈锦涛正通过面前的仪器检查他的眼睛情况。

当天，李伟用上了乐城特许的明星产品蔡司第二代全飞秒激光 VisuMax 800，完成了近视激光手术。“手术时间很短，只有几秒钟，而且几个小时后视力基本就恢复了。”谈起术后感受，李伟连连点赞。

这个国庆期间，身穿白大褂选择来乐城体验一场“摘镜”之旅。“手术后很快就能恢复，还不影响假期旅游。”博鳌国际视光中心相关



蔡司第二代全飞秒激光 VisuMax 800手术现场。

采访者供图

负责人表示，假期平均每天有近20位患者预约“摘镜”。

热闹的场景同样出现在博鳌超级医院。近日，该院副主任医师杨



蔡司第二代全飞秒激光 VisuMax 800手术现场。

采访者供图

## 学习困难该如何应对？

肖乐表示，孩子出现学习困难不仅影响学业表现，还可能损害他们的自尊心，影响同伴交往，甚至可能导致情绪问题和逃避学习的行为。因此，当孩子出现学习困难，建议采取“家—校—医”协同的模式进行干预。

“学习困难是一种综合现象，家长的理解、支持和恰当的教育方式对孩子的进步至关重要。”肖乐表示，学习困难没有统一的治疗模板，每个孩子所面临的具体问题都不一样，有可能是神经发育上的问题，比如智力问题、注意力问题等；也有可能是情绪上的障碍，比如焦虑和抑郁，甚至是多种情况合并。因此，诊疗方案需要系统化、长期化和个性化。海南省妇儿中心设立学习困难门诊，就是要和家长们一起应对孩子的学习困难问题，通过专业评估和检查，识别出阻碍孩子们学习的各种障碍，及时转到相对应的专科，尽可能地帮助他们找回对学习的信心和兴趣。

肖乐建议，家长应多跟老师沟通，因为老师更容易发现孩子的学习困难问题。“从日常的接诊情况看，很多到学习困难门诊就诊的孩子，就是老师建议来就诊的，因此家长要多听取老师的意见。”肖乐说，如果孩子情绪波动比较大，主动提出来想看医生，家长一定不要大惊小怪，要尊重孩子的意见，跟孩子配合好，积极就诊厘清问题后，争取尽早干预。

## 学习困难是不是病？

学习困难是病吗？不少家长受此困扰。对此，林荫表示，正规医院开设学习困难门诊并不是制造焦虑，而是寻找背后的原因，分辨是生理因素、心理因素，还是家庭社会因素所致。

从广义上来讲，学习困难是指孩子在学习过程中，因为学习能力达不到正常要求，或者跟不上正常水平，导致学习成绩差，不能正常完成学业的情况。临床上并没有“学习困难”这种病，所以它不能叫“专科门诊”，只是为了方便患者就诊而设立，但是像书写、阅读、计算等方面的学习障碍是可以有明确诊断的，所以学习困难的确有不同类别。

从接诊的病例来看，引起学习困难的很多因素，有可能是神经发育障碍导致，也有教育不当、家长期望过高造成孩子压力过大等原因。其中，多动症是学习困难门诊中最常见的疾病之一。林荫提醒，家长要注意观察孩子的行为，如存在以下六种表现，建议及时寻求专业医生帮助：

1. 注意力不集中，做事磨蹭、有头无尾，缺乏时间观念和任务感；

2. 动作迟缓，身体协调能力不良，书写笨拙、幼稚，缺少笔画；

3. 缺乏学习兴趣，缺乏好奇心，易“三心二意”，易情绪化；

4. 学习态度不好，目的不明确，呈现一种漫无目的的学习倾向。

5. 上课好动、坐不住、小动作多、自我控制力差；

6. 自我评价差，容易忧郁、焦虑，易自卑及封闭。

## 理性看待，切勿焦虑

当下，国内各地纷纷开设学习困难门诊。“学习障碍的投入非常专业，需要多学科力量投入，找出问题后还要找到解决方案。”一位业内人士表示。

“学习困难的儿童可能存在不同的问题或障碍，需要根据发育水平，结合孩子存在的问题，精准分类诊断，给予个性化的干预和治疗。”肖乐表示，很多儿童在学龄前期或者婴幼儿期就已经存在预警症状，基础认知功能(感知觉、视知觉、听知觉等感觉)和高级认知功能(注意力、记忆力等)出了问题，影响听说读写等学习技能。如果早期发现，可以及时干预，通过各种训练来做好学业技能准备。

