

扭转儿童用药之困

近日,国家卫生计生委联合国家中医药管理局、人社部等五部委联合下发《关于保障儿童用药的若干意见》(以下简称《意见》),儿童用药的话题再次引发热议与关注,“用量靠猜、用药靠掰”的儿童用药现状亟待改变。

儿童是一个具有特殊生理状态的群体。儿童不是成人的“微缩版”。儿童生理解剖与成人不同,不同年龄段儿童对药物的吸收、分布、代谢、排泄及药物反应性亦有差异。小儿服用成人药后,一些在成人少见的不良反应可能在儿童身上出现,甚至造成严重的不良反应。另外,儿童个体差异大,对药物的反应各有不同;就同一个体而言,完全相同的给药方案,也可能随患儿发育的变化使药物作用发生变化。因此,“成人与小儿用药只是量大小不同”是很危险的错误观念。

儿童用药缺乏成为一个“老大难”问题,主要缘于上述儿童生理较之成人具有相当的特殊性,要求药企对儿童药的给药方式进行二次开发,同时儿童药的临床试验也面临诸多难度,这些因素使得儿童药品研发难度加大。为解决上述矛盾,《意见》提出,对于部分临床急需的儿童适宜品种、剂型、规格,建立申报评审专门通道,建立鼓励研发的儿童药品目录,引导和鼓励企业优先研发生产。鉴于儿童身体的特殊性,在条件允许的情况下,原研药仍然是让人更放心的选择。随着《意见》的出台,儿童用药管理将得以进一步规范。 柏豫 本版图片 TP

式。学龄前和刚上学的 ADHD 患儿以行为矫正、心理治疗为主,6岁以上患儿、病情严重不能自我控制言行者,给予药物为主、行为心理为辅助的治疗方式。复旦大学附属儿科医院神经内科副主任柴毅明指出,非中枢兴奋剂药物和中枢兴奋剂药物,是儿童多动症两大类主要用药。由于传统的中枢神经兴奋剂具有潜在的引起药物依赖的风险,属国家严格控制的药品,即通常所说的“红处方”,国外对于这类药的使用和适应症审批非常谨慎。考虑到儿童神经系统功能发育尚不完全,对许多药物敏感,为安全起见,儿童多动症首选非中枢兴奋剂药物,不会引起药物依赖,具有良好的依从性,并能有效控制病症。药物作用是一个缓慢的渐进过程,家长要理性对待孩子用药,不能指望一用上药就即刻见效,也不要为药物副作用过度担忧。医生会根据儿童的年龄、病种、病情和个体情况,选择适合儿童服用的剂型,慎重处方。

有一部分 ADHD 患儿同时伴有癫痫、抽搐症、抑郁症、自闭症等其他小儿精神神经方面的障碍,也称为共病。上海市儿童医院儿童保健科王瑜医生指出,共病患儿用药时有慎用、忌用事项,家长务必向医生说明病史,不可隐瞒,以免误导医生处方。

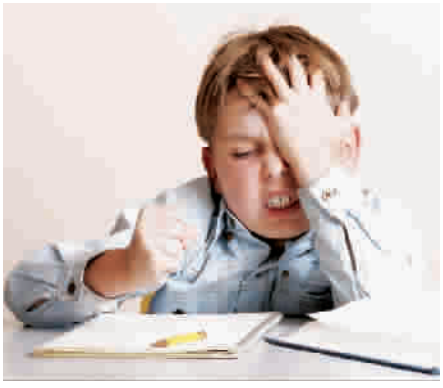
同为 ADHD,每个孩子性格不同,家庭与学校环境不同,治疗方案不同,则疗效也会有所差别。上海儿童医学中心儿童保健科主任章依文指出,考量药效时,不能单以学习成绩来衡量,行为改变是主要考核标准。接受治疗的孩子可以正常参加课堂学习和集体生活。

