

# 儿童需要冬令进补吗

本报记者 郭娅妮 通讯员 郭致远

春生夏长,秋收冬藏。冬天是收藏的季节,是积蓄力量以待“萌发”的季节。中国人的衣食动养,皆依季节而作,随岁月流转。“三九补一冬,来年无病痛”“冬令进补,开春打虎”说的都是冬季进补的好处。很多家长为了改善孩子的体质和增强孩子的免疫力,也会选择在冬天给孩子进补。

儿童需要冬令进补吗?常



见的进补误区有哪些?如何正确给孩子进补呢?近日,记者带着这些问题向河南省中西医结合医院(河南省中医药研究院)儿科主治医师田丽进行了求证。

## 儿童需要冬令进补吗

据田丽介绍,中医认为养生需要“天人相应”。《黄帝内经》中讲到的“春生夏长,秋收冬藏”“冬三月,此谓闭藏”,都是说冬季万物阳气潜藏,精气涵养,为来年的“春生夏长”积蓄能量,若此时顺天而“藏”,借“天”而补,就会事半功倍。

很多人认为只有体质虚弱的中老年人需要冬令进补,而儿童为“纯阳之体”,生机蓬勃,不需要进补。田丽说,其实这种认识是片面的。儿童还具有“稚阴稚阳”“肺、脾、肾常不足”的生理体质特点,很容易罹患肺炎、哮喘、腹泻、便秘、鼻炎、反复呼

吸道感染、疳积等肺、脾胃、肾系疾病,而冬季天寒地冻、外邪凶猛,是一年中儿童生病最频繁的季节。

因此,冬季对于儿童防治疾病来说很重要。“对于存在先天禀赋不足,生长发育落后;体弱多病,如反复呼吸道感染、鼻炎、哮喘、慢性咳嗽等;脾胃虚弱,食欲差、腹泻、便秘、面黄肌瘦等情况的儿童均可在医生的指导下进行合理的冬令进补。”田丽说。

## 儿童冬令进补“适度”是关键

儿童冬令进补是不是补得越多越丰富越好?田丽说,儿童冬令进补应按照儿童的体质选择性进补,一般遵循“无病不用药、有病不乱用药、无病不乱补”的原则。

身体比较健康、生长发育正常的孩子,可以按照平时的饮食

习惯,在营养结构合理、适度的基础上,适当进行食补。进补如果超出了孩子对营养物质正常吸收的能力,反而会加重孩子的脾胃负担,耗损脾胃之气,导致脾胃受损。

例如,一些家长为了给孩子进补,让孩子过多地摄入蛋白质高的食物,或是经常让孩子服用各种补品,反而会造成儿童性早熟、肥胖症等。

## 儿童服用膏方进补会引起性早熟吗

随着冬季的到来,膏方进补的“黄金”时期也随之而来。成年人服用膏方可以调理体质,增强机体免疫力,儿童是否可以像成人一样服用?

据田丽介绍,膏方是将中药材经多次煎煮、过滤、蒸发浓缩、收膏等工序制成的一种稠厚状半流质或冻状剂型。医生需要根据儿童不同的体质,在药膏两

用的基础上选用合适的药材,制定个性化处方,从而达到健脾消食、补肺扶正、补肾助长、益智明目的功效。

很多家长担心儿童吃膏方会出现性早熟。田丽说,孩子并不是不能吃膏方,而是要有适应证。一些患有哮喘或过敏体质的孩子,一到冬天就来医院开膏方,吃到来年开春,能明显减少发病。根据孩子的体质和平时易发的疾病,为孩子“量身定制”膏方,是不会造成儿童性早熟的。

此外,部分家长“求补心切”,盲目到购物网站、药店等为孩子购买膏方进补;还有一些家长把自己的膏方拿来给孩子服用,这些做法都是错误的。

田丽提醒,儿童确实因病需要调理,也要遵循“不虚不补”的原则。而且儿童使用膏方一定要在医生的指导下服用,切不可盲目跟风。

## 各地简讯

# 《南阳艾艾绒》地方标准实施

本报讯(记者乔晓坤 通讯员崔松涛 刘超)12月9日,记者从南阳市中医药发展局获悉,《南阳艾艾绒》地方标准已经南阳市市场监督管理局批准发布,于12月10日正式实施。