林荫在门诊中发现，学龄期儿童可能神经发育障碍性疾病多，而青少年则是情绪障碍较多，如焦虑、抑郁、社交障碍等。她建议，发现孩子有学习困难，家长不要气馁，要积极检查找到原因后，及时干预尽早治疗；面对有情绪问题的孩子，建议积极进行综合治疗，家庭和学校要给予孩子充分的心理上的支持，再配合医院做好药物治疗、物理治疗、心理治疗，让孩子的学习和心理重回正轨。至于其他神经发育障碍，则需长期随访康复。

“学习困难门诊对孩子是有帮助的，可以帮助孩子早期识别和排除障碍，让孩子学习状态更好。”海南省安宁医院心理咨询治疗中心负责人、副研究员李赛兰表示，很多家长带孩子来就诊，不仅为了提高学习成绩，更是为了能让孩子生理心理上的问题得到解决，让孩子更加独立、自主地学习，促进身心健康成长。

## 学习困难的干预措施

### ●专业评估：

通过体检、智力测验等手段，全面评估孩子的学习能力和潜在问题。

### ●个性化教学：

根据孩子的具体情况，采用特殊的教学方法，如使用视觉辅助工具、个别指导等。

### ●心理辅导：

帮助孩子克服情绪和行为问题，提高学习动力和自我管理能力。

### ●家庭支持：

家长应积极参与孩子的治疗过程，提供必要的支持和鼓励，改善家庭环境，减少负面影响。(侯赛 辑)

## 康养圈

## 活络油不是“万能油”！

■海南日报全媒体记者 侯赛 通讯员 全锦子

一些活络油因其显著缓解肌肉关节疼痛的效果而备受推崇。然而，海口市人民医院中医主治医师陈后焯特别提醒：切勿将活络油视为包治百病的“万能油”，不当使用恐适得其反，加剧原有病症。

活络油的传统草本配方主要由松节油、薄荷油、桉叶油、樟脑等天然植物提取物组成，具有活络经脉、消肿止痛、活血化瘀的独特功效。适用于风湿疼痛、肌肉拉伤、肌腱劳损及轻微挫伤等多种不适状况。

