

一种无创无痛无辐射的检测方式——

超声骨密度检测 轻松了解孩子骨密度

□记者 王春霞/文 李英平/图

本报讯 孩子正处于生长发育期,经常喊腿疼,是不是缺钙了?孩子出牙出的晚,是不是缺钙?怎么办?要查微量元素看是否缺钙吗?可是孩子手上要扎一针,疼得哇哇哭,我们好心疼呀。有没有一种好的检测方法呢?答案是“有”。那就是做骨密度的检测。记者近日从市中医院获悉,该院今年新引进了一台以色列进口的超声骨密度检测仪,不仅能够准确了解孩子的骨密度,还能解决家长担忧的问题,因为这项检测是无创无辐射无痛苦的。

一个多月前,男童乐乐满1岁了,可妈妈发现他前囟门(俗称天顶盖)还是没有缩小的迹象,而且蹒跚学步时腿部软弱无力,容易跌倒。乐乐妈妈担心孩子缺钙,便带着乐乐到市中医院生长发育门诊。值班的赵玉敏主任医师询问得知,除了有上述情形外,乐乐夜里睡觉容易出汗,还时常有惊醒的情况,她建议乐乐测一下骨密度,以了解骨质中的钙含量是否正常。检测结果很快出来了,显示乐乐的骨密度值极低,属于重度骨密度低下。赵玉敏据此诊断,乐乐系钙缺乏引起的佝偻病,遂开具了药方,让孩子补充维生素D滴剂,同时补钙并多晒太阳。服药一个月后,乐乐再次接受超声骨密度检测,骨密度值明显上升,孩子也会走路了,且腿部变得有劲了。这下,乐乐妈妈的脸上也



医护人员在为一个小小朋友进行骨密度测试

有了笑容。

说到这里,或许还有很多人有疑问,到底什么是骨密度,它是用来干什么的?赵玉敏介绍,骨密度全称是骨骼矿物质密度,是骨质量、骨骼强度的一个重要标志,它能够反映骨质的疏松程度,预测未来骨折的危险性的依据。现在有很多家长担心生长发育期的孩子缺钙,常常会去检查血钙。其实,人体中99%的钙在骨骼和牙齿中,只有1%的钙在血液中。血液中的钙会受到饮食中钙的影响,当食物中含钙比较丰富时,血钙可暂时升高;当血钙不足且无法得到外界补充时,骨钙会进入血液调节血钙平衡。但是骨钙变化周期缓慢,比较稳定,所以骨钙检测的临床意义较血钙检测更大。如果家长怀疑孩子缺钙,可以选择做一个超声骨密度检

测,就可以准确了解孩子骨钙的高低了。

那么,超声骨密度检测是如何检测的呢?骨密度检测技师王琳说,超声骨密度检测仪其实就是一台彩超仪器,只是专门用来检测骨密度的,检测方法与普通的超声检查类似,3岁以下的婴幼儿选择小腿的胫骨中段,3岁以上的儿童选择手臂的桡骨中段进行检测,需把彩超超用的耦合剂涂到检查部位,轻轻地使彩超探头放在检查部位上,仅需几分钟,结果就出来了,方便快捷,还无任何痛苦。

哪些儿童适宜做骨密度检测呢?赵玉敏说,有脆性骨折史或脆性骨折家族病史的儿童;早产儿或者出生低体重的孩子;生长过快的孩子;非母乳喂养的孩子;在做康复治疗的孩子;进行过含类固醇、化疗或抗惊厥药治疗的孩子。对于上述孩子来说,做一下骨密度检测,不仅可以监测孩子的骨骼发育,了解每年骨强度累积的情况,还可以起到预防佝偻病和骨折的作用,根据检测结果决定是否需要进行治疗,也可以监测治疗效果。

