“呼噜娃”扎堆治腺样体、家长带娃排队测骨龄

暑期儿科门诊“双高峰”来袭

进入暑假，江门市各大医院儿科迎来就诊高峰。不少家长利用假期时间，集中为孩子解决平日无暇顾及的非急性疾病与健康问题。近日，记者走访江门市妇幼保健院、江门市人民医院获悉，暑期儿科门诊迎来“双高峰”，儿童腺样体肥大手术、生长发育评估两大专科的就诊量均出现成倍增长，3至10岁儿童成为就诊主力军。

文/图 江门日报记者 何雯意 通讯员 黎歆 管浩男

医生为患者检查腺样体。

A 暑假是儿童腺样体手术高峰期

6岁的浩浩（化名）长期夜间张口呼吸、重度打鼾，频繁因憋气惊醒，白天鼻塞明显、说话鼻音重，还总揉鼻子、清嗓子。近半年来，浩浩反复出现分泌性中耳炎，听力下降明显，上课时常听不清老师讲话。家长还发现孩子面容悄然改变：上嘴唇外翻、硬腭高拱，已出现腺样体面容的早期表现。趁着暑假，家长带浩浩到医院检查，电子鼻咽镜显示其腺样体堵塞后鼻孔达85%，医生为其安排了腺样体低温等离子消融手术。

记者了解到，在江门市妇幼保健院耳鼻喉科，暑期腺样体肥大患儿的就诊热度持续攀升。该院耳鼻喉科主治医师何盈介绍，平日工作日日均接诊腺样体相关患儿50至60例，进入暑假后单日接诊量常达200至250例，是平日的4至5倍，就诊儿童集中在3至8岁高发年龄段。“家长普遍趁着假期解决孩子长期睡眠打鼾、鼻塞的问题，术后也有充足时间休养，因此每年暑假都是儿童腺样体手术的高峰期。”何盈说。

门诊中，不少家长陷入“两难焦虑”：既担心切除腺样体会降低孩子抵抗力，又害怕不做手术会导致孩子越长越丑。何盈表示，这两种焦虑都存在认知误区。一方面，腺样体只是鼻咽部的一处末梢淋巴组织，人体全身免疫淋巴组织十分丰富，包括扁桃体、淋巴结、肠道淋巴滤泡等。重度肥大的腺样体本身已基本失去免疫价值，反而因持续堵塞、反复发炎而藏匿细菌病毒，导致孩子反复感冒、鼻炎、中耳炎，保留病变的腺样体才会降低整体免疫力，规范手术并不会造成抵抗力下降。另一方面，腺样体面容是长期张口呼吸渐进形成的，并非短期鼻塞就会立刻变形。轻度肥大可通过药物保守治疗并定期复查，无需立即手术；但中重度堵塞伴随长期张口呼吸，拖延越久，待颌面骨骼定型后还需额外正畸矫正，代价更大。“轻症保守观察，重症果断手术，两种选择各有临床标准，家长不必走向两极焦虑。”何盈说。

何盈提醒，满足以下任意一条指征，建议及时进行手术评估：腺样体堵塞后鼻孔≥65%，持续张口呼吸、夜间打鼾憋气，经3个月规范药物治疗无改善；反复发作分泌性中耳炎、中耳积液、传导性听力下降，一年发作≥3次；反复鼻窦炎、浓涕鼻塞常年不愈、频繁呼吸道感染；已出现腺样体面容、牙列不齐，或夜间睡眠呼吸暂停低通气；夜间缺氧严重，影响孩子白天专注力、记忆力及生长发育。

B 儿科生长发育门诊量激增

在江门市人民医院儿科生长发育门诊，同样迎来暑期就诊高峰。该院儿科主治医师邹杏欢介绍，每到暑假，生长发育门诊就诊量会增长2至3倍，候诊区常常坐满。

9岁女孩玲玲（化名）就是近期接诊的典型病例。玲玲最近刚迎来初潮，体型一直偏肥胖，平时爱吃零食、蔬菜摄入少、不爱运动。检查发现，玲玲骨龄超前接近3年，还出现了高血脂、胰岛素抵抗等由肥胖引发的性早熟及代谢并发症，预测成年身高将明显受损。邹杏欢表示，肥胖儿童体内脂肪会诱发雌激素升高，加速骨龄闭合，大幅压缩生长空间，这类患儿在暑期门诊中占比逐年上升。

邹杏欢介绍，门诊中像玲玲这样的案例不在少数，暑假就诊人群主要分为两类：一类是身高偏矮，家长担心孩子长不高；另一类是孩子肥胖、发育提前，家长害怕骨龄超前影响成年身高。“家长平时要上班、孩子要上课，暑假时间充裕，很多家长都会带孩子进行骨龄检查和生长评估，这是每年固定的就诊高峰。”邹杏欢说。

