

谨防孩子小小年纪就脊柱侧弯

新华社“新华视点”记者黄筱、屈彦、刘美子

今年暑期,一些医院的骨科和康复科,来了不少诊治脊柱侧弯问题的中小学生。

近年来,国家和公众对青少年脊柱健康问题的关注度日益提高。2021年国家卫生健康部门将脊柱侧弯筛查项目纳入学生体检内容后,各地正在逐步推进相关工作。

为何脊柱侧弯在青少年中呈多发态势?如何让孩子们保持健康的身姿?

杭州市富阳区学生脊柱健康普筛中,一名医生为学生做检查。(受访者供图)



脊柱侧弯发病人数逐年递增

“今年7月1日至26日,因脊柱侧弯问题来我院就诊的青少年已超过800人,就诊人数接近去年同期的两倍。我们在康复科和骨科都设置了相关专科门诊。”浙江大学医学院附属儿童医院康复科副主任余永林说。

脊柱侧弯与驼背都属于脊柱畸形,脊柱侧弯是指脊柱向左或向右弯曲,而驼背则是向前弯曲。有些脊柱侧弯会同时伴有驼背发生。脊柱侧弯多见于青少年。

国家儿童青少年脊柱侧弯防控工作组组长、北京大学人民医院脊柱外科主任刘海鹰说,据估计,我国中小学生脊柱侧弯发生率为1%至3%,侧弯人数已超过500万,且发病人数呈逐年递增态势。

2022年,杭州市富阳区开展1至9年级学生脊柱健康普筛,共筛查67887名学生。据筛查项目负责人、富阳中医骨伤医院副主任中医师何晓丹介绍,筛查结果显示,约20%学生存在体态不良问题,1600多名学生存在脊柱侧弯风险,其中女生与男生的比例约为4:1。

杭州市儿童医院中医科医师李小梅也接诊过很多脊柱侧弯的儿童。“这几年越来越多,且逐步低龄化——以前是初中生居多,现在早发性、特发性脊柱侧弯增多。”李小梅说,有些侧弯已经很严重的小患者会感到自卑,甚至出现抑郁等心理问题。

江苏省人民医院徐州分院(徐州新健康医院)副院长、脊柱侧弯康复中心主任范治刚介绍,根据门诊统计,近五年来10至15岁青少年脊柱侧弯的发病率剧增,一些患者不仅出现高低肩、驼背、弯腰等体态问题,而且常常伴随头痛、心慌、胸闷。

专家介绍,脊柱侧弯常在青春期快速加重,可能造成体态严重畸形,甚至挤压心肺,致肺活量、运动能力及体质下降,同时还是视力下降的“隐形助攻”。

脊柱侧弯为何多发?

为何脊柱侧弯在青少年中呈多发态势?

多位受访专家表示,脊柱侧弯多发的原因之一,可能是现在的孩子平时缺乏运动,肌肉、韧带的稳定性和平衡能力下降。户外运动少,导致阳光照射减少,影响维生素D合成,不利于骨骼正常生长。另外,不良的姿势,如坐姿不端、头部不正、跷二郎腿等也会使脊柱不对称受力;某些兴趣爱好,如舞蹈、吹笛等,可能导致脊柱过度拉伸、经常扭转。

“筛查中女生发病数远多于男生,我们判断首先是女生的肌肉条件一般弱于男生,男生比较喜欢户外运动,有利于脊柱肌肉稳定;而女生学跳舞的比较多,部分舞蹈动作过度拉伸可能对脊柱产生不利影响。另外有研究表明,雌激素也是脊柱侧弯的诱发因素之一。”何晓丹说。

针对青少年脊柱侧弯问题,国家卫生健康部门2021年发布《儿童青少年脊柱弯曲异常防控技术指南》,以指导规范、科学地开展儿童青少年脊柱弯曲异常流行病学调查、筛查及防控工作。指南提出的综合防控措施包括定期开展学生脊柱弯曲异常筛查、将脊柱弯曲异常筛查结果纳入学生健康档案、促进健康生活方式的养

成、创建科学规范的干预与矫正技术等。

据了解,北京、深圳等地已加大对中小学生对脊柱侧弯筛查力度,普及脊柱侧弯防控知识,降低脊柱侧弯发病率。石家庄市今年129万余名在校中小学生已完成脊柱侧弯筛查。不久前,天津市教委启动学生脊柱侧弯筛查试点工作,委托天津医院对滨海新区、和平区等10个区初中一年级、二年级在校学生进行脊柱侧弯筛查。

但记者调研发现,各地脊柱侧弯筛查落实情况参差不齐。中部省份一名学生家长廖华(化名)表示,学校发放的体检单上显示,体检项目主要包括检查视力、口腔、身高体重、发育状况等,并没有脊柱方面的检查。

浙江省中医院推拿科主任杜红根说,大规模脊柱侧弯普筛,往往由社区卫生服务中心全科医生、护士承担任务;给学生做相关体检的,大多并非骨科或者脊柱专科的医生,筛查中可能存在一定的漏判和误判。