除服务孩子之外,超声骨密度检测仪还可以服务好多人群呢,可以为孕妇进行骨密度检查,以诊断孕妇是否能给胎儿提供足够的钙;哺乳期的妈妈进行骨密度检查,可以了解乳母及婴儿的骨钙是否正常;更年期妇女或老年人由于年龄增大,机体功能下降,易导致骨质疏松,通过骨密度检查,可以了解骨密度是否降低,以预防骨折。

姜老太修肤堂推出系列免费体验活动

本报讯 昨日上午,足部经常干裂脱皮的王先生高兴地在市区矿工路市长途汽车站东100米路南的姜老太修肤堂免费领到一瓶足部护理液。足部护理液可修护脚部皮肤脱皮、粗糙及改善气味等,令足部皮肤柔滑。笔者采访获悉,姜老太修肤堂于近期推出的系列优惠及免费活动已让不少人受益。

据了解,姜老太修肤堂是集生产、研发、销售为一体的综合型健康企业。在清癣、止痒、皮肤过敏纯中药制剂等方面均获得多项国家发明专利。姜老太修肤堂还是国家商务部备案企业,祖传修肤良方始于1720年,多年中医文化积淀的调理方法已让多人受益。

为惠及被皮肤问题困扰的市民,姜老太修肤堂矿工路店于近期推出了系列免费体验活动,每天前30名进店者可免费领取一瓶足部护理液。如果您有皮肤问题困扰,还可以报名免费体验产品。★ (小余)

鱼肝油上午吃最好

鱼肝油是维生素AD的俗称。新生儿宝宝生长发育快,正常喂养下难以满足维生素A和维生素D的摄取,需要额外补充鱼肝油。那么,鱼肝油该怎么吃,如何才能最大限度发挥效果?

鱼肝油中富含的维生素A,是人体生长发育的必需物质。维生素A缺乏会引起皮肤粗糙、角膜软化以及夜盲症等,适量补充鱼肝油可防治维生素A缺乏。维生素D可有效促进钙、磷等物质吸收,促进骨骼生长,预防佝偻病。处于快速生长发育期的婴幼儿,及时补充维生素D尤其必要。鱼肝油中还含有不饱和脂肪酸,它是脑神经活力的重要营养物质,能促进智力发育。

一般来说,出生14天的宝宝建议开始补充鱼肝油,早产儿出生一周后可以添加。每天服用1粒,一直吃到2岁至3岁。吃鱼肝油,也有相对比较适宜的时间。1.和钙一起吃。吃钙时,可以加鱼肝油一起吃,能更好地帮助钙吸收。如果不吃钙,也可单独喂,或吃奶吃饭时搭配着一起吃。2.上午吃。鱼肝油每天上午吃相对较好,此时宝宝精神饱满,正是一天身体活动开始的时间,营养成分能快速被身体吸收利用。加上此时宝宝多在户外活动,晒太阳一定程度也能帮助身体合成维生素D。

很多家长有疑问,宝宝经常晒太阳还需要吃鱼肝油吗?事实上,晒太阳是身体合成维生素D的天然途径,但要获得足量维生素D,需要满足很多条件。比如,阳光要充足、孩子暴露的皮肤范围要足够大、晒太阳的时间要足够长。而这些条件受到季节、天气以及生活习惯的制约和影响,不如口服鱼肝油方便。而且,小宝宝皮肤娇嫩,长时间暴露在阳光下可能会使皮肤受到伤害。因此,建议晒太阳的同时还是要注意补充维生素D,以保证摄入量达标。(宋晓红)

冬季老人宜多晒太阳

昨日,在市工人文化宫,几位老人享受着温暖的阳光,在悠闲地唠着家常。市疾控中心的相关专家提醒老年市民,冬季虽天气寒冷,但是老人应在温度较高的时段尽量多到户外晒太阳,并适当参加一些运动锻炼,有助于预防老年骨质疏松症,驱除脾胃寒气,预防疾病。

