

全市首个

孩子矮小、超重、焦虑、性早熟……青春期问题去哪里咨询？

青少年保健多学科门诊开诊



到青少年保健多学科门诊就诊的患儿，性早熟占了一定比例。

文/本报记者 楚燕
通讯员 陈锋
图/市妇幼保健院 提供
孩子长得慢，比同龄孩子矮得多；体重超标被叫“小胖墩”；早早就开始发育并出现情绪障碍……儿童青少年生长发育过程中遭遇的各种问题，到医院该看哪个科？近日，厦门市首家青少年保健多学科门诊在市妇幼保健院正式开诊，为群众就医提供便利。记者了解到，到该门诊就诊的患儿，性早熟占了一定比例，性早熟没有及时干预，很可能会影响孩子的最终身高。

青春期早中期会身高猛长

市妇幼保健院儿童保健科陈晶副主任医师介绍，青春期是孩子身高增长的第二个高峰期，也就是俗称的“青春期个子蹿一蹿”。但是，身高突增一般出现在孩子青春期中期，进入中后期生长会明显减慢。

性早熟容易影响孩子的最终

身高。一般情况下，女孩约10岁（9-11岁），男孩约12岁（11-13岁）开始发育，进入青春期。女孩10岁之前出现月经初潮或女孩在7.5岁之前、男孩在9岁之前出现任何性发育的征象，就是性早熟。有的家长发现女孩月经来潮了，或者男孩已经变声、长喉结了，此时往往已经错过青春期身高突增的高峰，而进入减速阶段后再干预身高增长，效果可能不理想。

性早熟有迹可循

如何早期发现孩子性早熟并及时干预呢？陈晶介绍，对于女孩来说，最早出现的发育征象常常是乳房增大。一般发育一年左右出现阴毛、腋毛，最后才是月经来潮。有的家长觉得月经来潮了才叫发育，其实月经初潮后1年往往骨骺只剩下最后一条缝，身高增长只剩下最后1-2cm的收尾阶段。男孩发育征象往往比较隐匿，可表现为睾丸突然增大、阴茎变长

增粗，发育一年左右开始出现阴毛、腋毛、胡须、喉结，开始变声，最后才是遗精。

有的孩子初期发育征象不明显，但是原本胃口不好的孩子突然胃口大开，身高猛蹿，这意味着可能要开始发育了。

多管齐下防治性早熟

如果家长怀疑孩子有发育征象，可以带孩子做一下生长评估：拍骨龄片，预测身高增长趋势与父母先天遗传给孩子的潜能是否相符；完善骨密度检查，了解长高是否需要补钙；量身定制个性化身高管理方案。如果有性早熟，可以及早干预。

陈晶提醒，防治性早熟，要注意以下几点：避免给儿童滥用含有激素的药物或营养补剂；避免给儿童使用含有激素的化妆品、护肤品；均衡营养，控制儿童体重，避免超重或肥胖；增强体育锻炼；减少电子产品的使用。

鼻炎还是感冒？主要分辨这几点

本报讯（记者 陈苑）最近厦门昼夜温差较大，不少人出现了打喷嚏、流鼻涕等症状，多数人认为这是季节交替引起的感冒症状，而忽略了另一种情况——过敏性鼻炎。市疾控中心专家提醒，过敏性鼻炎是一种慢性病，是外界的过敏原进入机体引起的机体过敏反应，常见类型有过敏性鼻炎、过敏性结膜炎、过敏性哮喘、皮肤过敏、胃肠道过敏等。感冒则是由外界的病原体进入机体后引起的感染性疾病。