家长和老师撑起孩子的一片天

三位临床一线专家一致认为,家长在判断孩子多动的问题上不应走极端,放任和疑病都不可取。好动、性格外向、乐于探索新事物、趋避性较强的孩子属于正常,家长和老师要做好必要的引导和适度的管教。对于 ADHD 患儿来说,家长和老师要多鼓励,在患儿遭遇困难和挑战时,要给予充分的支持和协助,让孩子顺利渡过难关。ADHD 的医治过程一般需持续半年至两年,学校和家庭共同组成的支持系统,可以为孩子撑起一片艳阳天。 乔阔

留神『多动症』作祟 学习差并非不努力

注意力缺陷多动障碍,是一种在少年儿童期常见的精神失调。迄今,其病因、诊断以及治疗已有长足进步,但还有许多谜团有待解开。面对注意力缺陷多动障碍,沪上三大儿童专科医院积累了丰富的临床经验,可为四处求医的家长 and 患儿指点迷津。



符合诊断标准的即可确诊 ADHD。神经生理检测和行为检查是主要的诊断手段,核磁共振(MRI)与功能性扫描(FMRI,可分析脑部血流量)可帮助医生筛查 ADHD 患儿,行为检查的方法有三:与儿童、父母和教师会谈;行为量表;直接观察。

“千人一方”治不好 ADHD

ADHD 倡导个性化综合治疗,药物结合行为矫正、心理治疗是切实有效的治疗方

就诊率提高 患病率平稳

暑假儿科就诊者众。上课注意力不集中、日常行为好动多动、考试成绩不理想、学习困难的青少年纷纷加入其中,利用假期前来明确诊断、求医问药。从临床反馈看,学习状况不佳是引起家长关注的“风向标”之一,加之老师基于对学生的观察及时提醒就医,和既往相比,家长对青少年注意缺陷多动障碍(英文简称 ADHD,也称多动症)的重视程度明显提高。就诊率提高后,再来反观 ADHD 的患病率。综合沪上三大儿童专科医院——上海儿童医学中心、上海市儿童医院、复旦大学附属儿科医院提供的统计数据,ADHD 患病率多年来变化不大,维持在 4%~6% 的区间内,比较平稳。

大脑结构及发育构成部分病因

有些家长经常责骂学习一直落后的多动症患儿,其实并非孩子不想努力,而是疾病的病理变化造成孩子“总也扶不上墙”。上海市儿童医院儿童保健科王瑜医生指出,大脑缺乏多巴胺、去甲肾上腺素等神经传导物质时,可诱发 ADHD。以平均值而言,ADHD 儿童的前额叶比正常的儿童小 10%。有研究提示,这可能与妊娠期孕妇吸烟、饮酒、滥用药物等不良行为影响胎儿中枢神经系统发育有关。ADHD 是一种可以治疗的疾病,千万不要认为是由孩子贪玩懒惰或周遭环境所引起的。对于这样的孩子,家长要设定合理的期望值,不要强迫能力一般的孩子去完成超越其能力范围的“不可能完成的任务”。

集中注意持续过短要警惕

除了学习成绩落后同龄孩子以外,注意力持续时间过短,也是早期发现 ADHD 的表现之一。上海市儿童医院儿童保健科王瑜医生指出,刚进入学龄期的孩子一般情况下可保持专注 15 分钟,而 ADHD 患儿 3 分钟都坚持不了,注意力集中时间太短提示老师和家长,孩子需做进一步诊查。复旦大学附属儿科医院神经内科副主任柴毅明提出,如果发生干扰正常课堂纪律、威胁其他同学人身安全的行为,更需提高警惕,尽早就诊。

DSM-5更新ADHD诊断标准

怀疑“多动”来就医的青少年中约有 30% 最终确诊为 ADHD,上海儿童医学中心儿童保健科主任章依文指出,在发现疾病的过程中,学校老师的作用功不可没。随着医教结合工作的推进,老师在学校集体生活中更容易捕捉青少年的异常言行。上海市儿童医院儿童保健科王瑜医生指出,DSM-5(美国精神疾病诊断与统计手册第五版)已明确 12 岁之前有一项及以上症状

