

他们终于听见了世界的声音

——两个听力障碍儿童的康复之路

通讯员毛慧娟、林敏 记者潘仙德报道 “我是五官中最不起眼的,也最容易被忽视。其实我很脆弱,一旦我受伤了,您就再也听不见清晨的鸟鸣,傍晚的微风,恋人的低语,亲人的问候——甚至,您将无法保持平衡。”

据世界卫生组织的最新报告显示,全球约4.66亿人患有残疾性听力损失,其中儿童约为3400万。和成人不同的是,儿童期是听觉言语发育的关键时期,听力障碍有极大的可能会导致儿童言语发育障碍并影响其情感、心理和社会交往等能力的发展,给家庭和社会造成沉重负担。

这里,我们选择了两个听力障碍儿童,来听听他们的世界,从无声到有声的故事。

从无声到有声
一个特殊的一年级学生的5年康复

“大家好,我叫徐家赫,今年10岁了,来自江山,现在在凤林小学读一年级,我平时喜欢画画,喜欢劳动,还会帮忙做家务……”在衢州市特需儿童康复中心(七彩梦幼儿园)的康复培训讲座上,再度“故地重游”的徐家赫被老师邀请上了讲台,给现场的家长们自我介绍。台下,他的妈妈周小芳坐在第一排,鼓励孩子放大音量,不要害羞。

2012年出生的徐家赫来自江山市凤林镇,去年9月进入江山凤林小学读一年级。

回想起徐家赫小时候,妈妈周

小芳也是充满了愧疚。“孩子出生后,我们夫妻俩忙着在外地打工,后来发现孩子怎么叫都不应,老人家还说是小孩子皮,故意不应。等我们真正重视起来去医院,就已经太晚了。”徐家赫被诊断为感音神经性耳聋。2015年9月1日,3岁的徐家赫正式植入了人工耳蜗,开机后进入衢州市特需儿童康复中心进行康复。

“他刚来的时候特别内向,每天早上都要哭很久,离不开妈妈的怀抱。中午吃饭也特别挑食,午睡也要专人陪伴。”徐家赫的老师黄婧告诉记者,像徐家赫这样的听力障碍的儿童,早发现早治疗早康复,除了学校老师的帮助和指导,更加需要父母和家里人的全身心投入。

周小芳说,从2015年孩子到了衢州,她就跟着来,在学校边上租了个房子。“所有的东西都要从头学起,不管是跟孩子语言康复有关的,还是拼音,每个字的发音要一遍又一遍调整,孩子会摸我的喉咙,看我的嘴型,一点点地学。”从孩子的每一个表情和动作,到学会的单词、句子、儿歌、舞蹈,孩子的一点点进步,都牵动着父母和老师的心。经过3年的康复,徐家赫从一个爱哭爱闹的“小调皮”慢慢变成了懂事的“小大人”。

徐家赫妈妈在送孩子去正常幼儿园学习的同时,还是会定期带着孩子到康复中心进行言语矫治训练。徐家赫妈妈在送孩子去正常幼儿园学习的同时,还是会定期带着孩子到康复中心进行言语矫治训练。

小伢儿 识中药

近日,建德市李家中心幼儿园的孩子在老师的带领下,前往李家镇长林村药材专业合作社,探访中药的神奇魅力,开启研学传承之旅。

走进基地,负责人为小朋友讲解中药的制作过程及药用价值,据介绍,这里种植多种药材,中药文化深深地吸引了小朋友。中药文化博大精深,建德市李家中心幼儿园坚持开展接地气、有实效的中草药主题实践活动,让小朋友走进家乡,了解家乡的中草药,弘扬我们的中药传统文化。

通讯员廖艳芳 摄



推拿科医生治好了“抑郁症”

颈椎病也会“打游击”,压迫神经可引起头昏、胸闷、焦虑、失眠

■记者王艳

53岁的周女士是外省一所大学的老师,近几年来反复头昏、胸闷、焦虑、失眠,有时还会恶心呕吐。她先后去了当地好几家大医院检查,但医生都查不出什么实质性的病因,这让周女士一度怀疑自己患上了“抑郁症”,严重影响了正常的工作和生活。在朋友的推荐下,她来到浙江省立同德医院推拿科就诊,被诊断为颈椎病。经过几个疗程的治疗,周女士头昏、胸闷、焦虑症状缓解了,睡眠也得到明显改善。她逢人就说,是推拿科医生治好了她的“抑郁症”。

头昏、心慌、焦虑、抑郁当心是颈椎病“打游击”

