

妇幼知识  
一点通

13岁的小亮（化名）因右膝关节肿痛到潍坊市妇幼保健院儿童内分泌专业门诊就诊，经过检查，其血尿酸高达 $600\mu\text{mol/L}$ ，被诊断为高尿酸血症。种种迹象表明，小亮出现血尿酸升高的情况应该已经有一段时间，这次出现的关节疼痛症状是长期积累的一次急性痛风发作。针对儿童高尿酸血症的问题，记者采访了潍坊市妇幼保健院医务科兼儿科主任王媛媛。

□本报记者 王路欣 通讯员 马常建

## 疾病危害

王媛媛表示，儿童高尿酸血症是血液中尿酸水平持续升高的代谢性疾病。尿酸是嘌呤代谢的产物，正常情况下通过肾脏排出体外，当尿酸产生过多或排泄不畅时，尿酸会在血液中积聚，导致高尿酸血症。近年来，高尿酸血症在儿童和青少年人群中的发病率呈逐年上升趋势。

儿童高尿酸血症如果不及时治疗，可能会带来严重后果，如肾脏损害、痛风发作、心血管疾病等。

高尿酸血症是痛风发生的重要诱因。当血尿酸超过其在血液或组织液中的饱和度，便可在关节局部形成尿酸钠晶体并沉积，诱发炎症反应和组织破坏，这种病理变化称为痛风。

肾脏方面，尿酸盐结晶易在肾脏沉积，引发肾小管间质炎症，长期可致慢性肾脏病，还会增加尿酸性肾结石风险，结石一旦梗阻尿路，造成肾积水，危及肾功能。

心血管系统方面，尿酸会在心脏血管内沉积，从而损害心血管，诱发或加重心脑血管病变，导致高血压、高血脂、冠心病等疾病的发生，甚至诱发动脉粥样硬化等疾病。

## 发病原因

儿童高尿酸血症发生的原因有很多，包括饮食不当、代谢异常等，主要包括以下几个方面：

不合理的饮食是常见原因之一。儿童平常摄入过多高嘌呤食物，如动物内脏、海鲜、肉汤等，会增加尿酸的生成。此外，过多饮用含糖饮料，可导致体内产生过多的果糖，进而促进尿酸生成。

肥胖。肥胖儿童往往存在胰岛素抵抗等代谢紊乱问题，影响尿酸的正常代谢和排泄，从而更容易出现高尿酸血症。

疾病因素。慢性肾脏病、血液系统疾病等，可能影响肾脏功能，导致尿酸排泄减少，引起尿酸升高。一些先天性代谢疾病也可能与儿童尿酸高有关。

其他原因。尿酸高通常与体内嘌呤代谢障碍有关，这可能与遗传因素有关。如果父母患有高尿酸血症或痛风，子女患病的几率可能会增加。

## 如何预防

保持健康的生活方式，早睡早起是改善代谢的第一步，充足的睡眠有助于调节身体代谢功能，降低尿酸生成。

饮食调整，远离高嘌呤饮食。在保证孩子正常发育的前提下，要减少高嘌呤食物的摄入，尽量给孩子安排清淡、营养均衡的饮食，多吃蔬菜水果，尤其是富含维生素C的食物，可以帮助降低尿酸水平。市面上的各种甜饮料、碳酸饮料不仅嘌呤高，还容易影响尿酸代谢，要让孩子多喝白开水，既解渴又能帮助尿酸通过尿液排出去。

控制体重，督促孩子进行适量运动。每日安排适量的户外活动，如慢跑、跳绳、打球等，避免久坐，既有助于控制体重，又能增强身体代谢机能，减少肥胖引发的尿酸代谢异常风险。

定期进行体检。家长应带孩子定期检查尿酸等指标，尤其是家族中有高尿酸血症或痛风病史的，以便早发现、早干预、早治疗。

## 新生儿黄疸

## 了解一下“日间光疗”

□本报记者 王路欣

新生儿黄疸是最常见的新生儿期临床问题，有生理性和病理性之分，如果治疗不及时，可能引起严重的并发症。蓝光治疗是新生儿黄疸最有效、最安全的治疗手段。对于“日间光疗”的相关问题，记者采访了昌邑市人民医院小儿二科的专家。

