

山川中醫

孩子太淘气 可能是病了

每个月中旬 ,浙江中医药大学硕士生导师胡正刚教授都会在我市山川大药房应诊 (本月应诊时间为7月16日) ,这段时间来找胡教授看诊的家长和学生多了不少。原来 ,当下越来越多的家长面临一个烦恼的问题 小儿多动症。

如何判断

身体和心理上有症状表现

在我们身边不乏这样的 熊孩子 ,无论在学校还是在家里总是 状况百出 :上课开小差、做作业拖拉、在家里爱发脾气 在家长眼中 ,这样的孩子实在太淘气。但是胡教授提醒家长们注意 ,有些 熊孩子 行为 ,不仅是因为顽皮 ,或许跟小儿多动症相关。

那么如何区分孩子顽皮和多动症呢 ?

小儿多动症有很明显的身体和心理的表现 ,家长们在日常生活中要多观察。胡教授表示 ,正常顽皮的孩子虽然好奇 ,但是遇到感兴趣的事物时 ,不仅会聚精会神地去做 ,还讨厌别人干扰自己。而多动症孩子存在注意力缺陷、干什么都心不在焉、不能有始有终的现象。同时还伴有经常肚子不舒服 ,大便不好 ,或是经常腹泻 ,夜里入睡较慢且爱出汗等身体症状。

中医应对

从调理孩子的体质入手

胡教授介绍 ,从中医角度分析 ,儿童多动症应属中医 脏躁 健忘 范畴。多因先天禀赋不足 ,产时损伤 ,或后天护养不当 ,使得肾精不足、收敛不住虚火、身体气血失衡而造成。所以中医治疗小儿多动症 ,更多的是从调理孩子的体质入手。

通过日常应诊情况分析 ,胡教授认为大致可以分为三种类型。

肝风内动型 ,表现为特别多动 ,比较任性 ,爱发脾气 ,安静不下来 ,睡觉爱出汗 ,容易尿频或尿床。心脾两虚型 ,表现为容易疲劳 ,注意力不集中 ,食欲不振 ,面色发白。脾虚食积型 ,表现为多动、学习成绩下降、记忆力不如从前、大便不好、口气重。针对以上症状再结合个人体质特征分别予以舒肝、健脾、固肾、养心、消食、化积等方式来应对。

注意事项

保持良好习惯、少给压力

有多动症的小孩子注意力不容易集中 ,这对他将来的学习和工作都会造成很大的问题。 胡教授强调小儿多动症应尽早关注和干涉。

与此同时 ,家长还应该注意让孩子养成良好的生活习惯。比如说小孩子过分地喝冷饮 ,会导致胃寒 ,胃寒继续往下发展就造成了肾寒 ,这样肾精就越来越不足 ,虚火会往上飘。尤其那种从冰箱里拿出东西直接就喝的习惯 ,会损伤脾胃 ,小孩子先天脾胃较弱 ,胃气一旦损伤 ,将来会产生很多无法弥补的问题。

另外 ,当孩子感受到压力时 ,得多动症的几率会多一些。比如老师在班里当着所有小朋友说某某做得最好时 ,其他孩子就容易产生心理压力和自卑情绪。还有父母对孩子期待过高 ,无形中也会给孩子过多的压力。 胡教授说他接触过好几位妈妈 ,一边中药调理 ,一边改变了对孩子说话的方式 ,孩子的状况得到了明显的改善。

三伏天 三伏贴



12日下午1时整 ,本是休息时间 ,瑞金医院二楼的中医门诊室里 ,却挤满了贴 三伏贴 的人 ,主治医师鲍丽梅忙得不可开交。

据了解 ,鲍丽梅是中医世家第五代传人 ,从小对中医药耳濡目染。从事中医内妇儿科工作30余年 ,对内、外、妇、儿常见病、多发病及各种急、慢性以疼痛为主要症状的疾病治疗经验丰富。

何为 三伏贴 ? 有什么作用 ? 哪些人适合 ? 带着种种疑问 ,记者走进了瑞金医院。

Q: 什么叫做 三伏贴 ?

鲍丽梅 :三伏贴又称三伏天灸 ,以 冬病夏治 为原理 ,在一年中最炎热的日子用辛温的外用药材 ,如生姜、白芥子、麝香、细辛 敷贴于特定的身体穴位上 ,可疏通经络 ,调理气血 ,从而达到振奋阳气、促进血液循环、温肺化痰、祛除寒邪、提高机体免疫力、预防疾病的发生和再发作等作用。可防治过敏性鼻炎、哮喘、慢性支气管炎等秋冬发作的疾病。

Q: 哪些病算 冬病 ?