当时接诊的是浙江省立同德医院推拿科副主任中医师莫亚仿。他说,颈椎病是一种椎间盘发生退变,在过度劳累、受凉或受刺激等诱因下,颈部血管神经受刺激、压迫,产生疼痛功能障碍等一系列临床症状的疾病,可分为颈型、交感型、神经根型、椎动脉型、脊髓型和混合型六类。很多人都知道脖子酸、肩膀痛可能和颈椎病有关,但颈椎病也会“打游击”,像周女士这样反复出现头昏、胸闷、心慌、焦虑、失眠等症状的患者,门诊中并不少见。

莫亚仿医师介绍,人的颈椎共

有7节,其中位于中间的第4、第5节通常受力最多,也最易老化。从临幊上来看,颈椎病往往多发于这两节,患者可能出现手麻、肩膀痛等症状,这类颈椎较易引起患者的重视,去医院就诊时也较容易被检查出来。但如果是颈椎的上段或下段出问题,则可能表现得十分“隐蔽”,由于没有手麻、肩膀痛的表现,这类患者不易被发现,常会被认为是神经内科疾病。

排除专科疾病再“三步定位”

“当然,并非所有胸闷、心慌的症状都是颈椎病引起的。出现这些症状时,患者首先应该接受专科检查,在排除实质性的内科问题后,如果仍找不到病因,则应考虑是否有颈椎病的可能。”莫亚仿表示,对于已排除其他疾病的患者,在进行颈椎病诊断时应采用“三步定位”法,即病人描述的症状、医生触诊和影像学检查三者相结合的方法。

他特别强调,不同学科采用的诊断标准不同,一些微小的颈椎改变,如小关节紊乱或错位,从骨科的影像学标准来看,可能没有达到诊断标准,但有经验的临床医生仍然可以从患者颈椎的正位、侧位、开口位X光片上看出这些关节紊乱和错位,并结合触诊作出诊断。

建议首选简单便捷、效果佳、安全的非手术疗法,并按照计划循序渐进、持之以恒。如果经正规非手术疗法效果不佳、症状仍较严重的患者,建议进一步进行手术疗法。

别低估了颈椎病的危害

如果患上了颈椎病千万不要不当回事。莫亚仿医师形容颈椎是电器的总开关,如果颈椎不好,可能带来很多危害。比如:

耳鸣、耳聋,很多颈椎病患者由于脊椎受压,颈椎的交感神经末梢受损,导致供血不足,最后导致为经常性耳鸣甚至耳聋的严重后果。

视力模糊,椎动脉型颈椎病患者可能存在椎-基底动脉供血不全,视力障碍是临床表现之一。

约有40%的患者可能出现视力减退、视力模糊,短暂失明等表现,主要为大脑特定区域缺血所致。

顽固失眠、神经衰弱,有顽固失眠、神经衰弱的患者70%以上都有颈椎病发生。

中风,据不完全统计,中风病患者中有90%以上都有颈椎病,可怕的是很多人都不注意,到中风后才发现是颈椎病诱发了脑部神经压迫导致的。

患者低龄化,不良姿势及缺乏锻炼是祸首

对不同类型的颈椎病患者,均

复中心的叶欣欣老师介绍,徐梅花非常坚持,每天必打卡,通过学习,她对林氏六音测听、听力基础知识等有了初步了解,也在家对孩子进行了一些前期的训练。

2020年9月开学,余润心顺利进入七彩梦幼儿园亲子班。“一个班有4名学生,课程有亲子集体课与单训课,每周4节课,每次1-2小时。”徐梅花说,因为还未到正常入学年龄,走读的他们开启了开化-衢州两地奔波的日子。有课的日子,她都是早上5点多就把润心从被窝里摇醒,两人吃过早饭后就赶中巴、大客车,再辗转乘坐公交,要耗时近3个小时才能来到学校。等上完课,孩子休息一会儿,又匆匆往回赶。“早上天黑就出门,晚上天黑才到家。”徐梅花说,边上有有人说:“你家里条件不好,孩子都会说话了,就不用再做康复了,那么奔波,花钱还耗费精力。”徐梅花却很坚持,她知道,只有她和儿子全力以赴,通过不断的训练,将来才能更准确地发音,即使再难她也会坚持下去。

“我每天在家都会给孩子进行1-2小时的语言康复训练。”徐梅花说,她希望润心的听力康复得快一点,但她也会尊重孩子的意愿,如果他不愿意,自己也不强求,只是会多创造机会,在孩子乐意听的时候,多给他训练。她希望在老师和自己的不断努力下,润心也能更快地进入普幼,与健全孩子一起学习成长。

后才能逐渐了解书上的内容。孩子熟悉一个故事后,你再问孩子问题,是不是发现,孩子对故事内容越来越熟悉,复述越来越详细,用词也能够更加多样复杂?这就是孩子在重复过程中发展了记忆,并且开始理解故事中的概念,而理解概念是一种更加高级的认知。

所以大家千万不要再“嫌弃”娃总是反复读一个绘本,也不要担心重复阅读中,孩子没法学到新鲜知识。

重复对孩子的成长意义非凡,岂不是按孩子要求读它千百遍就万事大吉了呢?不!不!不!有心机的父母都应该懂得——如何更有质量的重复。花点心思,你也可以一本绘本,百种读法!

