

学会沟通 关爱“星星的孩子”

□本报记者 王路欣

每年的4月2日是“世界孤独症日”。孤独症又称自闭症，是一种慢性神经发育障碍疾病，在医学上的全称是“孤独症谱系障碍”，孤独症儿童也被称为“星星的孩子”。孤独症通常在儿童早期出现，会对孩子的社交互动、沟通能力、兴趣和行为模式产生显著影响。对于如何沟通，潍坊市精神卫生中心儿少心理行为科主管护师刘莎莎给出一些建议。

保持耐心和理解 孤独症儿童在理解和回应交流方面可能存在困难，家长要有心理准备，避免因孩子反应慢或不回应而沮丧或生气。

使用简单清晰的语言 与孤独症儿童交流时，尽量用简单、直接、具体的语言，让孩子可以更好地理解。一定要避免用复杂的句子结构和抽象的概念。

放慢语速，等待回应 给孩子留出足够的时间来处理和理解所说的话，语速不宜过快，不要急于替他们回答或完成表达。

重复和强调 对于重要的信息或指令，可以适当重复，让孩子能够理解并记住。

给予足够关注 与孩子交流时，保持眼神接触，全神贯注，让孩子感受到家长的关注和重视。

七招应对孤独症孩子自伤

□本报记者 王路欣

孤独症孩子的自伤行为是一种常见的现象，主要表现为孩子通过伤害自己来缓解情绪或表达需求。这种行为不仅对孩子的身心健康构成威胁，也给家庭和照顾者带来巨大的挑战。针对孩子的自伤行为，家长如何做好护理呢？对此，记者采访了潍坊市精神卫生中心抑郁症治疗中心副主任护师尹秀丽。

尹秀丽表示，孤独症孩子由于社交障碍、语言表达困难，难以用正常方式表达自己的需求、情绪和感受。当他们遭遇挫折、压力、身体不适又无法诉说时，就可能通过自残行为来释放情绪。然后针对性地进行训练和引导。

家长可以在家庭中布置“安全角”。在家里找个角落，放上软垫子和孩子喜欢的玩具，鼓励孩子难受的时候可以来“安全角”。

给家具“穿衣服”。在桌子角等边角处包上软软的防撞条，孩子就算撞了也不会疼。

准备“咬咬玩具”。选一些水果造型的咬胶项链或者磨牙棒，替代咬手。

给予适当奖励。孩子完成设定的小目标或者有好的替代自伤的行为，家长可奖励小星星贴纸，贴在奖励本上，集满规定的颗数就可以换取玩具等。

孩子出现“五不”行为 可能是孤独症

儿童孤独症是一种令人揪心的神经发育障碍性疾病。这些孩子生活在自己的世界里，像遥远的孤独的星星。他们，就是我们所说的“星星的孩子”。

孤独症常在3岁以内起病，男孩患病率高于女孩，近年来患病率呈增长趋势。孤独症的早期识别很重要。在婴儿期，一些细微的表现可能就是孤独症的早期信号，如孩子不会对亲人微笑；在准备抱孩子时，孩子没有期待性的兴奋；对父母缺乏依恋等，这些都可能是孤独症的早期表现。家长要注意这些看似不起眼的小细节，里面可能隐藏着重要的健康信息。

进入儿童期，通过“五不”行为可以初步判断孩子是否可能患有孤独症。一是“不看或少看”。很少与他人对视，眼神交流缺失；二是“不应或少应”。对呼唤名字等声音反应迟钝或

保持积极的态度 使用积极、鼓励的语气和表情，增强孩子交流的自信心。

尊重孩子的兴趣 从孩子感兴趣的事物入手展开交流，更容易引起他们的关注和回应。

避免过多提问，确认理解 过多的问题可能会让孩子感到压力和困惑。在交流后，可以通过提问或让孩子重复等方式，确认孩子是否理解了家长的意思。

控制环境干扰 减少周围环境中的噪音、视觉干扰等，让孩子能够更专注于交流。

借助身体语言辅助 运用适当的手势、表情等身体语言来辅助表达，帮助孩子更好地理解。

刘莎莎提醒，早期发现和干预对于孤独症儿童的发展至关重要，一旦确诊孤独症，家长一方面要学会如何与孩子沟通，另一方面要教会孩子如何沟通。要明白沟通是一个持续且需要不断摸索的过程，而且每个孤独症儿童对不同沟通方式的接受程度和反应各异，家长要持续观察他们的反应，灵活调整沟通策略。日常生活中的点滴互动都是沟通的好时机，比如一起玩游戏、准备餐食、整理玩具等。通过日常的沟通练习，不仅能提升孩子的沟通能力，还能增进亲子间的情感联结，帮助孩子更好地适应社会生活。

准备“安全小头盔”。家中准备硅胶防撞头带，根据孩子的兴趣，将头带比喻成孩子喜欢的角色，如奥特曼等，改善孩子的抵触情绪，让安全防护变得有趣，平常让孩子戴着玩，紧急情况孩子也不会抗拒。