掌握以下几个要点，可快速辨别感冒和过敏性鼻炎：

●**持续时间**。感冒的持续时间一般为7-10天，最长不超过两周；过敏性鼻炎种类不同，病程会有所区别，一般会大于两周。

●**鼻眼症状**。感冒表现为轻度或中度打喷嚏，流黄鼻涕，无眼红或皮肤不适；过敏性鼻炎则表现为打喷嚏较为明显，流清水样鼻涕，眼痒，皮肤瘙痒等。

●**全身症状**。感冒一般有发烧、食欲减退、肌肉酸痛等症状；过敏性鼻炎无发热等全身症状。

专家提醒，过敏性鼻炎如果治疗不及时可合并过敏性结膜炎、鼻窦炎、鼻息肉，甚至导致哮喘，此外，还可能对儿童生长发育产生一定影响。

那么，要如何预防过敏性鼻炎？明确过敏原很关键！如果是花粉过敏，建议在花粉季来临前1-2周，就开始使用抗过敏药，出门佩戴口罩和护目镜以减少与过敏原的接触。如果对尘螨过敏，被褥则要常清洗、晾晒。如果对霉菌过敏，就需格外留意卫生间、墙角等潮湿的地方。如果对动物皮屑过敏，建议不要养宠物。

不成熟的卵子在培养液里养大成熟，进而孕育生命

厦门第一例“IVM宝宝”诞生

本报讯（记者 楚燕 通讯员 陈锋）卵子未成熟，就无法和精子结合。如今，随着医学进步，不成熟的卵子也可以在培养液里养大成熟，进而孕育生命，这项技术即IVM。记者昨日从市妇幼保健院获悉，厦门市第一例“IVM宝宝”已在该院顺利降生。

小虹和小东结婚2年未生育，到市妇幼保健院生殖医学科就诊。经检查，女方为双侧卵巢巧克力囊肿、子宫肌瘤病合并输卵管因素不孕，男方精子活力较弱。小虹接受促排卵治疗后，获得10枚卵子，但只有5枚卵子成熟，另外5枚均为未成熟卵子。为了给患者争取更多的助孕机会，市妇幼保健院的医疗团队采取IVM技术，将未成熟的卵子转移到专用培养基中继续培养，促进未成熟卵母细胞的体外成熟。成熟的卵

子与精子在体外结合，最终发育成7枚可利用的胚胎（包括未行IVM的3枚和IVM的4枚）。

医生首先为小虹移植了2枚非IVM来源的胚胎。令人惋惜的是，虽然这次移植后怀上了，但在接近孕8周的时候胚胎停止了发育。经检测，罪魁祸首是胚胎本身染色体异常。所幸，小虹移植后的剩余胚胎经囊胚培养后形成了3枚可用囊胚，工作人员将这些珍贵的囊胚冷冻保存以备后用。

经过近半年的休整，小虹夫妇再次来到医院，来源于IVM的囊胚解冻后被移植入小虹体内。一个月后验孕，B超下可清晰地看到孕囊、胚芽和有活力的胎心搏动。2022年12月，小虹在市妇幼保健院产科足月产下一个体重3公斤的健康宝宝，母子平安。

IVM

IVM

IVM即未成熟卵母细胞体外成熟培养，是试管婴儿领域的一项前沿技术。医生通过阴道穿刺取出未成熟的卵子，首先在特殊的体外培养液中培养成熟，再行卵胞浆内单精子显微注射，从而获得可利用胚胎并进行胚胎移植以争取妊娠。该技术适用于多囊卵巢综合征、LH受体缺陷，以及卵巢储备差、卵巢低反应、卵泡发育不同步的患者。

孩子有过敏性鼻炎 多吃补益脾肺食物

本报讯（记者 刘蓉 通讯员 倪晶莹）近日，厦门进入过敏性疾病高发的季节，尤其是患有过敏性鼻炎的孩子，容易出现鼻塞、打喷嚏、流鼻涕、鼻痒等症状，厦门市中医院禾祥东门门诊部小儿推拿科主治医师郭亚婷提醒，患有过敏性鼻炎的孩子忌食明确的过敏原食物，多吃补益脾肺之物。多运动、少炖汤，适当清淡饮食可免积食。

郭亚婷介绍，过敏性鼻炎的发作大部分是因为吸入或食入过敏原，如尘螨、花粉、霉菌、毛屑、牛奶、海鲜等。当明确过敏原时，家长首先要帮助孩子避开过敏原食物。儿童本身脾胃娇嫩，海鲜生冷，易伤脾胃，即使没有海鲜过敏，也应慎食、少食鱼、虾、蟹类食物，同时注意多吃补益脾肺之物，如银耳、百合、山药、茯苓等。对于有吸入性过敏的孩子，很多是因为尘螨、猫毛、狗毛过敏引起，家中最好不要饲养宠物，不要用地毯、羽毛被褥，保持室内清洁卫生。

