

新学期 孩子们的眼睛还好吗

□潍坊日报社全媒体记者 王路欣

经过一个假期，孩子的视力状况怎么样了？还能看清黑板上的字吗？潍坊眼科医院眼健康管理中心医生张莹莹提醒，青少年的眼球还未发育成熟，经过一个假期高强度用眼，孩子们的视力会受到一定影响，开学季，家长要重视学生的眼健康，做好视力检查。同时，新学期要注意呵护孩子的视力健康。

张莹莹表示，家长要辨别真假近视，以免“弄假成真”。高强度的用眼容易引起假性近视，通俗来讲，假性近视只是一种调节功能痉挛的状态，多发生于青少年儿童，视力在几周或1个月-2个月内下降，但适当休息后又可得到某种程度的恢复。而如果平时用眼不注意，家长听到孩子说看不清，就直接给孩子配眼镜，会让假性近视变成真性近视。所以，一定要到专业眼科医院提早验光检查（散瞳验光），辨别近视的真假。

“近视危害很多，不仅是戴眼镜比较麻烦，还会影响学习，甚至影响孩子的心理状况。”张莹莹说，更重要的是，一旦孩子眼睛发展到高度近视，有可能引起视网膜脱离等眼底并发症，严重者有失明风险。“开学后，如果孩子出现视物不清，频繁揉眼、眨眼、眯着眼睛看东西等状况，家长就要警惕孩子出现了视力下降，应及时到医院进行视力检查，做到早发现、早控制”。

对于已经发生近视的青少年儿童，需要及时到正规医疗机构进行全面检查，在医生指导下科学配镜，控制近视发展，避免发展为高度近视。

张莹莹提醒，新学期，家长要督促孩子养成良好的用眼习惯，要避免长时间、近距离用眼，尤其是看屏幕；充分利用课间休息时间定时远眺，最好在阳光充足的时候进行户外运动，每天累计2小时，可以有效预防近视的发生和发展；要保证充足的睡眠；日常饮食要做到食谱多样化，营养均衡，多吃蔬菜水果，适量摄入鱼类、豆制品和鸡蛋等优质蛋白。

宝宝成了“小黄人”怎么办?专家支招

□潍坊日报社全媒体记者 王路欣 通讯员 周盈

黄疸是指由于血清中胆红素浓度增高，沉积于组织中，引起巩膜、皮肤、黏膜及其他组织和体液发生黄染的现象。很多新生儿都会在出生后早期出现皮肤黄染，俗称“小黄人”。宝宝出现黄疸该怎么处理？潍坊市妇幼保健院的专家进行了解答。

医学上把未满月（出生28天内）宝宝的黄疸，称之为新生儿黄疸，这是比较常见的症状，只不过症状或轻或重。但是黄疸有生理性和病理性之分。生理性黄疸在出生后2天-3天出现，4天-6天达到高峰，7天-10天消退，早产儿持续时间较长，除有轻微食欲不振外，无其他临床症状。若出生后24小时即出现黄疸，2周-3周仍不退，甚至继续加深加重，或消退后重复出现，或出生一周至数周才开始出现黄疸，均为病理性黄疸。

既然黄疸几乎每个宝宝都会出现，那么为什么要重视呢？专家表示，因为病理性黄

疸可能会导致“核黄疸”，是过高的胆红素冲破血脑屏障，引起急性脑损伤的一种疾病。严重者还可能出现运动障碍、听觉障碍、牙釉质发育不良等症状。

出现黄疸该怎么处理呢？专家表示，首先要科学喂养。对于生理性黄疸的宝宝，需要加强喂养。因为胆红素是通过大便和尿液排出来的，加强喂养可以促进排泄；其次，要密切监测宝宝的黄疸情况，用皮胆红素测试仪监测黄疸，非常方便，便于帮助初步识别病理性和生理性黄疸；最后，如果怀疑病理性黄疸应及时就诊，因为导致新生儿黄疸加重的因素很多，如感染、溶血、头皮血肿、颅内出血等，医生可以准确识别病理性黄疸及核黄疸的高危因素。对于病理性黄疸的宝宝，首先推荐蓝光治疗，此方法既安全又有效。而极重度的黄疸则需要换血或者血浆置换治疗。

了解这种凶险疾病——先天性胃壁肌层缺损

□潍坊日报社全媒体记者 王路欣 通讯员 韩莎莎

潍坊市妇幼保健院新生儿科、麻醉科、超声科等多学科通力协作，成功救治了一名出生不到3天、突发胃穿孔的“巴掌宝宝”。经过手术，住院93天后，宝宝胃肠功能恢复正常，于近日顺利出院。潍坊市妇幼保健院新生儿科主任李忠良表示，先天性胃壁肌层缺损是新生儿自发性胃穿孔最常见的原因，该病十分凶险，及时手术才能取得良好的预期效果。