“微运动”减重健骨两不误

相关数据显示,我国超过 88% 的成年人运动不足,随之而来的超重和肥胖已经成为健康的重大威胁。北京大学公共卫生学院李可基教授指出,除遗传等不可控因素外,“吃”和“动”不平衡,能量摄入大于能量消耗是导致超重和肥胖的主要原因。

超重和肥胖取决于总体能量摄入和消耗是否均衡。在保持健康的同时,还要选择高质量的生活,在保持均衡饮食、吃动平衡的情况下,适量选择享用一些美食无可厚非。重要的是做任何事都适量、有度,尤其是均衡:膳食均衡,吃动平衡。

“中国健康知识传播激励计划(吃动平衡走向健康)”项目日前发起办公室“微运动”,倡导上班族利用工作间隙进行简单有效的身体锻炼。职业人群是社会发展的中坚力量,而现在由于缺乏运动带来的健康问题需要全社会予以关注,因此项目倡议以“微运动”形式,帮助上班族在有限的时间

和空间里进行有效锻炼。很多年轻的职业族工龄不长,久坐不动的工作方式却使骨骼快速趋向老化。锻炼不仅有助于减肥,还能强健肌肉,保护骨骼健康。北京大学第三医院运动医学研究所艾华研究员解释,造成骨质疏松的主要原因是激素水平变化、饮食中摄取的钙和维生素 D 不足、缺乏体育锻炼,以及遗传、服用影响骨代谢药物、吸烟、酗酒等。肌肉能够对骨骼、关节起到保护作用,如果这些肌肉力量减退,支撑身体重量的力量不够,关节负担就会加重,变得不稳定。所以要想关节稳固,就要练好关节周围的肌肉。同时,增加肌肉力量的抗阻力运动可增加年轻人的骨密度,使中老年人延缓骨量丢失,有利于骨骼健康,预防骨质疏松,譬如锻炼横腹肌等核心肌群的平板支撑(plank)。

对于那些不经常运动的人,可以从既简单强度又低的运动做起,将有氧运动与无氧运动结合起来,比如散步、慢跑、游泳等,可满足肌肉对氧气的需求,同时配合包括举哑铃、俯卧撑、仰卧起坐等,控制体重、保护骨骼两不误。 袁纭





RATHBONE SQUARE

LONDON W1

让您身处伦敦心脏地带

Rathbone Square, 一个位于伦敦西二区中心费兹罗维亚区的精品高端名宅

房源丰富: 一至四房公寓以及顶层复式

上海推广会

时间: 7月22日(周二)上午11时至晚上7时
地点: 上海市南京西路1366号恒隆广场2座25楼

伦敦之鼎盛在身边

步行至牛津街、莱佛士酒店以及到目的地仅需5分钟的Crossrail(伦敦交通动脉),可便捷抵达伦敦各个机场以及欧洲之各大城市。

私人会所、健身房、游泳池、酒吧、红酒储藏室、24小时礼宾服务

如需了解更多详情, 敬请预约:

刘艺琳
+86 21 6138 5365
+86 158 1792 5372
michelle.yu.lin@ap.jll.com

周丰
+86 21 6391 5089
186 139 1895 3162
michelle.zhou@savills.com.cn

世界知名购物中心、零售店以及顶级酒店相伴

皇家城市绿园以及私人花园

本广告所发布的所有资料仅供参考,不作为要约或承诺。所有数据均以开发商最终公布为准。所有数据仅供参考,不作为要约或承诺。所有数据均以开发商最终公布为准。所有数据仅供参考,不作为要约或承诺。

请洽主办方: 仲量联行(中国)投资有限公司