

关注青少年健康

生长发育门诊的“身高焦虑”

四川天府实现三码合一

本报讯 (记者喻文苏)近日,四川省大数据中心打通“四川天府健康通”与景点票务系统。游客在进入景点时,通过扫健康码,可以一次完成验票、获取健康状态、扫场所码,实现健康码、场所码、门票二维码三码合一。

场所码是“四川天府健康通”平台的一个特色应用,是一项提供给地方和部门开展场所疫情防控管理的重要手段。群众扫码后,平台自动记录进入该场所的相关信息,这些信息仅用于疫情防控。

宁夏吴忠推出电子健康证

本报讯 (特约记者孙艳芳 通讯员梁婷)为落实“放管服”措施,宁夏回族自治区吴忠市卫生监督所日前设计开发了从业人员电子健康证网上预约办理系统,截至目前,线上预约办理的有14000余人次。

据悉,群众关注“吴忠市卫生监督”微信公众号,进入公众号后点击“智慧监管”中的“健康证体检”,即可预约体检。体检合格者,系统自动推送电子健康证明到手机上;体检结果不合格的,系统也有相应的提醒。相比过去,群众省去了到体检机构现场预约、审核、发证、补证等环节的时间;执法人员在日常监督过程中,通过手持终端扫描从业人员电子健康证二维码,即可准确获取从业人员健康信息;电子健康证到期前一个月,系统会推送消息提醒,避免从业人员因健康证到期而受到行政处罚。

河北廊坊启用地方病防控信息系统

本报讯 (特约记者陈春丽)近期,河北省廊坊市启用全民健康保障信息化疾病预防控制信息系统地方病平台。

该平台能够高效实现资料的采集、收纳、分析、共享、公布等功能,对研判地方病流行趋势、开展风险评估、调查核实相关信息具有重要作用,有利于加强廊坊市地方病防控信息化建设,构建系统完善的地方病防控信息系统。廊坊市疾控中心组织人员进行了内部学习,同时对全市责任机构的相关责任人进行了系统权限分配和规范化操作指导培训。

开栏的话

暑期,很多家长带着孩子一头扎进医院,眼科门诊、生长发育门诊、减重门诊、儿童心理门诊等热闹起来。8月,在国家卫生健康委妇幼健康司主办、中国人口福利基金会协办、健康报社承办的“2021年暑期儿童健康关爱活动”上,专家围绕儿童健康热点问题进行了权威解读。本报从今天起开辟“关注青少年健康”专栏,聚焦青少年健康成长的话题。

□实习记者 郭蕾
本报记者 赵星月

孩子个子矮小的家长常常会陷入“身高焦虑”:害怕孩子在身高上落后,不停地让孩子尝试各种增高方法,甚至盲目采取拔苗助长的干预措施。那

么,家长应该如何判断孩子生长发育是否正常?什么样的孩子需要到生长发育门诊就诊?

矮小不等于矮小症

矮小是个主观判断,但被认定为矮小症,在医学上是有明确定义的。专家指出,在相似环境下,同性别、同年龄患者身高低于正常人群平均身高两个标准差以上或第三百分位以下,才能被诊断为矮小症。

对此,北京协和医院内分泌科主任潘慧表示,家长应学会科学监测、计算孩子身高增长速度。让孩子赤脚靠墙直立,用较硬的纸板压住其头顶,并做好身高的标记,得到一个身高数值;每隔3个月,重复同样的流程,得到新的身高数值。新的身高减去前一次的身高除以间隔的月份乘以12,这就算出了孩子的生长速度。

“儿童的生长发育有一定的规律,一般先快后慢。在幼儿期,孩子生长一年低于7厘米;进入学龄期后,一年低于5厘米;进入发育期后,一年低于

6厘米,即可认为孩子生长速度是偏慢的。这种情况下,即便孩子的身高在正常范围内,也应该到门诊做进一步检查分析。”潘慧说。

首都儿科研究所生长发育研究室主任李辉指出,科学判断孩子生长是否正常,最简单、最实用也是最经济的方法就是应用生长曲线进行评估。“生长曲线图是由包含横坐标(年龄)、纵坐标(体格指标测量值)、坐标线以及生长标准参照曲线在内的4个主要元素构成。以身高生长曲线图为例,家长需在横坐标上找到孩子的年龄,并向上画垂直延长线,然后在纵坐标找孩子身高实际测量值的位置,并向右画水平延长线,横纵延长线交叉点即孩子身高。家长也可以将孩子从小到大的多次身高测量值按照上述方法进行标记、连线,形成孩子的生长曲线。通常身高或生长曲线位于第三百分位线以下则为矮小,需要到专业医疗机构进行进一步的检查。”