新生儿黄疸是指新生儿时期，由于胆红素代谢异常引起血液中胆红素水平升高而出现的以皮肤、黏膜及巩膜黄染为特征的病症。大部分新生儿黄疸为生理性，可逐渐消退，无需处理。病理性新生儿黄疸需要及时进行治疗，一般预后良好。“日间光疗”是一种创新的治疗模式，其服务对象为一般情况良好、生命体征稳定、以间接胆红素升高达光疗指征、无高危因素、吃奶好、反应佳的轻中度黄疸、暂且不需要住院的新生儿。

“日间光疗”有很多优势。

母婴不分离。家长每天早晨将宝宝带到医院接受蓝光治疗，由专科护士全程精心护理，医生会在光疗前后进行疗效评估。宝宝治疗6小时-8小时后，晚上就能回家，保障母婴有充足的接触时间。

“日间光疗”的设备专业，有持续心电血氧监测，效果与住院光疗相当。

流程更便捷，费用更低。“日间光疗”可以当日治疗、当日离院，无需复杂手续，随治随走。治疗费用大概为正常住院费的四分之一到三分之一。

专家提醒，并不是所有的黄疸宝宝都适合日间光疗，要由新生儿科医生进行评估。

宝宝进行“日间光疗”前，家长需要准备抽纸、婴儿专用湿巾、新生儿专用遮光眼罩、纸尿裤等物品，具体所需品可咨询医生。治疗期间请家长保持电话通畅，以便医生及时联系。光疗可能出现皮疹、大便次数增多、低热、哭闹、出汗等情况，一般不需要特殊处理，适当增加喂养，及时清洁臀部，耐心安抚等可缓解。

## 孩子是否有扁平足 试试这些测试方法

□本报记者 王路欣

有的家长发现孩子走路时容易疲劳，经常喊脚疼，或者鞋底磨损异常，这些可能是“扁平足”的信号。对于“扁平足”的相关问题，记者采访了阳光融和医院儿童保健科的专家。

扁平足又称平足症，是指足弓低平或消失，站立时足底几乎完全接触地面。2岁-8岁是足弓发育的关键期，如果足弓未能正常形成，可能导致步态异常、运动能力下降，甚至影响骨骼发育。

扁平足如果未及时干预或矫正，可能对身体健康和日常生活产生多方面的影响。扁平足会导致足部在行走或站立时承受不均匀的压力，走路或跑步时间稍长就容易疲劳，还容易引起足底疼痛、足跟痛、脚踝疼痛等，严重时甚至导致腰部疼痛；走路姿势不良。扁平足可能导致“内八字”或“外八字”步态，影响身体平衡；连锁骨骼问题。步态异常可能引发O型腿、X型腿，甚至导致骨盆倾斜、脊柱侧弯或腰椎疼痛。长期未矫正可能引发关节炎、脊柱侧弯等问题。

如何初步判断孩子是否有扁平足？

扁平足可通过观察足底形态、脚印等方法判断。

家长可以让孩子赤脚踩在湿毛巾或水彩纸上，观察脚印。正常足弓足底内侧有明显空缺，而扁平足的足底几乎全部接触地面，中间缺乏明显的凹陷区域。

注意观察孩子的步态，扁平足的孩子可能会出现走路容易疲劳、步态异常，如外八字等情况。观察孩子的鞋底磨损情况。如果孩子的鞋底磨损不均匀，尤其是内侧磨损较严重，可能是由于足底与地面接触面积增大导致的。

如果怀疑孩子有扁平足，可到医院进行详细检查。对于症状比较严重的患儿，可以配合医生进行鞋子矫正、功能训练等治疗。

# 孩子关节疼痛 警惕高尿酸血症