一方面,在满足孩子反复阅读的需求下,跟随孩子不同阶段的兴趣点,引导不同的阅读侧重点,帮助孩子获得更多的体验。

另一方面,可以给故事添加一些小心机:做点改动,来点惊喜,添点错误,让孩子来找茬。又或者给主角做个人偶,来段角色表演,画个同款绘本,把书读“活”就再好不过啦!

最后,孩子读书该重复就重复,免得学得多而学不精;担心自己嘴秃噜皮了,就放轻松,海阔天空呗!

减肥减出了脂肪肝

营养不良也可能导致肝脏内脂肪堆积

■记者程雪 通讯员张玥洁

快速减肥可导致脂肪肝

脂肪肝作为我国的第二大肝病,患病率高达25%。有调查显示,城市白领人群脂肪肝的比例更是高达50%,以男性多见。近年来,年轻女性的脂肪肝发病率也在快速增长。除了爱喝奶茶等高糖饮料、常吃外卖、长时间坐在电脑前不运动等原因之外,还与目前女性追求骨感美,盲目追求减肥降重有关。

减肥三个月变成中度脂肪肝

社交网络时代,修图软件、美颜滤镜把每个人的脸修成“蛇精”的样子,很多人甚至参照自己修图后的照片去整形、减肥,期望自己能像照片和视频中那么“好看”。家住杭州的小柳也抱有这种想法,并开始实践网红减肥法,没想到最后竟然减出了脂肪肝。

小柳23岁,身高160cm、体重108斤左右,属于标准体重。

但是,脸型偏圆的她,每次和朋友们拍合照就会显得特别“吃亏”,看上去胖乎乎的,要修好久的图才愿意发朋友圈。小柳参考网上的“哥本哈根减肥法”给自己制订了一套快速减肥方案:蔬菜焯水后只蘸一点点酱油吃,只吃去皮瘦肉和鱼虾,几乎不吃主食,拒绝甜食。另外,为防止“水肿”,减少调味料的摄入。

经过“欲无求无”的3个月后,小柳的体重降了15斤。但也开始出现乏力、食欲差的情况。

几个月后的一次超声检查,偏瘦的小柳被查出了脂肪肝,难以置信的她又去杭州市红十字会医院放射科接受磁共振检查,明确了其肝脏脂肪百分比为13.6%,确诊中度脂肪肝。

健康提醒

花粉是最常见过敏原

■张华君

春天万物复苏,生机勃勃,令人舒畅之时,也会让不少人陷入苦恼——皮肤变得不稳定,容易发红、变肿,甚至全身起风团!皮肤科医生提醒,春暖花开,皮肤过敏、真菌感染、荨麻疹发作等皮肤问题增多,需要好好防护。

要想皮肤健康美丽,需要避开伤害源,使用护肤品,无须高档,对路就好。

花粉是临床发现困扰最多的人的常见过敏原,微粒状的花粉甚至肉眼看不见,钻进呼吸道,落在皮肤上,过敏患者随即觉得脸上发痒、红肿,严重者甚至起大风团、喉咙水肿等。

建议有花粉过敏史的人,或者是过敏体质者,要注意避开花粉。在明媚的春光时,花草树木多的地方最好不去。建议春季

40岁以上,但现在40岁以下患者越来越多。莫亚仿医师表示,如今一些中小学生的颈椎正常生理弯曲都已遭到破坏,将来得颈椎病的概率比较大。前年,他就曾接诊过一位13岁的小患者。

颈椎病患者为何越来越低龄化?莫亚仿医师认为,随着生活节奏不断加快,电子产品被广泛使用,很多人长期保持不正确姿势,比如长时间低头伏案工作或学习,趴着看书,躺着看电视或玩手机,导致患颈椎病的人越来越多。颈椎病已经成为危害人们健康的主要疾病之一。另外,缺少适当的休息和锻炼也在一定程度上增加了颈椎病的机会。

颈椎病是一种长期、慢性的进行性退变疾病,各种诱因刺激都容易使其复发。因此,对于平时需要长时间低头伏案工作的人群,建议适当多做一些与低头反向的运动,比如游泳、打羽毛球、投篮、放风筝等。另外,睡眠时选择适宜的枕头,枕头软硬适中,高度约相当于自己的拳头竖起来的尺寸;不要躺在沙发上看电视或玩手机。曾经患过颈椎病的患者,要加强自我治疗和自我保健,改变不良习惯,并通过简易可行的康复锻炼方法达到治疗和预防复发的目的。

患者低龄化,不良姿势及缺乏锻炼是祸首

以前颈椎病患者年龄多在