

用偏方增高,孩子竟提前终结身高

医生:使用所谓的“增高秘籍”需慎重

“你们孩子这一年骨龄怎么长了两年多,你看这里,骨骺仅剩下一点点缝了,顶多再长两三厘米,最终身高达不到165厘米。”医生指着骨龄片解释道,豪豪(化名)父母瞪大了眼睛,不敢相信眼前的事实。

一想到弄巧成拙,可能给儿子人生之路带来麻烦,夫妇俩陷入深深的自责和苦恼中。



1 使用偏方竟提前终结身高

一年前,12岁的豪豪在父母陪同下来到医院,问诊生长发育方面的问题。当时孩子骨龄13岁,身高156厘米,体重40公斤,医生根据骨龄预测身高170厘米左右,也算正常范围,建议3个月—6个月复查。

豪豪父亲身高170厘米,母亲则不到160厘米,他们期望豪豪长更高一点,至少长到175厘米。不久后的一天饭局上,豪豪母亲聊到孩子身高时忧心忡忡,几个热心的朋友便纷纷献计献策,其中一款增高偏方让她格外心动,夫妇俩商量后决定付诸实施。

偏方的主材是三七、鸡和海参。按要求,每周一次三七炖鸡,隔日吃海参……还别说,吃了,豪豪大半年身高长了5厘米。可父母高兴没多久,心情逐渐晴转阴,之后豪豪近半年身高竟几乎未长。察觉到情况有点不对,几天前,夫妇俩带儿子再次来省城医院。

医生坦言,骨骺就剩下一点点缝了,最多再长2厘米—3厘米,并对豪豪服用的偏方进行了分析:三七有活血、止血、化瘀的功效,三七炖鸡有补血和促进骨骼愈合的作用,海参是高蛋白食物,适量的三七炖鸡加海参对于摄入营养物质不足的儿童有一定促身高作用,但过多摄入三七和高蛋白食物,则会促进骨龄的快速进展,加速骨骺闭合,让孩子丢失了生长潜力。

2 身高焦虑怎么破

在“拼娃”时代,很多家长为孩子从内到外操碎了心,就读学区、学习成绩、颜值及身高都很焦虑。

孩子的身高是否正常,到底是什么因素在影响孩子身高等一系列问题,家长们感到困扰,认知上存在不足。像豪豪父母对孩子身高过度焦虑,以致乱投“医”的并非个别。

孩子的身高根据年龄、性别划分有正常的范围,只要在这个范围之内就不用过度焦虑。对孩子身高管理要科学,也别掉以轻心,而错过最佳治疗时机。

医生介绍,儿童的生长发育是有规律的,当然,遗传、内分泌、营养、疾病、生活环境等都会影响生长发育,医生会综合作出评判,制定对策。

儿童饮食均衡是关键,蛋白质、脂肪、碳水化合物、矿物质、维生素等营养物质缺一不可,但都要适量均衡。因此,家长不要随意给孩子服用保健品(即使要服用,最好先咨询医生),对于民间偏方及所谓的“增高秘籍”更需慎重。此外,根据孩子的兴趣爱好和身体条件选择适宜的运动,保证充足睡眠等也是促进孩子正常生长发育重要因素。

医生建议,家长应系统了解儿童生长发育特点,定期评估孩子的生长发育情况。骨骼的发育贯穿于整个生长过程,骨龄不仅可以较为准确地评价人体生长发育的程度、速度、水平,也与人体身高有很大的相关关系,骨龄判定是评估剩余生长潜力的有效依据。青春期的孩子要3个月至6个月查一次骨龄,孩子的生长问题须早发现、早应对、早纠正。

据钱江晚报

牙线棒“躺”胃里 医生手术取出

24岁的小洪平时十分注重口腔健康,每天晚上刷牙前都会先用牙线棒清理口腔。

近日,她像往常一样用牙线棒清洁牙齿。她想清理口腔内侧牙齿,手就逐渐向口腔内部伸过去,头也微微仰起。一个疏忽,牙线棒误吞了下去。

“自己吓了一跳,喉咙痒痒的。过了一会,我就开始咳嗽,痰里还有血丝。”小洪慌了,连忙赶到医院就诊。

喉镜及食管CT结果显示,并没有发现明显异物。

牙线棒去了哪里?脾胃病科医生会诊后,考虑异物已进入患者的胃腔,且有尖锐部分,进入肠道后即有可能造成穿孔,导致大出血的风险,情况紧急,医生建议小洪接受内窥镜治疗。

果然,术中内镜显示,牙线棒正“躺”在胃里,而牙线棒的尖端已经扎进了胃黏膜,卡在了幽门口。

经过一系列操作,牙线棒终于被取出来。

提到食管异物,很多人会觉得这种情况多发于老人和小孩,儿童是因吞咽机制发育不完全导致误咽,而老年人多是因咀嚼能力下降,导致异物存留于食管,事实上,年轻人食管异物中招的概率也很高。