要注意的是，闽南的老人特别喜欢给孩子炖汤喝，很容易造成孩子积食，夜寐欠安。对此，郭亚婷建议减少炖汤次数，尽量清淡饮食好消化。她强调，家长要牢记“要让小儿安，三分饥与寒”这句古语。

此外，家长还可以给孩子简单做一些推拿：除去头面四大穴，还可按揉迎香穴、合谷穴、风池穴、脾俞、肺俞、肾俞，以及捏脊。也可每日用电吹风对准百会及大椎热风吹5-10分钟，有温通气血作用。

厦大附属中山医院 强化周末门诊 热门检查科室增加班次，尽快出报告

本报讯（记者 楚燕 通讯员 石青青）厦门大学附属中山医院近期进一步强化周末门诊力量，让百姓看病更加方便快捷。

该院开设的周末门诊中，心内科、耳鼻咽喉头颈外科、消化内科、胃肠外科、中医科、儿科、皮肤科、口腔科、内分泌科、血管外科、乳腺外科等科室深受群众欢迎。

为了更好地满足广大群众周末就诊需求，该院超声、影像（CT）等热门检查科室实行“错峰预约”，磁共振检查增加周末及夜班班次，超声科增加午间超声。医技检查报告除磁共振检查外，力争“当日开单、当日检查、当日出结果”。

厦大附属中山医院厦禾分部 开设早间门诊 患者早上7:30就能到早间门诊看病

本报讯（记者 楚燕 通讯员 王烨）厦门大学附属中山医院厦禾分部近日推出便民新举措，部分科室提前半小时开诊，患者早上7:30就能到早间门诊看病。

目前开放早间门诊的科室有：内科，下设普通内科、糖尿病专科、消化内科、中医内科；妇科；针灸理疗科；体检科。药房、检验抽血、彩超、心电图、放射科、护理组、收费室早间窗口也同步开放。

周一至周六7:30-8:00时段到开设早间门诊的科室就诊无需预约。

目前冬春交替，水痘高发

这份战“痘”秘籍请收好

理论上来说，大多数人一生中都会和水痘相遇一次。目前厦门正值冬春交替之际，乍暖还寒，加之中小学开学，水痘处于高发期，市疾控中心近日发布战“痘”秘籍。

易感者接触后90%发病

水痘是由水痘-带状疱疹病毒初次感染引起的急性传染病。

水痘患者是唯一传染源，出疹前1-2天至全身皮疹全部结痂干燥为止均有传染性。水痘全人群易感，以婴幼儿和学龄前、学龄期儿童发病较多。它传染性强，易感者接触后90%发病，被家长称为“见面传”，但病后持久免疫，再患水痘者少见。

水痘是自限性疾病，3-4周自愈，患者需隔离至全部疱疹结痂为止或不少于病后两周，污染衣物用品等应单独清洗和消毒。

战“痘”防“痘”有一套

患病期间应勤换衣被，保持皮肤尤其是手部清洁，剪短指甲，避免抓破疱疹，特别是面部的疱疹，抓破后可能引起化脓感染而留下疤痕。

皮肤瘙痒者可用炉甘石洗剂涂擦，疱疹破裂者可涂甲紫溶液或抗生素软膏，免疫功能低下者和严重病例应早期进行抗病毒治疗。

接种水痘减毒活疫苗是最佳预防手段。

接种对象为12个月龄以上的水痘易感者。根据福建省疾控中心下发的指导意见，建议免疫程序为：

接种2剂次，儿童出生后12-17月龄、2-4周岁各接种1剂次，12月龄-12周岁儿童的2剂次接种最短间隔3个月。12月龄-2周岁儿童也可选择只接种1剂次，13周岁以上须接种2剂次，间隔6-10周。

接种禁忌群体：

- ①对疫苗成分过敏的人；
- ②发热，严重急、慢性疾病发作期者；
- ③免疫功能缺陷、低下者；
- ④孕妇，接种疫苗后至少避孕3个月。

（本报记者 陈苑 整理）

[全力争创全国文明典范城市]

打造城市文明典范 建设现代文明之城