李忠良表示，先天性胃壁肌层缺损主要见于新生儿早期，且多发生于早产儿。首发症状以腹部表现（如腹胀、呕吐）为主，可迅速发展为休克，发病急、进展快、病情凶

险，病死率为20%-80%。

“先天性胃壁肌层缺损的原因可能是胚胎发育过程中胃壁肌层发育障碍，导致胃壁肌层薄弱或缺如，当宝宝进奶或呕吐时，胃内压增高出现胃扩张，可引起胃壁破裂致穿孔。”李忠良说，胃内的大量气体、酸性消化液和细菌，通过破口流入腹腔，可引发严重的腹腔感染，进而发展成脓毒血症和感染性休克。

李忠良提醒，先天性胃壁肌层缺损明确诊断后，应尽快进行手术，早诊断、早治疗对本病的预后至关重要。宝宝手术后，家长要密切观察其状态，遵医嘱喂养宝宝，以促进术后康复。

宝宝呛奶，学会这些处理方法

见到宝宝呛奶，新手爸妈是不是惊慌失措外加一顿手忙脚乱的？会不会第一时间把宝宝抱在怀里或搁肩膀拍拍？你知道吗？如果是呛奶，这样抱起来很危险。

宝宝呛奶，第一时间该如何处理？

轻微呛奶（即宝宝还能维持正常呼吸）时，可将宝宝轻轻侧卧，用空心手掌由下向上拍宝宝背部，帮助排出奶液和空气。

严重呛奶（即宝宝呼吸不畅、无法发声、面色青紫等）时，需立即采取“海姆立克急救法”处理。

操作要点：将宝宝俯卧，用虎口托住宝宝的下巴，宝宝俯卧时头部略低于胸背部，用手掌掌根轻拍宝宝两肩胛骨连线中点，胸部按压时用食指和中指按压，不能将宝宝倒吊着拍打以免损伤颈椎。

如何预防宝宝呛奶？

选择合适的奶嘴：确保奶嘴孔大小适

中，既能顺畅出奶，又不至于流速过快。

调整喂奶姿势：建议采用半坐卧位或斜抱位喂奶，使宝宝的头部和身体保持一定角度，有利于吞咽并减少空气吸入。如果母乳分泌过旺，喂奶时夹住乳晕部分，防止母乳流出过急导致呛奶。

控制喂奶速度：避免在宝宝饥饿大哭时立即喂奶，以免宝宝吃得过急过快。喂奶时注意宝宝的表情和吞咽动作，如有异常应及时调整。

喂奶后拍嗝：喂奶结束后，将宝宝竖抱，轻拍其背部，帮助排出胃内空气，减少呛奶风险。

如果宝宝出现以下情况，需要立即就医：宝宝呛奶经处理后仍处于无自主呼吸、面色青紫、意识丧失状态；呛奶频繁发生，且伴有其他不适症状，如发热、精神萎靡等；家长无法判断宝宝状况。

据科普中国

HPV疫苗导致不孕？这个说法不靠谱

网络上有关预防癌症的说法五花八门，比如“人乳头瘤病毒（HPV）疫苗会导致生育率下降或不孕”。针对上述说法，记者采访了相关专家。

在女性高发癌症中，宫颈癌发病率仅次于乳腺癌。但幸运的是，宫颈癌是目前唯一病因明确的癌症。高危型HPV感染是发生宫颈癌的主要病因。因此，在宫颈癌的三级预防策略中，接种HPV疫苗是第一步。

然而，网络上有说法称，接种HPV疫苗可能导致生育率下降甚至不孕。对此，天津医科大学第二医院辅助生殖中心主任王建梅说，根据世界卫生组织疫苗安全委员会的综合研究报告，HPV疫苗被证实是安全有效的，并且与不孕症之间没有发现直接的因果关系。

“HPV疫苗的主要成分是病毒样颗粒，可以激发免疫系统产生抗体，提供保护作用，并不影响生殖系统功能。”王建梅介绍，“多项研究结果表明，接种HPV疫苗不会增加女性发生卵巢功能不全或不孕的风险。”

此外，各国的公共卫生部门都在持续检测HPV疫苗的安全性，一旦发现潜在问题，将立即调查并采取相应措施。

据《科技日报》