《南阳艾艾绒》地方标准是由南阳医学高等专科学校南阳道地药材(艾草)研究院博士王宇卿带领团队主持制定的,对南阳艾艾绒进行了规范,对艾艾绒质量进行了分级,是继“南阳艾”后又一个地方标准。

据了解,在2019年,地方标准发布权限由省级下放到省辖市,南阳市中医药发展局积极对接南阳市市场监督管理局,组织高校、科研院所、企业联合制定中医药产业地方标准。2021年《南阳艾艾绒》经南阳市市场监督管理局批准发布,实现了南阳艾艾绒地方标准零的突破。同时,近期完成的《社会艾灸馆建设规范》也已通过南阳市地方标准审查会批准,将于12月30日发布。

## 许昌

# 关爱健康 温暖百姓

本报讯 按照省、市“关爱你我他(她)·温暖千万家”行动统一安排,根据“疫情要防住、经济要稳住、发展要安全”的工作要求,许昌市卫生健康委制定印发了《关于“关爱健康 温暖百姓”行动实施方案》,12月7日召开了全市120急救调度暨医疗救治工作视频会议,就“关爱健康 温暖百姓”行动进行安排部署。

许昌市要进一步强化120急救调度工作,始终坚持“人民至上 生命至上”的理念,统筹120急救调度和医疗

救治工作,全面加强疫情防控期间急诊急救管理,全力畅通紧急就医渠道,竭力保障人民群众生命健康;进一步完善分级、分类急救工作,要做好群众正常医疗服务需求;进一步做好急诊急救接收能力建设,从提升120指挥调度中心能力和医疗机构急诊急救接收能力建设两个方面,对120指挥调度中心班子队伍建设、工作人员配置、福利待遇保障和医院医疗力量调配、重点科室运行保障、急救车辆规范使用等方面,进行了强化要求。

(侯林峰 邓楠楠)

# 开展宪法知识宣传

## 周口市卫生健康委

本报讯(记者侯少飞 通讯员杨基伟)12月7日,周口市卫生健康委组织全体干部职工开展2022年宪法知识测试。

本次测试采取闭卷方式进行,旨在进一步加深干部职工对宪法知识的理解和学习,增强维护宪法权威的意识,提升了全体

干部职工尊法、学法、用法、守法的积极性和自觉性,达到“以学促学,以学促用”的目的。大家纷纷表示,今后将自觉学习宪法,增强宪法意识和法律观念,严格规范自身行为,维护宪法和法律权威,争做宪法的忠实崇尚者和坚定捍卫者。

## 鹤壁市卫生健康监督局

本报讯(记者王平 通讯员王雁)12月5日,鹤壁市卫生健康监督局组织全体干部职工学习宪法知识。

该局要求,全体干部职工要把学习宪法知识与学习宣传党的二十大精神结合起来,进一步弘扬宪法精神,树立宪法权威,营造尊法、学法、守法、用法的良好氛围,开展丰富多彩的宣传

形式,提升监督员法治精神、法治意识、法治思维,把宪法精神落实到卫生监督的各项工作,提升卫生监督执法水平。

通过宣传培训,大家纷纷表示,作为行政执法人员,要心怀敬畏,忠于祖国和人民,以宪法为圭臬,依法依规履职,勇做宪法的践行者、宣传者,坚决维护宪法权威。



# 一车白菜背后的爱心接力

□侯林峰 苏红梅

“这白菜又大又水灵,这两天家里不用再买菜了……”12月8日,在焦作市妇幼保健院,工作人员领到医院发的大白菜,纷纷感慨。其实这批白菜背后还有一个暖心的爱心接力故事。

12月2日傍晚,焦作市妇幼保健院保卫科工作人员崔海鹏下班后在小区附近散步,看到路边有对夫妇拉了一车白菜在卖。“那对

夫妇有50多岁,当时我看到那个男的一直捂着肚子,表情痛苦,女的有些不知所措,我就上去问了两句。”崔海鹏了解到,这对夫妇是从修武县郟封镇过来的,一车6000多斤的白菜都是自家种的,想着来市里卖掉挣点钱,结果刚过来就感觉身体不舒服,一时间陷入了两难。“我也有点无措,白菜少的话,我当时就买了,可是那