需对症科学防治

发现孩子矮小,有什么方法进行

干预和治疗呢?潘慧指出,影响孩子身高的因素包括遗传和环境两个方面,其中遗传占70%,后天占30%。如果能通过自己的努力,充分挖掘后天这30%的潜力,是最有效的途径。对于生长发育迟缓孩子,首先要进行综合的治疗,比如均衡饮食和优质睡眠、持之以恒的运动、情绪调整等,这些关键因素调整好,大部分孩子能拥有一个理想的身高。

潘慧认为,儿童的饮食应该注重营养均衡和合理膳食,每天摄入足量的牛奶、鸡蛋、肉类、谷类和蔬果。儿童也应保持至少每天1小时中等强度的运动量,特别是户外接触阳

光的运动。家长与其花大价钱去给孩子治疗,不如采取一些措施帮助孩子养成健康的生活习惯,这是对孩子最好的健康投资,也是一生最好的投资。

“很多家长认为‘多补’总是有利的,于是给孩子吃大量的营养品或补品,实际上没有科学依据的盲目食补对孩子健康有一定危害性。有一些家长认为,孩子比别人矮就一定是矮小。其实,有些孩子会有晚长的情况发生,只要他的身高跟骨龄基本上是相当的,生长速度是正常的,我们还是要给孩子一个健康成长的空间,不要着急和焦虑。”潘慧说。

链接

矮小症是一类引起身材矮小疾病的总称,其病因很多,如早产、小于胎龄儿、内分泌疾病、染色体疾病、全身性的慢性疾病、骨骼系统疾病、遗传代谢性疾病、营养不良、家族性矮小等。目前,还有一类暂时查不出病因的矮小症,被称为特发性矮小,在

所有矮小症儿童中,60%~80%为特发性矮小,家族性矮小及体质性发育延迟属于特发性矮小的范畴。身高受很多因素的影响,遗传决定了身高的生长潜能,后天环境因素包括营养摄入、运动以及健康状况和良好的生活习惯,是潜能能否充分发挥的重要因素。

山西居民医保补助提高30元

本报讯 (记者崔志芳)近日,山西省医保局、省财政厅、省税务局联合印发《关于做好2021年城乡居民基本医疗保险工作的通知》。《通知》明确,2021年全省城乡居民基本医疗保险人均财政补助标准提高30元,达到每人每年580元;2022年预收2022年度个人缴费标准同步提高40元,达到每人每年320元;继续做好新冠肺炎患者医疗费用结算,及时结算新冠疫苗及接种费用。

《通知》要求,巩固住院待遇保障水平,政策范围内基金支付比例稳定在75%左右。全面落实全省统一的普通门诊统筹政策和门诊慢性病病种及准入标准,并做好待遇衔接。全面实施高血压、糖尿病门诊用药保障和健康管理专项行动计划。巩固医疗保障脱贫攻坚成果,分类落实好脱贫人口各类医疗保障待遇。建立防范化解因病返贫致贫长效机制,做好高额费用负担患者因病返贫致贫风险监测,及时将符合条件的人员纳入医疗救助范围,依申请落实医疗救助政策。

《通知》提出,推进医保支付方式改革,常态化开展药品集中带量采购,加强医保基金监管,不断提高居民医保基金使用效率。推动DRG和DIP试点城市实际付费,健全谈判药品落地监测机制。做好国家组织药品耗材集中采购落地实施,建立医药价格和招标采购信用评价制度。

青岛试水医防融合评价模式

本报讯 (记者张磊 通讯员肖海青 刘丽)山东省青岛市基本公共卫生服务质量提升专项行动,实施首轮日常质控评价。针对基本公共卫生服务项目中存在的服务不真实、管理不规范、群众知晓率不高、获得感不强等问题,重点整治居民健康档案造假、服务记录不真实现象,纠正“填表式服务”“批发式服务”等脱离居民个体健康实际的服务作风。

为促进基层基本医疗和公共卫生服务融合发展,本轮质控评价中运用医防融合的模式进行评价,一是编制了医防融合评价指标,并聘请省考核专家进行专项培训;二是在专家库中遴选临床专家和公共卫生专家,分别对老年人健康管理和慢病患者管理进行质控评价,结合居民健康档案的体检信息、药物使用信息、既往史、生活方式、随访服务记录等方面综合评价基层服务措施的准确性和有效性。