本报记者 李英平 摄

“天然”原料餐具或对健康有危害

本报讯 德国联邦消费者保护和食品安全局近日在新闻发布会上指出,“咖啡随身杯”以及其他用竹纤维或玉米面制成的餐具几乎都含有三聚氰胺或甲醛。1/4样品的三聚氰胺检测浓度超标。

越来越多的咖啡店现在提供由竹纤维或玉米粉等所谓“天然”原料制成的随身咖啡杯,以作为一次性可替代杯子。其他餐具如盘子、碗也有这种替代趋势。然而,许多消费者并不知道,大多数此类一次性产品都含有有害化学成分,如三聚氰胺和甲醛树脂。在较高的温度下,如倒入热饮料或用微波炉加热

食物时,有害的三聚氰胺和甲醛会进入食物。德国联邦消费者保护和食品安全局在最近一次的德国范围调查中检查了56种产品,发现1/4的样品超过了三聚氰胺的特定迁移极限,其中有11%的甲醛样品。三聚氰胺最高超标3倍,而甲醛最高超标19倍。

负责此项调查的赫尔穆特·切尔斯基称,消费者以为他们正在使用对环境无害的替代品,但他们没有意识到手中的一次性杯子有可能对健康造成危害。特别令人担忧的是,随着这类产品的更多使用,三聚氰胺向相应食品转化的概率增加。

在公共餐饮中,中大型餐饮企业更多使用一次性产品来准备、加热和运送食物。对联邦州708家餐饮企业的调查表明,87.7%门店使用“咖啡随身杯”以及其他用竹纤维或玉米面制成的餐具。鉴于涉及大量客户,尤其是老人、病人或儿童,确保有害化学物质不进入饮食非常重要。

调查显示,小型特色餐饮店更多使用玻璃、陶瓷等普通餐具,对饮食加工的时间、温度也更加在乎。而一些大中型商业厨房表现要差得多,大型中央厨房中只有55.3%记录了温度-时间参数。(顾钢)

金色假期旅行社

洛阳木札岭滑雪一日 99元
洛阳木札岭冰挂一日 99元
安徽药都亳州二日 99元
山西皇城相府二日 299元
湖北襄阳唐城二日 299元
桂林漓江双卧六日 1600元
礼御北京双卧五日 1390元
御品北京双卧五日 1580元
海上厦门双卧六日 1980元
德天瀑布双卧七日 1790元

水漾苏杭双卧六日 1780元
半自助厦门双飞五日 1680元
野雪觅景东北双飞五日 2780元
纯净香格里拉纯玩六日 2780元
小资情调厦门双飞五日 2060元
蜈支洲全包游双飞六日 2480元
夕阳红北京全陪班双卧五日 1580元
海南五星海景全包团五日 2899元
同乐汇全景云南双飞十日 2980元
爸妈定制云南游双飞六日 2299元

看屏幕超1小时影响儿童大脑发育

本报讯 近日,美国辛辛那提儿童医院的一项新研究发现,看屏幕时间过长,可能让儿童在语言和自我调节方面的能力下降。

研究人员招募了47名3岁至5岁的健康儿童接受核磁共振成像扫描,绘制了孩子们的大脑图像,并对他们进行语言和识字测试。儿童父母们则填写一份由美国儿科学会开发的评分系统问卷,其内容是关于孩子使用屏幕设备的时间以及他们与之互动的内容类型。

研究人员发现,每天独自使用电脑、电视和手机电子屏幕超过1小时的孩子,其大

脑白质(影响语言、读写及认知等学习能力的物质)发育水准明显低于其他儿童。研究表明,过多地观看电视、平板和手机等电子屏幕与儿童注意力不集中、不良饮食习惯和行为问题有关。屏幕时间过长也与语言发育迟缓、执行能力差以及亲子互动减少之间存在关联。因此,未满18个月的婴幼儿应避免使用电子产品,2岁至5岁的儿童,建议将屏幕显示时间限制为每天1小时。同时,家长应规定,晚餐时或卧室内禁止使用电子产品。

(张健)