

# 儿童精神科爆满,到底谁是“元凶”

专家指出,开学带来的压力是诱因之一,心理健康问题是日积月累的

这几天,开学一个多月后儿童精神科爆满的话题上了热搜。

儿童心理健康问题与开学到底有无关系?自己的孩子遇到心理问题,又该如何应对?



## 1 儿童心理疾病,开学是诱因吗

山东省济南市营市东街小学专职心理老师陈曦表示,根据自己近几年在学校从事儿童心理健康工作情况来看,孩子在寒暑假结束返校后,有一定心理落差和适应期很正常,但并未遇到因此导致心理健康甚至精神类疾病的事情。在分析一些心理上出现问题的学生时,原因也都比较复杂。

谈及近期儿童精神科爆满现象,首都医科大学附属北京安定医院儿童精神科主任、中华医学会精神病学分会儿童精神病学组副组长何凡认为,开学带来的压力是诱因之一,儿童心理健康问题是日积月累的,由量

变到质变的过程。寒暑假期间,医院儿童精神科病房紧张情况稍有缓解,开学后紧张程度恢复如常,这种情况是存在的,开学一个月左右,门诊儿童患者数量也略高于假期。

何凡分析说,青少年儿童在假期中一般相对舒适,学业、人际关系等带来的压力也相对较小,孩子心理问题相关症状可能得到一定程度缓解,让家长误以为孩子“没问题”或者“好了”,但实则不然。

开学等压力一来,孩子的症状会再次出现甚至加重。因此,早期识别、尽早干预,才能让孩子尽快恢复心理

健康。陈曦也认为,假期作息的松弛随意与开学后的紧凑有序存在反差,一般会给学生带来一段明显的“调整期”。

日常在学习上存在困难的学生,会对学业有一定焦虑情绪,个别学生会将对人际关系处理有畏难情绪,尤其是刚刚幼升小、小升初的孩子,生活学习环境发生较大变化,这一切都有可能给孩子带来情绪方面的影响。

大多数孩子在学校和家长的帮助下,是可以自我调节的,即便有短时间或几天的情绪变化,也可以很快恢复,这都是正常情况。

## 2 孩子出现心理问题,与家长的教育有很大关系

到底是什么导致了儿童心理健康出现问题?

陈曦说,有些家长称自己自幼挨打、父母不管,如今依然发展得很好、很成功。

比如即便上学不多、学历不高,但生意做得很好,很有经济实力,因

此便认为孩子不存在心理健康问题,遇事简单粗暴解决,甚至不自觉地打骂孩子过程中发泄情绪。

加之这些父母平时对孩子陪伴和关注过少,不能及时发现孩子的情绪变化,导致小问题积攒成大问题。

还有些家长过度“完美主义”,将

自身焦虑情绪“传染”给孩子。

陈曦指出,很多时候孩子出现心理健康问题,往往与家长的心理健康以及家庭教育理念有很大关系。

这些都是导致近几年青少年儿童心理健康出问题、罹患精神类疾病增多的重要原因。

## 3 青春期的孩子,问题更加突出

何凡表示,学龄前儿童的心理、精神类疾病,更多集中在神经发育障碍方面。临床表现有,发育落后于同龄儿童,如语言发育落后、交流障碍、活动过度等。

一些学龄儿童的注意缺陷多动障

碍,在学龄前未能被及时识别,入学后,一些症状也会凸显出来;另外,焦虑、恐惧等情绪问题、抽动症状等也较为多见。

12岁以后,孩子开始进入青春期,情绪行为问题更加突出,如焦虑、抑

郁、易激惹、冲动等。随着年龄增长,青少年疾病类型与成人愈发接近。

据何凡介绍,儿童心理和精神疾病的发病原因非常复杂,是遗传因素和环境因素相互作用的结果,早发现、早治疗、足够重视是关键。

## 4 了解孩子,从准备成为家长那一刻起

作为一名小学心理辅导室的专职心理老师,陈曦表示,学校做好学生心理健康工作的关键是一线老师要懂心理健康知识,按照校领导统一部署和知名院校专业儿童心理学教授达成合作,定期对学校教师进行培训。

同时,开设家长课堂,定期为家长提供专题讲座、辅导,帮助家长解决家庭教育中遇到的问题,实现家校共育,助力学生健康成长。

大家从准备成为家长的那一刻起,就应该有意识地学习儿童心理学,了解孩子,努力成为孩子成长过程中

的灯塔。

尽管教育孩子是一个漫长的课题,但“只要我们想,任何时候开始学习都不晚”“明天的你一定比今天更了解孩子,更懂得如何与孩子沟通,让养育子女更多处在科学状态中”。

呵护少年儿童心理健康三点需要注意:

**第一是重视** 家长要像重视孩子身体健康一样重视心理健康,重视了以后自然会更多地去了解少年儿童心理健康方面的相关知识,从而避免过度保护、过度控制等不良养育方式。

当孩子出现心理问题,家长不要视而不见,也不要过度焦虑,而应积极寻求专业支持。

**第二是有效陪伴和沟通** 家长不仅要“养”孩子,还要“伴”孩子。每天抽出至少半个小时和孩子有效沟通,了解孩子在学校的生活、学习、人际关系,关注孩子是否遇到困难等,并及时有效引导。

**第三是建立和孩子之间良好情感链接** 当孩子提出自己的困难和问题时,要站在其角度与之共情,并提供有效支持,而不是简单地说教。

赵斌

# 4月大男婴肚里竟藏“胎儿”

“胎中胎”全球发生概率仅为50万分之一

本来是同卵双胞胎,而一胎发育不良,竟悄悄“钻”入了兄弟的睾丸,成为“寄生胎”。

近日,武汉大学中南医院妇儿医院小儿外科专家,为仅4个月大的新生男婴铭铭成功取出这枚“胎中胎”。

术后,铭铭身体一切正常,已康复出院。据了解,“胎中胎”全球发生概率仅为50万分之一,而睾丸内的“寄生胎”已知案例更是个位数。

## 胎儿腹腔内还藏着个“胎儿”

黎女士是武汉人,孕早期一切顺利,没想到,今年4月份,怀孕30周的她去做产检时却发现了意外。

因几项指标异常,黎女士在门诊做了进一步检查,结果发现,胎儿左下腹腔有一枚直径约6厘米的包块。经分析,医生考虑为寄生胎。

## 什么是寄生胎

人们普遍认为,寄生胎实际上是原为同卵的双胞胎,其中一个没能发展成正常胎儿,便被包裹在另外一个胎儿里面,形成“胎中胎”,通常最终需手术分离。

黎女士十分害怕,迫切希望能保住宝宝,于是向小儿外科主任张文求助。了解情况后,张文耐心向她解释,“寄生胎”实际上是良性肿瘤,长时间存在于人体内有较大危害。目前,可以密切监测,等到合适的机会再清除病灶。术后,孩子能够跟正常人一样。

幸运的是,在监测过程中,胎体一直没有明显变化,铭铭顺利出生,重达4公斤的他除下腹鼓鼓的,与其他宝宝无区别。

## 寄生胎已出血坏死

黎女士去医院检查,结果发现,胎体从左侧悄悄地“游”到了右侧,并开始出血坏死。原本铭铭因寄生胎导致左侧睾丸缺失,如果再“连累”右侧就麻烦了。并且病灶如此之大,在腹腔里已形成索带样结构,压迫肠管,等到5个月宝宝添加辅食,很可能发生肠道扭转,那时危害更严重。张文告诉黎女士,孩子即将满4个月,符合手术标准,寄生胎已经到了最合适的切除时机。

新生儿脏器小、血管细,手术难度高,非常考验医生技术。同时,寄生胎在体内充满种种不确定性,可能发生粘黏、与正常组织融为一体等多种状况,对医生的经验和处理速度同样有很高的要求。张文带领团队制定了详细的手术方案,近日,为铭铭实施了单孔腹腔镜下盆腔包块切除手术。

术中,之前的推测得到证实:寄生胎果真“躲”在了铭铭的睾丸内。医生经过1小时的精细操作,成功切除完整寄生胎体。病理报告显示,胎体无任何正常睾丸组织,确实为良性肿瘤。卸下“重担”的铭铭回到病房,经过针对性的治疗护理,恢复良好。

## 寄生胎并不是真正意义上的生命

因是微创手术,伤口隐匿,丝毫不影响美观。看着儿子的状态越来越好,黎女士悬着的心终于放下。

张文介绍,寄生胎是罕见的先天性疾病,可通过手术治疗。因寄生胎较小,难以发现,有的人甚至到成年后,身体出现异常做检查时才发现。寄生胎不完整,并不是真正意义上的生命,它靠吸取宿主的营养而生,即使存活下来也没有任何作用,反而会危害正常胎儿的健康。张文提醒孕产妇,应遵医嘱定期产检,一旦发现异常需及时就医。

据长江日报