学校、家庭、社会要共同搭建预防体系

目前各级政府、学校及各类社会机构对青少年脊柱健康问题的关注度越来越高。2021年教育部等五部门发布的《关于全面加强和改进新时代学校卫生与健康教育工作的意见》中,已明确将脊柱健康检查纳入中小学生体检项目。2022年7月,国家体育总局发布《儿童青少年身体姿态测试指标与方法》,将脊柱侧弯作为反映儿童青少年身体姿态的测试指标之一。

据了解,北京市制定的《中小学生学习健康检测技术要求》已将脊柱侧弯纳入中小学生学习健康监测;青少年脊柱侧弯防控工程已被列入2023年河北省、石家庄市民生工程,并纳入健康河北考核体系;杭州市上城区启动青少年“正脊工程”,在中小学校的课间操里加入了一项新内容——“正脊操”,并配置了可调节的课桌椅……

专家呼吁,对于青少年脊柱侧弯,眼下的重点是“防”,提升脊柱侧弯筛查水平,早筛查、早发现、早预防。这需要学校、家庭、社会进一步行动,来共同搭建预防体系。

一些地方开始对中小学生对脊柱侧弯筛查,建立健康管理档案。中国科学技术大学附属第一医院脊柱外科主任张文志建议,可以利用人工智能捕捉检测学生动态图像,通过运动姿势筛查可能存在的脊柱侧弯人群。

业内专家认为,青少年预防脊柱侧弯,需要养成良好的生活习惯,注意坐姿,尽量保持背部挺直;避免久坐久站,减少脊柱压力;积极参加体育锻炼,尤其是游泳、慢跑、引体向上、平板支撑等。有条件的学校,可将学生的课桌椅换成高度可调节的课桌椅,利于学生保持正确坐姿。

如果发现孩子存在脊柱侧弯问题,家长要及时带孩子去治疗矫正。刘海鹰等专家介绍,脊柱侧弯治疗方法包括非手术治疗和手术治疗。观察、理疗、中医正骨、形体治疗、支具治疗等都属于非手术治疗。对于严重的脊柱侧弯患者,可根据脊柱侧弯的类型、患者年龄等因素来决定具体的手术方案,进行个性化管理。

新华社北京7月28日电

台风“杜苏芮”已造成福建约72万人受灾

新华社福州7月28日电 28日上午9点55分,今年第5号台风“杜苏芮”以强台风级在福建晋江沿海正面登陆,登陆时中心附近最大风力15级。福建省气象台相关专家表示,“杜苏芮”是今年以来对我国影响最大的台风。

“杜苏芮”风大雨急,给福建省带来较大风雨影响。28日上午,记者在“杜苏芮”登陆点附近的晋江沿海大通道看到,狂风裹挟着雨水,如白纱一般贴着路面掠过,道路两旁部分树木已经倒伏在地,路面积水深处可至膝盖……

记者从福建省防汛抗旱指挥部了解到,截至28日14时,“杜苏芮”台风已造成福建省厦门、漳州、泉州等9个设区市84个县(市、区)72.46万余人受灾,紧急转移安置12.44万余人;农作物受灾面积262.3公顷。

福建全省上下全力以赴防台风,坚持以高标准、严要求、强措施抓好应对工作,切实保障人民生命财产安全。福建全省累计下沉干部20.75万人次,转移人员41.68万人。

据统计,截至7月28日6时,福建全省463个景区景点全部关闭,11624个施工工地全部停工,89条客渡运航线全部停航,202个港口码头全部关闭。沿海养殖渔排2.86万人撤离上岸,183艘海上作业渔船进港避风。

“杜苏芮”在闽登陆后,继续向西北方向移动,强度继续减弱,但仍将给福建带来持续影响。(记者庞梦霞、周义、张华迎)

我国学者发现一水稻增产重要基因

新华社武汉7月28日电(记者李伟)记者28日从华中农业大学获悉,该校邢永忠教授课题组挖掘到一个水稻的重要增产基因GY3,该基因通过调控细胞分裂素的合成,可显著增加水稻每穗粒数,提升品种产量约10%,为水稻高产育种提供了重要的基因资源。

培育高产优质的水稻品种,不仅是科学研究领域的重要课题,也事关我国粮食安全。我国种植的亚洲栽培稻主要是籼稻和粳稻,在漫长的亚种分化和长期的育种选择过程中,粳稻(短圆形)和籼稻(细长形)不仅稻米外形特征表现出巨大的差异,而且基因组水平也有差异。

针对水稻籼粳亚种间产量形成的机制异同问题,邢永忠教授课题组开展了近12年的研究,发现了一种新的细胞分裂素合成途径,解析了水稻增产重要基因GY3的调控机制。

“研究发现,大部分粳稻(98%)和少部分籼稻(21%)携带优良GY3基因,而当前推广的籼稻品种绝大多数不具有GY3增产基因,这也表明,GY3在籼稻育种中还没有被育种家利用。”邢永忠说,实验证明,GY3可作为籼稻高产育种的重要基因,有望推动籼稻品种产量的大幅度提升。相关研究成果近日在国际学术期刊《自然-遗传学》上在线发表。