

# 儿童风湿免疫病的健康指南

□ 杨莹

儿童风湿免疫病是一种常见而又特殊的疾病,常常导致患儿身体不适、疼痛、发热等症状。了解儿童风湿免疫病,有助于家长更好地照顾孩子,帮助孩子早日康复。本文将为您分条介绍儿童风湿免疫病的概念、特点、预防和治疗,帮助家长做好孩子的健康保障。

## 一、儿童风湿免疫病简介

儿童风湿免疫病是一组与自身免疫有关的疾病,包括风湿热、幼年类风湿关节炎、强直性脊柱炎等。这些疾病的特点是累及关节、肌肉、韧带等软组织,导致疼痛、肿胀、活动受限等症状。虽然这些疾病在儿童中的发病率相对较低,但如果不及时治疗,可能会对孩子的身体和心理造成严重影响。

## 二、儿童风湿免疫病的特点

- 发病年龄:**儿童风湿免疫病多发于学龄前儿童和青少年时期,具有一定的阶段性。
- 症状表现:**主要表现为关节疼痛、肿胀、活动受限,以及发热、皮疹、乏力等全身症状。
- 病程变化:**部分疾病具有一定的自限性,但如果不及时治疗,病情可能会加重或反复。
- 遗传因素:**儿童风湿免疫病具有一定的家族聚集性,遗传因素在其中起着重要作用。

## 三、预防儿童风湿免疫病的方法

- 合理饮食:**保持均衡饮食,多摄入富含维生素A、C、E、D等营养物质的食物,有助于增强孩子免疫力。

- 保持充足睡眠:**良好的睡眠有助于孩子身体恢复和抵抗力增强。
- 避免感染:**避免感冒、腹泻等感染性疾病,以减少诱发风湿免疫病的风险。
- 定期健康检查:**定期进行儿童健康检查,及早发现异常情况,及时治疗。
- 预防接种:**按照规定进行疫苗接种,以预防某些风湿免疫病的发生。

## 四、儿童风湿免疫病的治疗方法

- 药物治疗:**根据不同疾病,使用非甾体抗炎药、糖皮质激素、免疫抑制剂等药物治疗,以缓解症状、控制病情。
- 物理治疗:**包括热敷、按摩、针灸等,有助于缓解疼痛、改善局部血液循环。

# 浅谈辅助生殖技术应用

□ 王晓丹

为精子库的建立和人工授精的广泛应用奠定了基础。

体外受精-胚胎移植(IVF-ET)技术,即试管婴儿技术,是辅助生殖技术的另一大里程碑。1978年,世界上第一例试管婴儿路易斯·布朗在英国诞生,由Robert G. Edwards和Patrick Steptoe共同完成。这一事件不仅开启了辅助生殖技术的新纪元,也催生了多个相关学科的发展。

## 二、技术的突破与挑战

辅助生殖技术的发展并非一帆风顺。从最初的人工授精到今天的IVF、ICSI(卵泡浆内单精子显微注射)和PGD(胚胎植入前遗传学诊断)等技术,每一步的突破都充满了挑战。例如,IVF技术的成功离不开精子获能、卵子体外受精和胚胎移植等多个环节的精准

操作。

此外,辅助生殖技术还面临着伦理、法律和社会等多方面的挑战。例如,选择胚胎性别和基因筛查等技术是否符合伦理原则,如何平衡生殖权益和胚胎权益等问题,都需要我们深入思考和讨论。

## 三、技术的广泛应用与社会支持

随着辅助生殖技术的普及和发展,越来越多的不孕不育夫妇得以圆了生育梦。据统计,全球已有超过800万名试管婴儿成功诞生。在中国,辅助生殖技术也得到了广泛应用,成功率已超过50%,接近国际水平。

为了支持不孕不育夫妇,社会各界也做出了巨大努力。越来越多的组织和机构致力于提供心理咨询、法律援助和经济支持等方面的帮助。例如,美国不孕不育协会(RE-

3. 休息与锻炼:根据病情,适当休息与锻炼,有助于恢复关节功能。

4. 心理支持:儿童患风湿免疫病可能会对孩子的心理造成一定影响,家长应给予孩子心理支持,帮助孩子树立战胜疾病的信心。

## 五、结语

儿童风湿免疫病是一种特殊疾病,了解其概念、特点、预防和治疗非常重要。家长应做好孩子的健康保障,定期进行健康检查,及早发现异常情况,及时治疗。同时,家长应关注孩子的身心发展,给予孩子心理支持,帮助孩子树立战胜疾病的信心。只有家长和医生共同努力,才能让孩子早日康复。

(作者单位:首都医科大学附属北京儿童医院保定医院)

在生殖医学的浩瀚星空中,辅助生殖技术如同一颗璀璨的星辰,照亮了无数不孕不育夫妇的生育梦想。这项技术不仅见证了医学的飞速发展,更承载了无数家庭的心酸和希望。

以下,我们将从几个方面深入探讨辅助生殖技术的背后故事。

## 一、技术的起源与发展

辅助生殖技术的历史可以追溯到18世纪。1785年,英国医生John Hunter首次通过阴道内人工授精帮助一位尿道下裂患者的妻子成功受孕,标志着人类在辅助生殖领域的首次尝试。随着医学的进步,人工授精技术逐渐成熟,并在20世纪得到了广泛应用。1953年,美国阿肯色大学医学中心的Sherman成功实现了冷冻精液的人工授精,

