

# 梦中常被“惊醒”可能是癫痫

□潍坊日报社全媒体记者 王路欣

日前,潍坊市妇幼保健院接诊了一名患儿,该患儿经常被噩梦惊醒,甚至大喊大叫。经医生诊断,确诊为睡眠相关过度运动性癫痫(SHE)。这是一种什么疾病?临床表现是什么?对此,记者联系到潍坊市妇幼保健院儿童康复科副主任王素丽。

半年前,家长发现7岁的程程(化名)偶尔会在晚上睡觉时突然大喊大叫,看起来非常惊恐,有时还双手挥舞,双脚乱踢,身体在床上扭动翻滚,这种情况会持续数十秒,缓解后孩子就又入睡了。第二天孩子醒来后,对夜间发生的事一无所知。起初家长认为程程是做了噩梦,也有老人说是“夜惊”,就没当回事儿,后来发作越来越频繁,有时每晚2次至3次,他们才带孩子到医院就诊。

医生仔细了解孩子的病史后,进行了视频脑电图检查,结果监测到两次发作过程,最后诊断为睡眠相关过度运动性癫痫。医生给程程口服抗癫痫发作药物治疗一段时间后,程程不再被“惊醒”。

王素丽表示,睡眠相关过度运动性癫痫以往被称为夜间额叶癫痫,是一种主要

在睡眠中发作的局灶性癫痫,可以在任何年龄发作,儿童及青少年期是发病的高峰期。

大多数睡眠相关过度运动性癫痫患者没有家族史或其他明确病因,目前报道的病因包括结构异常及遗传因素。其临床主要表现为:睡眠中突然睁眼凝视,出现过度运动,包括肢体的踢打、摇晃、扭转,可伴有植物神经征、发声和面部表情改变,非对称性强直及肌张力障碍等,有时可能会跳下床并重复来回跑;绝大多数发生于非快速眼动睡眠期,清醒时也可能发作。发作频率高,每晚可发生多次;发作持续时间很短,事后立即入睡。

该病诊断主要基于临床表现及发作期脑电图特征性表现,但因发作时的过度运动可能会掩盖发作图形,所以无明确的发作期相关的脑电图改变也不要轻易排除诊断。“因病情多发生于夜间睡眠中,易被误认为是睡眠障碍,如夜惊症、梦魇等。”王素丽提醒,如果发现孩子频繁出现睡眠中短暂觉醒、尖叫、呼喊和过度运动等情况,建议尽快到专业的医院就诊,以免耽误治疗,影响孩子的健康发育。

## 关于儿童肥胖 专家有话说

□潍坊日报社全媒体记者 王路欣

儿童肥胖不但危害身体健康,还严重影响心理健康。记者日前采访我市各大医院的专家,带大家了解儿童肥胖的相关知识。

### ●儿童肥胖的危害

潍坊市医学院附属医院临床营养科兼健康体检科主任金梅首先,肥胖导致的激素分泌异常会影响孩子的正常生长发育,致使骨龄提前,同时也增加成年期某些疾病和过早死亡的风险。其次,危害心血管系统,影响儿童的运动能力。再次,增加儿童患高血压的风险。肥胖儿童高血压患病风险是正常体重儿童的1.5倍-2.2倍,肥胖儿童6年后高血压的发病率是正常体重儿童的4倍-5倍。与此同时,肥胖儿童睡眠障碍相关症状的发生率也较高。更重要的是,肥胖会引发心理问题在儿童中已很常见。过度肥胖常引起性格内向、孤僻、人际交往困难、焦虑等心理问题。

家长要重视儿童体格生长监测。儿童常规健康体检一般在婴儿期至少4次(分别在3月龄、6月龄、8月龄、12月龄),1岁-2岁的儿童至少每半年1次,3岁及以上儿童至少每年1次。家长可根据儿童健康状况和家庭情况适当增加健康检查频次。