此外,专项行动对20家基层医疗卫生机构基本公共卫生服务开展情况进行了质控评价和工作督导,评价结果将纳入对各区市年终绩效评价总成绩,评分占比为20%。



“我教老人学手机”

8月16日,在山东省临沂市沂南县岸堤镇岸堤社区,志愿者教老年人使用智能手机。近日,临沂市沂南县岸堤镇新时代文明实践中心开展“我教老人学手机”活动,志愿者分组联系社区和村庄,手把手教老人视频聊天、购物支付、缴纳水电费等10余项技能,让他们安全放心地享受互联网带来的便利。

杜昱葆摄

关注基层疫情防控

封控区内外,用心救“心”

□本报记者 李季

8月8日上午,郑州市第八人民医院心理学科主任医师杨勇超接到了一个求助电话。

电话是二七区一个居民小区的志愿者打来的,反映小区内的住户王女士这段时间情绪不稳定,被邻居们听到过家里摔东西、打骂孩子的声音,大家希望通过心理援助的方式帮助她。

听了这番描述,杨勇超觉得司空见惯,因为平时在门诊见到很多症状相似的患者,但他又感到不能掉以轻心,因为当前处于疫情防控的特殊时期,居家隔离人员的心理问题需要关注。

他随即拨打了王女士的联系电话,直到第五次,电话终于接通了,可是对方接电话后第一句便是:“又来调查是不是?已经说过了,我家没有任何可疑人员,都是健康的。”这样的回应让杨勇超初步判断,王女士应该存在不小的心理压力。

杨勇超做了自我介绍,耐心安抚了王女士的情绪。王女士一下打开了话匣子,把10多天来心里的烦闷一股脑儿地倾诉出来。王女士的丈夫常年在外地工作,她独自照顾孩子。5岁的小男孩正是调皮捣蛋的年纪,平时就难免让妈妈心情烦躁。郑州疫情发生后,二七区成为封控区。他们所住的小区由于发现了确诊患者,被列为封控区,所有人员被要求“足不出户”。每天除社区工作人员配送生活

必需品之外,医务人员要定期上门进行核酸检测采样,有时还会有流调人员上门进行排查询问。

孩子不能去幼儿园,大人不能出门,这样的生活让王女士变得极度焦虑和恐慌。她每天不断地刷手机、看新闻,一看到每日报告新增确诊患者和无症状感染者,就担心自己会感染病毒。尤其是新闻里报道的“变异毒株如此凶猛”等消息,让她越来越害怕。最近一周,她开始变得没食欲、失眠,经常生闷气、发脾气、打骂孩子。

听了王女士的倾诉,杨勇超觉得这位妈妈很不容易,非常理解她在隔离期间的心情。排除了王女士的身体健康状况后,结合她的讲述,杨勇超认为,王女士受到此次疫情的影响,

生活方式突然发生了改变,过分焦虑和担忧,从而产生了很大的心理负担。

“这是疫情期间人们常常会出现的心理问题,即认知上的不确定感、片面化,情绪上的焦虑、恐惧、愤怒、抑郁,生理上的心慌、胸闷、失眠、头痛,行为上的发脾气、谩骂等。”在随后的两次电话心理援助中,杨勇超向王女士介绍当前疫情形势,讲解防控措施制定的原因和要求,同时进行情绪疏导,对饮食作息提出了合理化的建议。

经过医生的耐心开导,王女士焦虑的情绪有所缓解。看到权威平台发布的信息,她更加全面地了解了疫情形势和个人防疫措施,不再感到恐惧。家人每天的电话交流,更让她感受到了亲情的温暖和力量。

她的情绪。

“定期产检可以最大限度地保障母婴安全。可是,随着疫情防控力度的加大,泗阳县部分小区成了封控区。我们统计了一下,有36名孕妇无法外出,不能定期到医院检查。于是,我们就逐户拜访,为她们上门产检。”夏海波说。

高温天气,进行上门孕检服务很辛苦。夏海波说,产科医护人员穿着密不透气的防护服,奔波在上门产检的路上,汗水一遍一遍湿透了身上所有的衣服。但是,为了保障母婴的平安,值了。

产检医生上门来

□通讯员 仲启新 杨松豪
本报记者 程守勤

“小区成为封控区以后,我出不去,没办法到医院进行产检,情绪多少有些波动。”近日,正当江

苏省宿迁市泗阳县金鼎城小区的孕妇黄女士在家发愁时,泗阳县人民医院的产科医生联系了她,表示可以上门产检。

随后,由该院妇产科主任夏海波带队,一行5名医护人员身穿防护服,携带四维彩超、胎心监护仪等产检设