鲍丽梅 :中医认为 ,冬病主要指人体受寒气侵袭容易发作或加重的疾病 ,常见的如反复感冒、慢性阻塞性肺病、哮喘、鼻炎、关节炎等。这些疾病呈明显的季节性 ,秋冬季加重 ,夏季有所减轻。

冬病有两大特点 :首先发病者为平素阳虚体质的人 ,多表现为面色苍白、怕冷、自汗。其次表现为疾病症状遇寒加重。如80%的哮喘患者都属于阳虚体质 ,入冬以后 ,咳嗽、喘憋的程度都明显增加。此时 ,应 急则治其标 ,先控制咳嗽喘的症状 ,等到夏季再采用温阳散寒的中药外敷祛除伏痰、扶助阳气、增强体质 ,使冬季症状减轻 ,或不再发病。

Q: 三伏贴什么时候贴 ?

鲍丽梅 :每一伏的第一天 ,是敷贴的最佳时机 ,但这并不意味着其他日子就不能贴 ,头伏内无论哪天贴都可以 ,只要在接下来的二伏、三伏对应的日子贴敷就行。每10天贴1次 ,最好是连续贴3次 ,为1个疗程 ,并且连续贴3年。三伏贴一般在上午11时以前贴完药饼。中医认为上午11点到下午1点是午时人毛孔充分张开 ,药力最易渗透到体内。

另外 ,提醒大家 ,今年三伏天的具体时间为 :初伏7月12日 -7月21日 ,中伏7月22日 -8月10日 ,末伏8月11日 -8月20日 ,同时也可以选择在8月21日 -8月30日期间进行一次加强。

Q: 哪些人不能贴三伏贴 ?

鲍丽梅 :中医治疗讲究辨证论治 ,同一种疾病 ,会有不同的证型 ,如哮喘分寒痰犯肺型、肺气虚损型、阴液亏虚型等多种证型 ,而只有其中的寒痰犯肺型哮喘通过冬病夏治能获得疗效。因此 ,病者需要在贴敷之前去医院就诊咨询 ,看自己是否适合。

永康瑞金医院
Yong Kang Rujin Hospital



康美诺 爱牙课堂
87122123

牙齿矫正 可以只做单排吗 ?

咨询读者 : 应女士

打算在暑假里带女儿去做牙齿矫正 ,在这里我想咨询一个问题 ,就是她下排牙齿长得挺整齐的 ,只是上排牙齿缝隙过大 ,那么是不是可以 ,单单就矫正上面一排牙齿就好 ,这样就不用上下都戴着牙箍了。

回复专家 :康美诺口腔医院

正畸科主任张耀五

矫正牙齿

并不是简单的排排齐

在做牙齿矫正之前 ,我们先要了解牙齿矫正的目的。

牙齿和牙周、关节、面部肌肉、气道都息息相关 ,矫正牙齿不是简简单单的排齐牙齿 ,它的最终目标就是能让口颌系统平衡、稳定、美观。让口颌系统在长期使用中造成最小的消耗 ,获得最大的使用期限。

所以做牙齿矫正时 ,正畸医生还要根据面型特征 ,设计笑线的弧度。最关键的是 ,提升牙齿的咬合功能 ,即调整上下颌骨之间 ,上下牙齿之间以及牙齿与颌骨之间不正常的关系。

只做半口

牙齿咬合对位难

以专业矫正医生的立场来说 ,只做半口牙齿矫正的做法 ,容易让上下颌牙齿的咬合产生无法对位的问题。

比方说 ,只做上颌 ,不做下颌 ,上颌在排齐后 ,牙弓已形成比较稳定的卵圆形的形状 ,但是下颌还是照样拥挤不整齐 ,这样就形成了不规则的上下咬合。一旦牙齿与牙齿的对位产生不协调 ,咬合关系就会不稳定 ,久而久之 ,会导致咬合干扰 ,有可能产生下颌关节的疼痛 ,牙齿的排列也不会稳定。日子一久 ,牙列还是会渐渐复发重新变得不整齐。

正畸医生一般都不建议做单排牙齿的矫正 ,除非真的是非常简单非常简单的状况 ,微调一下咬合就可以了 ,否则造成咬合紊乱 ,很难收场 ,将来势必又要再一次进行全口矫正。

暑期矫正热

学生偏爱隐形矫正

眼下正值暑假 ,因为时间比较宽裕 ,学生扎堆做牙齿矫正。从康美诺口腔医院预约咨询的实际情况看 ,家长与孩子更青睐于隐形矫正。原因是隐形矫正既解决了 铜牙铁齿 的尴尬 ,又可以通过电脑模拟提前看到结果。

以目前备受家长学生欢迎的隐适美为例 ,无托槽矫治器是由透明医学塑料制造 ,牙套厚度少于0.4毫米 ,戴上后会紧贴牙齿 ,不易被人察觉。且为量身设计 ,精确矫治。做完牙模后 ,医院会把牙模以及矫治需求寄到隐适美总部 ,根据实际情况模拟出一套详细矫正方案。并可以通过动画演示看到牙齿走向以及最终的排列形态。

另外 ,为助力学生暑期矫正 ,即日起至9月1日 ,康美诺口腔医院推出大力度的暑期充值送活动 ,详情可到院咨询。



扫一扫
获取更多爱牙知识