# 卵巢早衰的症状及治疗方法

□ 赵元元

3. 情绪波动:易怒、情绪不稳定,与体内激素水平变化有关。

4. 低雌激素症状:潮热多汗、面部潮红、性欲低下、阴道干涩等。

5. 其他:骨质疏松、关节疼痛、心悸气短、失眠多梦等。

## 三、卵巢早衰的原因

- 遗传因素:**遗传因素占病因的20%-25%,包括染色体异常和基因突变。
- 自身免疫性疾病:**如自身免疫性甲状腺炎、系统性红斑狼疮等,可损害卵巢功能。
- 医源性因素:**卵巢手术、化疗、放疗等,可诱导卵母细胞凋亡或破坏颗粒细胞功能。
- 环境因素:**化学品、重金属、辐射等环境污染,可能对卵巢产生损害。
- 生活习惯:**长期熬夜、饮食不规律、

过度减肥、精神压力大等,也可能诱发卵巢早衰。

## 四、卵巢早衰的诊断

卵巢早衰的诊断主要依据临床表现、实验室检查及影像学检查。实验室检查包括血清卵泡刺激素(FSH)和雌激素水平测定,FSH>40mIU/ml和雌激素水平降低是诊断的关键指标。影像学检查如B超,可观察卵巢形态及卵泡情况。

## 五、卵巢早衰的治疗

- 激素替代治疗:**通过补充雌激素、孕激素等,缓解因激素缺乏引起的各种症状,改善生活质量。
- 免疫治疗:**对于因免疫因素引起的卵巢早衰,可采用免疫抑制剂进行治疗。
- 手术治疗:**主要用于因卵巢血管因

素导致的卵巢早衰,通过手术恢复卵巢的血液供应。

4. 生活方式调整:保持健康的生活方式,包括均衡饮食、适量运动、充足睡眠、心情愉悦等,有助于延缓卵巢早衰的进程。

## 六、卵巢早衰的预防

卵巢早衰的预防关键在于保持健康的生活方式,避免不良生活习惯和环境因素的侵袭。定期进行妇科检查,及时发现和治疗卵巢早衰的潜在病因,也是预防卵巢早衰的重要措施。

卵巢早衰虽是一种复杂的妇科疾病,但通过科学的诊断和治疗,以及健康的生活方式的调整,我们可以有效应对这一挑战,守护女性的健康与幸福。

(作者单位:河北省石家庄市第四医院)

# 正畸口腔过程中的注意事项

□ 郝丽荣

食物残留。定期使用含氟漱口水可以强化牙齿表层,减少蛀牙的可能性。

## 2. 调整饮食习惯

正畸期间,患者应避免食用硬、黏和易碎的食物,如坚果、硬糖、口香糖和爆米花等。这些食物可能导致矫正器的托槽松动或弓丝弯曲变形,增加复诊次数和治疗费用。建议选择柔软且易于咀嚼的食物,并将食物切成小块,以减少对矫正器的冲击和压力。

## 3. 遵循医嘱和定期复诊

患者应严格按照医生的指示进行治疗,并定期复诊。复诊不仅是为了检查治疗进展,更是为了监控口腔健康状况,及时发现并预防可能出现的问题。如果医生建议使用橡皮筋或其他辅助装置,患者必须按照医生的指

导正确使用,并按时更换。及时的沟通和复诊有助于医生了解患者的具体情况,并采取相应的措施来确保治疗效果。

## 4. 避免不良习惯

在正畸治疗期间,患者应戒除啃咬笔盖、指甲或硬物等不良行为,这些行为可能会损坏托槽或弓丝,妨碍治疗进程。同时,避免使用牙齿来撕开包装或咬断物品,以保护牙齿和矫正设备。建议使用剪刀或开瓶器等工具来开启包装。

## 5. 佩戴保持器

正畸治疗完成后,为了巩固矫正效果,防止牙齿回到原来的位置,患者需要按照医生的指示正确佩戴保持器。保持器的佩戴时间和方式因个体情况而异,但通常需要持续一

段时间,以确保牙齿的稳定。

## 6. 注意安全和保护

在进行剧烈运动时,患者应佩戴口腔保护器,以避免撞击到口腔部位导致矫正器损坏或牙齿受伤。

此外,在正畸期间,患者还应避免使用牙齿进行非正常的活动,如用牙齿开瓶盖等。

总之,正畸治疗是一个需要患者、家长和医生三方密切合作的过程。

通过遵循上述注意事项,患者可以确保正畸治疗的成功,同时维护口腔健康,为拥有美丽和健康的笑容奠定坚实基础。在整个治疗过程中,患者应保持耐心和恒心,积极与医生沟通,共同努力实现最佳的治疗效果。

(作者单位:河北省桥东郝丽荣口腔)