骨龄监测是否人人都需要？邹杏欢明确表示，骨龄监测遵循“按需筛查为主、常规体检为辅”的原则，并非所有孩子都要频繁拍片。按需筛查针对高危儿童，包括：身高常年排在班级倒数、低于同年龄同性别第三百分位；每年身高增长＜5cm；女孩8岁前出现乳房发育、男孩9岁前出现睾丸增大等第二性征；超重肥胖儿童；父母身高偏矮、有晚长或矮小家族史；青春期发育过快、近两年蹿个子明显。对于身高达标、每年长高5至7cm、发育节奏正常的健康儿童，无需每年测骨龄，可在4周岁、青春期启动前（女孩7至9岁、男孩9至11岁）各做一次基础骨龄评估作为生长基线即可。邹杏欢补充说，骨龄检查仅为左手腕X光片，辐射剂量极低，等同于一次胸片，规范检查不会伤害孩子，家长无需过度恐惧。

针对不少家长关心的“长高针”问题，邹杏欢强调，重组人生长激素不是万能增高药，必须严格按照医学指征使用。她提醒，生长激素属于处方药，必须完善骨龄、生长激素激发试验、垂体核磁、甲状腺功能等全套检查，排除肿瘤、糖尿病等疾病后，由医生制定方案才能使用，严禁家长自行网购、盲目注射。

邹杏欢提醒，孩子身高受遗传、营养、睡眠、运动、内分泌等多种因素共同影响，需要长期综合管理。同时要警惕网红增高贴、增高保健品，这类产品无法改变骨骺发育，还可能诱发性早熟，耽误最佳干预时机。

大爱家属为不幸离世的患者完成角膜捐献

两名眼疾患者重获光明

医护人员向捐献者致敬。

江门日报讯（文/图 记者/梁爽 通讯员/聂翠霞 谭淑欣） 近日，江门市中心医院收治了一名55岁的患者Z先生（化名），他因突发自发性脑出血紧急入院，病情危重。尽管医护团队全力抢救半个多月，终因患者出血量过大，未能挽回他的生命。

至亲骤然离世，Z先生的家人深陷悲痛之中。然而，在巨大的伤痛面前，他们没有被传统观念束缚，毅然接受该院医务部OPO（器官获取组织）协调员的建议，作出了一个温暖而勇敢的决定——无偿捐献Z先生的双眼角膜，让他的生命以“光”的形式留在这个世界。

Z先生的女儿说：“他一辈子老实本分、心地善良，平日里总是热心助人。我们想让他的眼睛继续留在世间，看看人间美好，帮助失明的人重见光明。”话语朴实，却蕴含着最深沉的爱、最宽广的胸怀与最无私的成全。

最让全体医护人员动容的是，在与Z先生的几位后辈深入沟通后，多名年轻人自愿签署了器官捐献志愿者登记。

Z先生的侄女也专程从北京赶来送他最后一程。她同样深受触动，高度认同协调员的捐献宣传，并当场表达了登记成为器官捐献志愿者的意愿。

经过专业的医学评估和严格规范的捐献流程，Z先生成功捐献了双眼角膜。这份珍贵的馈赠，最终帮助两名饱受失明折磨的角膜盲患者告别黑暗，重获光明。生命走到尽头，并非彻底消散，而是以另一种更有意义的方式把爱留下、把光留下，为人间再添一次不期而遇的温暖，用那双善良的双眼继续看世界。

生命有长短，善意无边界。Z先生的一生平凡而质朴，却在最后一刻留下了最珍贵的生命礼物——照亮了两个家庭，温暖了整个世界。

一枚角膜，一份馈赠，一束微光，一场生命接力。这是人世间最温柔的告别，也是生命另一种形式的延续。每一位无私奉献的捐献者，都是平凡世界中默默无言的英雄；每一位忍痛成全、心怀大爱的家属，都值得全社会由衷致敬。

八秩芳华 向新而行

启用3.0T磁共振，江门市人民医院精准诊疗实现质的飞跃

从“看得见”到“看得清”

“以前用1.5T磁共振看这个病灶，细节需要反复推敲；现在用3.0T磁共振一照，病灶边界和结构清清楚楚。”江门市人民医院放射科主任龙光峰指着屏幕上的一张脑部影像说道。今年3月，该院举行了放射科搬迁暨3.0T磁共振启用仪式。经过数月的运行，这台搭载智能深度学习成像系统的顶尖设备已让数百名患者受益。