外出随身携带“安静包”。外出时在包中放置隔音的耳塞，降低噪音用，准备孩子日常喜欢的玩具，当出现自伤征兆时转移注意力。

参加康复活动。给孩子创造活动条件，生活丰富充实，减少自伤行为。

无反应；三是“不指或少指”。不会用手指向自己感兴趣的事物来引起他人注意；四是“不说或少说”。语言发育明显滞后，甚至完全不会说话；五是“不当行为”。行为方式与众不同，如反复开关门、旋转物体等刻板行为。这些行为虽然看似普通，但背后可能隐藏着孤独症的影子。

孤独症儿童的核心问题是难以与他人建立情感联系。主要表现为社会交流与交往障碍，兴趣狭窄及行为刻板重复动作。此外还有语言落后、感知觉异常、认知缺乏等，大部分孤独症儿童还伴有智力障碍。

对于孤独症儿童来说，0岁-3岁是康复的黄金时期。如果您身边有类似症状的孩子，一定要提醒家长带孩子到正规医院就诊，早干预，早康复。

潍城区人民医院 仲崇丽

妇幼知识 一点通

少女突发偏瘫 原是急性颈椎脊髓炎

□本报记者 王路欣 通讯员 马凤杰

近日，山东第二医科大学附属医院浮烟山院区脑系科收治一例特殊青少年脊髓炎病例。15岁的小雨（化名）突然出现右侧肢体无力、持物不稳等症状。经多学科联合诊疗，最终确诊为急性颈椎脊髓炎。经过医生的规范治疗，小雨完全康复。浮烟山院区脑系科主任季泰令表示，该病例为临床罕见的非典型脊髓炎，具有重要警示意义。

季泰令表示，急性脊髓炎是由于各种自身免疫反应所致的急性横贯性脊髓炎性改变，又被称为急性横贯性脊髓炎，可发生于任何年龄，一般以青壮年较为多见，起病急。急性脊髓炎会导致瘫痪，可以引起患者截瘫，或者是四肢瘫痪，主要取决于病变侵犯脊髓的阶段。如发生在高位脊髓部位，常为四肢瘫痪，往往影响呼吸，病情危重，需及时抢救。如果是腰髓的病变，一般表现为双下肢瘫痪。

“小雨颈部脊髓炎受累部位虽然较大，但因为救治及时，病情得以好转，没有出现后遗症。”季泰令说，当脊髓遭受急性脊髓炎的侵袭时，会出现背部疼痛、肢体无力、自主神经功能障碍等症状。一旦有类似症状，应及时就医，尽早进行有效治疗。

此外，为了防止自身的健康受到急性脊髓炎的伤害，平常要注意多多参加一些有益身心健康的户外有氧运动，通过运动锻炼的方式来提高自身的身体素质。定期进行体检，及时发现和治疗潜在的健康问题，降低患病风险。

孩子腹痛、呕吐 中医特色疗法有疗效

□本报记者 王路欣

近期，潍坊市妇幼保健院儿科门诊出现不少肠系膜淋巴结肿大患儿，临床表现为恶心、呕吐、腹痛等症状。针对该病症，潍坊市妇幼保健院中医科副主任、中医外治组负责人李继晖进行了讲解。

李继晖表示，中医对肠系膜淋巴结肿大的认识，主要与脾胃功能以及痰湿凝结有关。孩子脾胃功能弱，如果吃了太多生冷、油腻、不干净的东西，就会打乱消化系统的正常运作。胃气不顺就会呕吐，而肠道的气机不畅、寒气凝结、血液淤堵，与痰湿混合纠缠，会在肠道周围形成肿大的淋巴结，引发腹痛。小儿“脾常不足”，若久病或体虚，更易寒热错杂，此类腹痛易反复发作，严重影响孩子的日常生活和营养摄入。

李继晖告诉记者，对于小儿肠系膜淋巴结肿大引发的腹痛、呕吐等，可以尝试三大中医特色疗法。首先是灸灸。灸灸以肚脐（神阙穴）为施灸部位，将专利中药粉通过灸法导入体内，从而温煦脾胃之阳，驱散外感之寒邪，调节胃肠之气机，能有效缓解腹痛、呕吐等症状。长期坚持灸灸，还能提高孩子的脾胃功能，增强脾胃对食物的运化能力，预防疾病的发生。

其次是穴位贴敷。该疗法可以精准定位，直达病所。根据患儿的症状和体质，选取特定的穴位，将中药膏贴于特定穴位上以调理气机、和胃止痛，调节大肠的传导功能，起到止泻止呕的作用。用于贴敷的药物经皮肤吸收，能够直达病所，尤其适用于急性呕吐或抗拒服药的患儿。

最后是小儿推拿。该疗法可以调和气血，提升免疫力。小儿推拿通过推、拿、按、摩、揉、捏等手法，作用于特定穴位和经络。不仅能快速缓解孩子的不适症状，还能增强孩子的体质，提高身体的抵抗力，起到未病先防的作用。