预防措施和及时处理,是避免食管异物对身体造成损害的关键。在生活中,需要特别注意饮食健康和饮食安全,尽量减少误吞异物的发生。

首先,要保持良好的饮食习惯。要细嚼慢咽,避免剩余食物残留在口腔或食管中。其次要注意食用的食物大小和质地,特别是对于很硬或锋利的食物,比如大块的肉或骨头、花生米等,质地较硬的坚果、糖果,过于黏稠的食物如年糕、汤圆、软糖等更应该小心谨慎。

如不慎吞下异物,千万不要慌张。要立即停止进食,避免将更多的异物吞下去,不要盲目使用喝白醋、吞米饭等“土办法”,耽误治疗的最佳时机。

杨茜

“主动感染者”揭开了新冠的哪些真相

三类人更容易出现“二阳”,无症状时就可以排毒

花费3亿招募健康人主动感染新冠,每人补贴4万元。最近,世界首个新冠人体挑战试验有了新进展。

他们主动感染新冠后有了这些发现

近日,《柳叶刀·微生物》刊登这个研究,公布了新冠人体挑战试验的最新结果,对于我们日后预防感染有了新帮助。

2021年2月,英国帝国理工学院医学院感染病学系宣布开展“新冠病毒人体挑战试验”。为了此次试验,英国政府特别拨款3360万英镑(约合人民币3亿),提供资金支持。研究团队为每一名志愿者支付了4500英镑(约合人民币4万)的报酬。

所谓人体挑战试验,指的是挑选没有被新冠病毒感染过的志愿者,在限定条件下人为接触新冠病毒,并观察研究人体感染病毒后的变化。他们有了这些重磅新发现:

感染者排毒关联最密切的是鼻部病毒量

研究首次揭示,与感染者病毒排放量

关联最密切的是鼻部拭子中的病毒量,而非喉部。然而,一些鼻部病毒载量较低的参与者,竟然也能排放出大量病毒。

环境中的病毒可以被成功培养出活病毒

研究发现,病毒不仅能从感染者的鼻子中传播到空气中,还能传播到他们的手和周围的物体表面,如门把手和电视遥控器。同时,研究人员还在房间内的环境表面上成功地培养出活病毒,并且病毒在环境表面的存活时间,可能比我们想象的要长。

这一发现表明:通过感染者与环境的接触,病毒能够迅速地在环境中扩散,增加其感染他人的可能性。

实验证实了“新冠超级传播者”的存在

研究发现,所有参与者并非以同样的方式传播病毒。尽管所有参与者都在相同的条件下被感染,但是其中两个参与者在空气中排放的病毒量远超其他人。这两位参与者的症状并没有显著的恶化。他们的

存在表明“超级传播者”在病毒传播中可能扮演关键角色。

部分感染者还没出现症状时就可以排毒

研究还发现,大部分病毒是在出现症状后排放的,在首个症状出现之前的排放占到10%。这揭示了一个重要的事实:我们不能仅仅依赖症状,来判断一个人是否具有传播病毒的风险。

经常熬夜、失眠,更容易感染新冠

近日,一项发表在《柳叶刀·发现科学》杂志中的一篇研究《睡眠不足对加重新冠肺炎、流感和上呼吸道感染的影响》中指出:持续的睡眠不足不仅可能增加我们感染呼吸道疾病,包括新冠病毒的风险,还可能加重疾病的严重程度。

研究发现,失眠与新冠的严重程度、住院风险、流感感染风险以及上呼吸道感染风险增加有关。研究人员推测可能有3个原因:

1.失眠可能比初次感染的风险更强

烈地影响呼吸道感染的严重程度,就像其他风险因素一样。

2.社会经济因素、职业、年龄、性别和种族都与失眠和新冠易感性和严重程度的增加有关。

3.失眠本身是一种多因素疾病,可能有各种潜在的原因和表现形式,每种可能都会对呼吸道感染的易感性或严重程度的风险产生不同的影响。

三类人更容易“二阳”

通常情况下,下面三类人更容易“二阳”:

1.免疫缺陷人群,这些人抵抗力差、免疫力低下,更容易“二阳”。

2.常常外出,尤其常到人群密集的旅游地点,或者常常处于医院环境等,这些人多有聚集性特点的公共场所,抵抗力差、免疫力低的人应少去,常处于这些环境暴露下更容易“二阳”。

3.如果第一次“阳”的时候症状很轻,甚至是无症状,但查核酸结果是“阳性”,也就是肯定为新冠轻症或无症状感染者,那么这种人比“阳康”后的患者更容易“二阳”。

据健康时报