

六一健康
第22期

主办单位：中国关心下一代工作委员会
事业发展中心

承办单位：上海鸿慈儿童医院

官方网站:www.61120.net
咨询热线:021-65861120

《拯救威利》讲述慈父拯救自闭症儿子故事

现代出版社推出新书《拯救威利》：一个父亲为自闭症儿子创造的多彩人生》，讲述在美国生活30年的美籍华裔人士彭灼西，通过独特办法，历时15年，将自闭症儿子训练成生活自理，会弹钢琴、拉大提琴，并能独立参与社会工作的人。

该书执笔人霍长和亲赴美国，与彭灼西一家共同生活5个月，以翔实的一手资料和大量丰富的细节，生动记叙了彭灼西夫妇陪伴儿子走过的艰辛历程，为自闭症儿童的康复训练及正常儿童教育提供了借鉴的经验和启示。现年61岁的彭灼西说，人类至今无法征服自闭症，对其起因了解甚少。美国两届政府曾专门拨款，用于自闭症康复。“我接触过很多自闭症孩子家长，孩子情况比威利好很多，却放弃了，衷心希望威利长期而完整的案例，为国内的科学工作者和家长带来参考价值。”

新书发布会上，中国著名行为分析学家、北京大学第六人民医院副院长郭延庆指出，根据20年自闭症诊断和康复的经验，自闭症孩子的命运更多是掌握在家长自己手中。成功家长须具备“善于学习、勤于思考、乐于训练”三个条件，缺一不可。

秦敏

健康资讯

■电视改变儿童
大脑结构或致智力下降

据俄罗斯《共青团真理报》报道，日本科学家通过对一些儿童的观察研究，发现长时间看电视的儿童，他们的大脑遭受痛苦，甚至会改变大脑本身的结构。而且，看电视的时间越长，大脑中形成的变化越深刻。研究结果显示，每天看电视时间达到4个小时的5岁到18岁的孩子，语言方面的智力会有所下降。

■多讲故事可铸造聪明孩子

美国儿童心理学家研究发现，父母与1~4岁的孩子多交往、多对话，尤其是多给孩子讲故事，可以很好地训练孩子的思维能力，从小会讲故事的孩子，长大后学习成绩也更好。大人要常引导孩子一起通过对话、动作和表情来再现故事。鼓励常表演，在游戏中学习，孩子开心，收效也大。

■幼儿每天喝多少牛奶最合适

一杯全脂牛奶大概包括8克脂肪和30毫克的胆固醇。美国佛蒙特大学营养学家的最新研究表明，孩子在出生后2个月内，若按体重来计算孩子喝奶的基本需求量的话，理想的喝奶量是每天每公斤体重150毫升；3~6个月，每天不超过900毫升；7~12个月，每天总量为600~800毫升。1~3岁幼儿，建议每天不低于600毫升。3岁以上的宝宝每天喝一杯牛奶较适宜。牛奶钙含量丰富，容易胀气、影响食欲，所以一天不要喝太多。

韩文

考试成绩差，或是多动症惹的祸

史积善



门诊札记

随着期末考试的结束，各中小学期末考试成绩的陆续放榜，考了高分的孩子获得了老师和爸妈的表扬，没考好的孩子，家长一通责备，说孩子笨，不用心学习。“我整天看着孩子，盯着他每天做作业，背书，可他总是走神，到底怎么办啊？”有家长不禁感叹。孩子考不好，是什么原因导致的？是孩子智力的问题？还是试题太难？

家住虹口区张女士的孩子雯雯读小学三年级，上周刚结束期末考试，拿到成绩单后：语文55分、数学46分，两门科目的考试均不及格。看到孩子的成绩，张女士是既恼火又心急。记得在期中考试后的家长会时，班主任就说，这个学期，孩子上课总是三心二意，心不在焉，听不进老师讲课，做起功课拖拖拉拉。那次家长会回来后，张女士就批评教育过雯雯，但是没有多大效果，周围一旦有点动静，雯雯注意力就会转移，后来越来越严重，考试成

绩也比上次更差。

老师批评教育也不是办法，孩子也有自尊心，而且雯雯平时也很乖，文文静静，并不调皮捣蛋，就是不能集中精力。情急之下，张女士带着孩子来到我的诊室，要求给孩子测测智商。但令人惊讶的是，这孩子表现得一点都不笨：我问什么，雯雯很快就能正确回答；天文地理知识也很丰富……最后的智商结果显示为100~120分，智力不仅正常，甚至超常。

这样的结果让张女士吃惊不小，“孩子挺聪明，成绩怎么老上不去？”我告诉她，其实这一点都不奇怪，孩子学习差不能认为一定是孩子笨或智力低，它也很可能是儿童多动症导致的。我给孩子做了一个量表评估，评估这孩子的症状是否是多动症以及严重程度。另外为了和其他疾病进行鉴别，我还根据孩子的特点针对性地做了一些辅助检

查，比如脑电图，看看孩子脑电波如何。一般来说，患有严重多动症的孩子，脑电图的慢波比较多。综合各项检查结果，最后确诊雯雯患的是典型的注意力缺陷多动症。

事实上，这样的孩子在门诊中很常见，他们大多智力正常甚至超常，看上去聪明活泼，但上学后就出现不同程度的学习困难。到了三年级，学习成绩开始和别同学拉开距离，进入初中后学习差表现得更为明显。这些孩子一般表现为注意力不集中，小动作多，成绩差、自控力差，作业磨蹭潦草，性情烦躁，逆反心理强，或出现频繁挤眉弄眼、耸肩、全身肌肉抽动等。如不及时采取正确治疗措施，极易产生自卑心理和厌学情绪，甚至逃学、辍学；由于自控力差，极易形成烟、酒、药物或毒品依赖、网络成瘾，严重影响孩子将来的升学和就业，给