尽管功效明显，但特定情况下，活络油的应用需格外谨慎，以防潜在风险。以下人群使用时应慎重：

**过敏体质者：**过敏体质者用活络油后，易出现皮肤红、痒、痛、皮疹等过敏反应，出现过敏症状应及时停药。必要时可用炉甘石洗剂等涂于皮肤表面，严重时应及时到医院治疗。

**急性损伤初期：**在跌打损伤后的初期(通常指24-48小时内)，损伤部位可能会出现肿胀和出血。这时应采用PRICE原则来处理，而不是立即使用活络油。活络油可能会促进血液循环，从而加重出血和肿胀。

**关节红肿热痛：**关节红肿热痛可能是炎症反应的迹象，如关节炎发作。在这种情况下，使用活络油可能会加重炎症，不适合使用。

**皮肤破损或感染：**如果疼痛部位有皮肤破损、溃疡或感染，使用活络油可能会刺激伤口，延缓愈合过程，甚至引起感染加重。

**孕妇、幼儿：**活络油中含樟脑，对胎儿和幼儿有一定的毒性，孕妇和幼儿应慎用。

**血液循环问题：**如果患者有血液循环问题，如静脉曲张或深静脉血栓形成，使用活络油可能会带来风险，因为它可能会加重血液循环的负担。

**腱鞘炎患者：**近年来用触屏手机、平板电脑等电子产品的人增多，患腱鞘炎，出现手指和腕部疼痛、肿胀的人也很多。这种疼痛的患者，如果用活络油反复揉搓疼痛部位，反而易加重症状。

## 安全使用贴士

**严格区分内外用：**活络油仅供外用，切忌吞食。  
**避开敏感区域：**避免药物触及眼睛、口腔等黏膜组织。

**冷敷优于热敷：**使用活络油时，建议辅以冷敷而非热敷，防止皮肤炎症加剧。

**医嘱优先：**孕妇、哺乳期女性及儿童务必在医疗专业人士指导下方可使用。过敏体质者宜先于小范围皮肤试验，确保安全后再作进一步应用。

**适度适时：**避免长时间、大范围涂抹，以防药物过量吸收带来的副作用。

## 一线医声

## 下肢静脉曲张 “蚯蚓腿”趁早治

■吴鸿飞

下肢静脉曲张是一种常见的血管疾病，主要表现为腿部的浅表静脉扩张、弯曲和凸起，通常伴有不适感或疼痛。“蚯蚓状”的症状，是人们对于静脉曲张这种下肢血管疾病初步的认知。下肢静脉曲张的发病率很高，据报道，欧美西方国家患病率高达25%，国内约为10%，女性比例略高。

正常情况下，静脉内的血液通过静脉瓣膜的作用，避免血液向下逆流，确保血液能够顺利地回流至心脏。但当静脉瓣膜功能不良或血管壁失去弹性时，血液会滞留在腿部静脉内，造成血液倒流和淤积，从而形成静脉曲张。

初期的静脉曲张常无任何症状，最多只在大腿和小腿肚有隐约浮现的青筋，或是像蜘蛛网一样的血管扩张，虽然“不痛不痒”，但随着时间的推移，大部分患者或多或少都能察觉到异样：脚部肿胀、酸痛、无法久站等。

**水肿：**静脉曲张会引起下肢循环不良，血液无法顺利回流。当血液逐渐堆积在小腿时，就发生了双腿水肿的情况。

**皮肤色素沉着：**长期让静脉处于高压状态，会导致小腿的毛细血管通透性增加，而红细胞渗出之后破裂，使铁红素在皮下淤积，久而久之，皮肤就会开始发黑，并逐渐由点状扩大到片状。

**出血：**曲张血管承受全身及下盘的重量，一旦皮肤这道防线保护削弱，静脉就会像定时炸弹，容易胀破引起大出血。

**溃疡：**这种溃疡会经久不愈、局部流脓，甚至散发出恶臭，许多患者即使每天换药、吃抗生素，或通过手术补皮、高压氧等治疗方式，伤口还是好不了。

**静脉曲张形成：**有些患者的浅层静脉会形成血栓，腿部出现硬块，致使局部红、肿、痛，影响行走。此时如果没有及时治疗，当血栓逐渐从小腿蔓延到深静脉、延伸到大腿部位，就很有可能继续恶化，形成深静脉血栓，危及生命安全。

有静脉曲张的人心里会有个疑问：腿上有曲张静脉的患者还能运动吗？答案是：可以运动！但运动的种类和强度需要根据个体情况来选择：

**深浅静脉都正常：**可以进行所有运动，唯一应注意的是，要在运动量偏大时穿I级短筒医用弹力袜保护，减轻静脉负担，同时适当控制负重运动的时间和频次。

**浅静脉出现回流：**建议不做或少做负重性质的运动，其他像是跑步或球类运动，最好穿戴II级短筒医用弹力袜，并在运动完后抬高腿部15分钟左右。

**深静脉系统反流：**最好以游泳替代其他类型的运动方式。此外，运动时要穿着II级医用弹力袜，运动结束后也最好要记得抬高腿部30分钟以上。

(本文作者系海南省人民医院血管外科副主任医师)

## 新医界

刚刚过去的国庆假期，你去哪里玩了？

在海南，不少游客选择到博鳌乐城国际医疗旅游先行区(以下简称“乐城先行区”)体验一场“健康”又“快乐”的旅行。事实上，随着人们对健康生活质量要求的不断提高，医疗旅游作为一种新兴的旅游方式正在逐渐兴起。

今年以来，乐城先行区将海南丰富的旅游资源和园区的特许医疗、康养资源融合，向全国消费者共设计发布12款医旅创新融合产品。今年1月至8月乐城先行区接待医疗旅游人数再创新高，达26.23万人次，同比去年翻了一番。