### ●如何保持正常体重

潍城区人民医院全科医疗科主任邓桂香想让孩子别超重,要记住14个字——“管住嘴、迈开腿、养成良好生活习惯”。

摄入食物量要科学,注意食物多样化。每天至少保证250克-400克的主食摄入,可以选择谷类、薯类、杂豆杂粮。保证有1个鸡蛋,一小把原味坚果(约10克)。还有牛奶、蔬菜、水果、豆制品等,烹调方式上采用蒸、煮、烩等清淡少盐的方法。

保持良好的运动习惯。选择一些孩子喜欢的运动项目,最好符合其年龄和身体特点,锻炼时没必要设定具体的目标,要循序渐进,慢慢激发其兴趣。有资料显示,6岁及以上儿童或青少年每天累计至少60分钟的中、高强度身体活动(如快走、骑自行车、跑步、打球、跳绳等),每周至少3天安排增强肌肉力量和强健骨骼健康的活动,每次静态行为持续不超过1小时。

养成良好生活习惯。饮食和作息一定要规律,特别是保证充足的睡眠对身体机能的调控很重要。

需要注意的是,切忌让孩子极端节食和服用减肥药。家长在帮助孩子减肥的时候不能急功近利,极端的饮食限制会给儿童造成心理上的压抑,有时也会引起孩子对减重的抵触。

## 妇幼知识 一点通

## 宝宝便血别慌 家长先辨清原因

宝宝的粪便是其健康的指南针,有的婴儿会出现便血的情况,常见原因有哪些?家长该如何应对?近日,记者就此问题联系到潍坊市人民医院新生儿科医生生安娜。

□潍坊日报社全媒体记者 王路欣 通讯员 陈志鹏

### ●常见原因

**咽下综合征** 刚出生的新生儿可能由于咽下羊水或产道的血,进而经肠道排出,表现为便血,此时一般会合并食欲不佳、呕吐甚至呕吐物中也含有血性物质,随着咽下的血逐渐排出,便血量会逐渐减少,一般2天-3天自行消失。

**新生儿维生素K缺乏** 该病可以导致凝血功能障碍出现便血。因为维生素K不易通过胎盘,母体内的维生素K很少进入胎儿体内,而胎儿肝酶系统又不成熟,本身合成维生素K功能差。如果出生时新生儿肝内维生素K储存量少,血维生素K水平较低,会有发生出血的倾向。

**便秘** 如果新生儿食用过多奶粉,可能会导致便秘,因为新生儿肛肠较为脆弱,排便时可能会导致肛肠受损,引发便血。多为大便表面有新鲜血,肛周也可见新鲜血或裂口,同时患儿有排便时哭闹、拒绝擦拭肛周等表现。

**食物蛋白过敏性肠炎** 该病是新生儿期常见的相对良性的肠道疾病,多发生于足月儿,一般情况良好,以局部的消化道症状为主,便血多数较轻,可伴有腹胀、间歇性呕吐、肠绞痛等,全身症状较轻,很少合并发热等症状,部分可伴有湿疹,甚至存在过敏家族史。主要通过母亲回避致敏食物、更换深度水解或氨基酸奶粉喂养可缓解症状。

**新生儿坏死性小肠结肠炎外科疾病** 该病是新生儿期最严重的肠道急症,多发生于早产儿及低出生体重儿,有腹胀、呕吐、便血等消化道症状,可伴随发热的全身症状,严重者可出现肠穿孔、休克等;通常需禁食、胃肠减压、抗感染治疗,严重者需手术治疗。

**外科疾病** 例如肠套叠的宝宝便血特点为果酱样大便,右侧腹或横结肠处可触及一腊肠样肿块,其他外科疾病例如肠旋转不良、肠扭转、肠梗阻等情况也会出现便血,需尽快就医。

### ●如何应对

一旦发现宝宝便血,应立即拍下典型血便的照片,同时仔细观察宝宝大便性状及次数有无改变,是否有其他不适症状,包括发热、精神反应不好、奶量下降、烦躁哭吵等。

尽可能在家取出没被污染的大便(尽量挑选有血丝及黏液的部分)放入干净的容器或保鲜膜内,带着宝宝和大便标本在1小时内送到医院检查。

总的来说,当宝宝出现便血,宝妈宝爸们千万要稳住,判断原因是关键。