家长带来了无尽的烦恼。

另外，需要特别提醒家长的是，看起来文静的孩子，也可能患多动症。这类孩子平时也许并不多动，上课时也没有过多小动作，但就是注意力不集中，反应迟钝，做事拖拉。这类孩子的表现虽然并不“冲动”，却存在注意力缺陷问题，同样属于多动症，这一点应当引起家长的注意。家长在处理孩子成绩差的问题时，要先解决孩子注意力不集中的问题，应从多动症方面着手，及早发现，及时治疗！

（本文作者史积善，儿科主任，在几十年从医生涯中相继在国家专业期刊发表具有重要影响的专业论文十余篇，参与编写《儿童少年精神医学》、《帮助儿童走出学习困境》、《注意缺陷多动障碍儿童的推理研究》等专著。曾受邀参加在人民大会堂举办的第六届名医论坛会议，受到有关领导人的亲切接见，连续多次被评为“三好专家”。）

“鸿慈杯”
宝宝秀

《鸿慈杯宝宝秀》面向社会欢迎来稿，年龄6岁岁以下的儿童照片均可参与。照片可邮寄至上海市闸北区宝山路455号上海鸿慈儿童医院《六一健康》编辑委员会收（邮编200071）；也可将数码照片通过QQ：619500001传至《鸿慈杯宝宝秀》栏目。

本期宝宝
赖境镜

舌尖上「禁食名单」防性早熟靠谱吗？

最近，一个帖子在微信朋友圈疯狂转发，引起一些家长的恐慌，帖子写道：“这是朋友去检查骨龄时医生嘱咐的，单子上的东西不能给小朋友吃哈！避免早熟！……”单子看起来是医生贴在病历上的，当中列了13种儿童禁食名录包括：蛋白粉、蜂蜜、燕窝、乳珍、初乳素、牛初乳、多种维生素、反季节蔬菜和水果。据说它们有可能引起性早熟。大家争相转发的同时，也都心存疑问，这事是真的吗？

这份“禁食名单”到底会不会导致性早熟？对此，专家表示，禁食太绝对，孩子不是不可以吃，而是尽量少吃。出现性早熟的孩子说明他们是雌激素的易感人群，蛋白粉、蜂蜜、燕窝等食品里多多少少含有一定量的雌激素，易感人群的确要避免食用。而牛初乳、成长牛奶、多种维生素等都是促进生长发育的食品，性早熟儿童本身就发育得过快，自然也不建议食用。身体健康的儿童吃这些食品是没问题的，但也不要吃太多。

避免儿童性早熟，先要把好嘴上这一关。儿童冬季进补需谨慎，身体发育好、没有疾病的孩子不需要用药物来进补，只有体虚的孩子可在冬季进补。吃东西尽量多样化，保证营养的均衡，是对抗性早熟最好的办法，尤其要注意少喝饮料，少吃补品和零食；多喝白开水、牛奶和鲜榨果汁。即使孩子出现性早熟的状况，家长们也不必太惊慌，只要早发现早治疗，不会对孩子的成长造成太大的影响。

宗芳芳

六一博士信箱

“六一博士”汇聚儿童健康等方面的专家，为家长解答孩子成长中遇到的各种疾患及困扰。您有类似困扰可致信hcf61120@126.com，我们将及时回复，为您做出详细的解答。

吴女士：我侄子2岁时不会说话，家里当时没有重视，5岁时开始说话，单字发音，发音不准。上学后家长发现孩子学习成绩差，记忆力差，计算能力差，不主动说话且口齿不清，反应迟钝，后来被劝退学了。有人说这孩子是智力低下，可家族没有遗传啊，家长很担心着急，请问我们要怎么办呢？

——肖丽

答：您好，智力低下是属于神经方面的疾病，发生在发育时期内，一般智力功能明显低于同龄水平，同时存在社交技能、言语交往、日常生活照管、个人独立能力等适应功能缺陷。智力低下儿童一般说话晚，早期逗引无声音反应，往往3—4岁才开口说话，个别的甚至到5—6岁也不开口。根据您的描述，孩子有患智力低下的可能，建议您尽早带孩子到医院给孩子做详细检查，确诊后再针对治疗，智力低下的孩子治疗越早，康复的机会就越大。

何先生：冬季以来，孩子总是一直感冒、咳嗽，早晨起床时咳嗽

闪亮星星 爱心飞扬

“六一健康快车”天使行动启幕

关心下一代工作委员会事业发展中心与上海市儿童健康基金会募集公益援助基金，联合中国医师协会技术协作联盟、北京胡亚美儿童医学研究院、上海鸿慈儿童医院开启“闪亮星星 爱心飞扬 ‘六一健康快车’”天使行动，为儿童抽动症、多动症患儿提供定向公益医疗援助，帮助发育行为疾病患儿重获健康。

活动期间，由“六一健康快车”专家委员会成员全程为病患儿童

每个孩子都是一颗闪亮的星星，然而很多孩子却因为患上抽动症、多动症而总是出现不自主抽动、多动，注意力不集中、学习成绩差等症状，身体和大脑总是“不听话”，还被老师和家长误认为“淘气”；有些孩子更因为家长对疾病认识的误区和家庭经济困难而无法得到及时救治，从此星光暗淡……

2014年01月21日起，中国

及家长提供诊断与咨询服务。同时开通电话预约绿色公益通道，方便患者朋友咨询就诊，凡在活动期间来就诊的患者均可享受免除专家咨询费、专家会诊费（挂号费除外）。根据患儿病症和病情的不同给予相应的医疗援助，贫困患儿家庭持乡镇以上级别政府开据的贫困证明直接可获最高比例援助。详情咨询热线：021-65861120。