么大一车白菜,我也没法解决了。”崔海鹏说。在替这对夫妇着急的时候,崔海鹏突然想到了自己的弟弟在抖音上有不少粉丝,让弟弟帮忙在网上呼吁一下。由于当时天色已晚,拍摄效果较差,崔海鹏的弟弟就给这对夫妇留了电话,约定第二天再来。

第二天上午,正在上班的崔海鹏接到了弟弟的电话,男菜

农的病情加重住进了医院,女的需要在医院照顾他,夫妻俩很担心那车白菜,想让帮忙处理一下。崔海鹏了解情况后,决定自己出钱按照市场价格把白菜买下来,让夫妻俩安心治病。当天下午,崔海鹏找了一个放白菜的场地,又找人把白菜拉过来,卸下来,等全部忙完已经23时许。

帮菜农夫妇解决了问题,崔海鹏开始难了。“我把6000多斤白菜送了亲戚朋友一些,送了环卫工人一些,又让弟弟在抖音上喊话,或卖或送都可以,可来领菜的寥寥无几。时间一天天过去,白天温度高,白菜要是坏了,那就

太可惜了。”崔海鹏说。12月7日,崔海鹏找到了焦作市妇幼保健院行政党支部,向支部说明了情况,并提出自己想向医院的工作人员捐献白菜。支部了解情况后,立刻向医院党委书记宋文月进行了汇报,宋文月说:“我们的职工自发进行助农的爱心行动非常值得肯定,整个集体要帮着把这个行动延续下去,爱心助农大家也都有使命担当,由医院工会出面把白菜买过来,分发给医院的工作人员。”这也有了文章开头的一幕。

在发稿时,记者也了解到,在住院治疗了3天后,生病的菜农病情好转,已经顺利出院回家。

常俊伟 李长杰/摄

# 摔跤致颅脑损伤 注意“头”等大事

本报记者 王婷 通讯员 石婉嘉

前几天,郑先生和很久没见的老朋友聚餐。正当大家说笑时,郑先生突然感觉头疼得厉害,朋友看他脸色有点怪异,还没来得及多问,郑先生就开始呕吐起来,摔倒在地。

朋友赶紧把郑先生送到郑州大学附属郑州中心医院高新院区急诊科,主任叶群立加急为郑先生做了头颅CT检查,结果显示:双侧额叶及左侧颞叶密度增高,考虑脑挫伤;顶枕部头皮下软组织肿胀,蛛网膜下腔出血,双侧额部及左侧颞部硬膜下血肿。

随即,郑先生被紧急送入ICU(重症监护室),ICU主任徐兰娟立即安排吸氧,完善血常规、生化、心肌标志物、心电图、CT等检查,进一步明确诊断,接着给予患者化痰、护胃、补液等治疗。这时,郑先生的父母和女朋友赶来了。

郑先生病情不容乐观,医院下了病危通知书,并且脑损伤随时可能进一步加重,出现脑出血、脑梗死、脑疝、严重电解质紊乱、消化道出血、急性心肌梗死、心力衰竭等,危及生命。

郑先生的母亲瘫坐在地上,她实在不明白,出门时还好好好的儿子,怎么现在就躺在ICU了。她看着儿子的朋友,想从他们那得到一点信息,

可郑先生的朋友也是面面相觑,一头雾水。

这时,郑先生的女朋友说:“昨天,他骑电动自行车撞到了一块石头,电动自行车失控,他被摔在地上。当时他觉得自己没什么大碍,自己还年轻,身体好,就没在意,也没想着去医院。我们见面时,还拿这个事儿开玩笑,我当时也没发觉他哪里不正常,只是提醒他以后骑电动自行车时必须戴头盔。”

在ICU里,主治医师王金柱正在争分夺秒给郑先生控制血压、镇痛、脱水降颅压、止吐和补液扩容,同时严密监测患者的神志、瞳孔变化、动态复查头颅CT。由于郑先生应激性溃疡风险较高,王金柱为他加用抑制胃酸治疗,监测腹内压及腹部情况,警惕肺栓塞等并发症。

48小时后,在医务人员悉心的治疗下,郑先生生命体征终于平稳,转入创伤显微外科进行后续治疗。目前,郑先生已经顺利出院。

徐兰娟提醒,像郑先生这样的患者并非少数,摔倒后,尤其是头部着地,不论有无明显症状,都应及时到医院进行检查,切不可掉以轻心,以免错过最佳治疗时间。

# 多基因检测精准“识别”甲状腺癌

本报记者 冯金灿 通讯员 王晓凡

“如果一定要得一种癌症的话,我宁愿你得甲状腺癌。”不知从什么时候起,这句话开始在社会上流传开来。

甲状腺癌因为死亡率低、几乎不会影响寿命,被誉为“最善良的癌症”。但专家提醒:“最善良的癌症”也危险,多基因检测有助于精准诊断、精准治疗。

## 极低危癌会变极高危癌吗

近日,河南省肿瘤医院甲状腺外科专家切除了3例直径1厘米、甚至小于0.2厘米的甲状腺结节。患者原本以为不用手术,可以继续观察或者通过射频消融治疗,但结果却让人大跌眼镜,3例均为甲状腺乳头状癌,而且属于淋巴结转移率高、肿瘤侵袭性生长、复发率高的极高危类型。

不久前,来自郑州的王女士在例行体检时发现左侧甲状腺实性结节,大小约为3毫米×4毫米×5毫米。她慕名找到河南省肿瘤医院甲状腺外科主任秦建武,希望做腹腔镜手术,尽量不留疤痕。

入院后,王女士完善相关检查,结果显示:左侧甲状腺乳头状癌,B-RAF基因和TERT启动子均存在突变。

鉴于此种情况,秦建武不建议王女士做腹腔镜甲状腺手术,而是采用更彻底的传统开放手术:全甲状腺切除和双侧中央区淋巴结清扫。

同期入院的谭女士,也是在体检时发现双侧甲状腺结节,其中右侧低回声结节的大小约为13毫米×8毫米,左侧混合性结节的大小约为7毫米×4毫米。按照目前国内外的指南,专家共识,谭女士进行右侧甲状腺根治术即可,但穿刺洗脱液多基因检测,发现B-

RAF基因和TERT启动子存在双突变。最终,河南省肿瘤医院甲状腺外科副主任医师魏林为谭女士进行了全甲状腺切除和双侧中央区淋巴结清扫。术后,在检测组织中发现右侧甲状腺乳头状癌和左侧甲状腺叶隐匿性甲状腺癌,直径仅为2毫米。

## 多基因检测让甲状腺癌治疗更精准

甲状腺癌不是懒癌、“幸福癌”吗?为什么要进行全切根治手术?秦建武说,甲状腺癌是头颈部和内分泌系统最常见的恶性肿瘤,已成为发病率增长最快的恶性肿瘤之一。甲状腺癌按恶性程度由低到高可分为分化型甲状腺癌(甲状腺乳头状癌和甲状腺滤泡癌)、甲状腺髓样癌、甲状腺未分化癌等。其中甲状腺乳头状癌最为常见,约占全部甲状腺癌的85%~90%,恶性程度相对较低,进展缓慢、预后也比较好。在临床上,仍有小部分甲状腺乳头状癌是极高危的,极易出现侧颈部淋巴结转移,气管、食道等侵袭性生长侵犯,最终导致复发率增加,危及生命。

据复旦大学肿瘤医院王玉龙团队研究结果显示,B-RAF基因和TERT启动子双突变,与这部分乳头状癌系列不良临床病理表现有关。而每10个甲状腺乳头状癌患者中,就有1个患者可能出现B-RAF基因和TERT启动子双突变。

秦建武强调:“这类患者的肿瘤虽然很小,彩超检查也没有可疑淋巴结转移,但是也属于复发高危人群,在最开始的治疗方式的选择、手术范围的确上,医务人员都要反复斟酌。”

## 术前穿刺+多基因检测让甲状腺癌治疗更精准

已经确定是甲状腺癌,切了不就行了?为什么还要做这么详细的检查?

河南省肿瘤医院甲状腺外科副主任张松涛说,多基因检测可以区分同一病理亚型甲状腺癌的不同预后并进行疗效预测,指导辅助治疗决策。极高危甲状腺乳头状癌患者如果不能从基因层面精确诊断,仅仅依据“小癌”“微小癌”选择保守观察或者局部的射频消融治疗,极有可能造成淋巴结广泛转移、局部侵犯,甚至远处转移。

患者术前进行穿刺+多基因筛查检测不仅可以明确肿瘤的性质,还可以进一步从基因、分子水平预测肿瘤的恶性程度,可能的转归,有合适的靶向治疗药物,进而指导患者的个体化精准治疗。