80年前，广东省立第四医院（江门市人民医院前身）在江门扎根时，放射科仅有一台X光机，每天只能为10余人检查。从X光机到1.5T磁共振，再到今天的3.0T磁共振——设备的迭代，不仅折射出80年来医学影像从“看得见”到“看得清”的跃升，也见证了一家老牌三甲医院在精准诊疗时代的加速奔跑。

文/图
江门日报记者 梁爽
通讯员 何洁兰 黎歆

放射科医生运用先进仪器为患者检查。

江门市人民医院3.0T磁共振启用。

影像跃迁 从X光机到3.0T磁共振

“X光室（放射科前身）成立于20世纪40年代建院之初，最早只有一台X光机，每天只能检查10余人，而且使用时需自行发电。1961年，医院正式建立了放射科。”龙光峰回忆道。如今，该科日工作量已达400人次以上，配备有各类X光机、CT、磁共振、DSA等设备。

近5年来，医院设备配置持续升级。2026年初，医院引进了3.0T磁共振。与此同时，医院原有的西门子128排双光子CT、两台大型平板数字减影血管造影机（DSA）等设备持续高效运转，超声医学科也形成了腹部浅表、心血管、妇产科和介入超声4个专业组。新旧设备协同互补，共同构建起多层次的精准影像诊断平台。

“自学”大脑 点亮“火眼金睛”

走进位于外科楼一楼的新放射科，空间布局科学合理，流程设计便捷高效。最引人注目的，是那台全新启用的3.0T高端智能磁共振。

“这台设备集超高场强、超高分辨率、超快速扫描等核心优势于一体，搭载业界领先的智能深度学习成像系统。”龙光峰介绍，通俗地说，深度学习成像系统就像给机器装上了一个会“自学”的大脑——通过对大量优质影像数据的学习，它能自动识别并去除噪声、修正伪影，在提升扫描速度的同时，保持甚至提高图像质量。

“以前扫描一个部位可能要20分钟，患者躺在里面很难受，稍微一动图像就模糊了。现在有了AI加速，扫描时间缩短了40%到60%，图像反而更清晰。”龙光峰说。

在肿瘤、神经、骨骼、心血管等重大疾病诊断中，这台设备可实现更早发现、更准定性、更精评估。“比如早期肝癌，以前1.5T磁共振可能只能看到可疑结节，现在3.0T磁共振能清楚地显示血供特征，帮助医生判断是良性还是恶性。”龙光峰说。

目前，不打药磁共振血管成像、水成像、波谱成像等先进功能成像技术也已全面开展，可满足临床多样化的精准诊断需求。

精准诊断 让治疗抢得先机

设备升级的最终受益者是患者。“3.0T磁共振的启用，可为患者提供更优质的影像诊断服务。”该院党委副书记、院长曹克慎说。

今年4月，一名50多岁的男性患者因反复头痛来院就诊。在1.5T磁共振上，颅内仅显示一个可疑的小信号灶，性质难以判断。医生建议做3.0T进一步检查。结果新设备清晰显示，这是一颗直径不足5毫米的微小脑膜瘤——边界清楚、位置安全，无需开颅，定期随访即可。如果是恶性肿瘤，早发现和晚发现，治疗手段和预后效果往往有着显著差异。

另一名70岁患者因胸闷就诊，常规检查未见明显异常。3.0T磁共振的心脏电影序列清晰显示心肌局部运动减弱，结合延迟增强扫描，确诊为早期心肌纤维化。医生及时调整了用药方案，避免了病情进一步恶化。

“精准诊断是精准治疗的前提。”龙光峰说，“有了这台‘火眼金睛’设备，我们能在更早的阶段发现问题，为临床医生提供更可靠的决策依据。”

厚植沃土 打造“影像尖兵”

设备是硬件，人才是软件。3.0T磁共振的启用，不只是“买一台新机器”那么简单。

为充分发挥新设备的性能，放射科开展了多轮专项培训，从扫描序列优化到图像后处理，从功能成像应用到诊断报告规范，全员参与、逐项过关。

“新设备对技师的操作要求更高，对诊断医生的读片能力也提出了新挑战。”龙光峰说，“我们不仅要会用，还要用好。”

放射科还与急诊科、心血管科、神经内一科联合，开通了“急救绿色通道”，组建“胸痛中心”“卒中中心”。3.0T磁共振的加入，让卒中患者的急诊诊断更加快速精准——脑梗死超早期就能被发现，为溶栓治疗争取宝贵时间。

“放射科作为医院重要的平台支撑科室，其技术水平和诊断能力直接关系到医院整体医疗服务质量和效率。”曹克慎表示。

80年前，江门市人民医院放射科从一台X光机起步。80年后，3.0T磁共振的启用让精准诊疗触手可及。从“看得见”到“看得清”，改变的不仅是图像的分辨率，更是无数患者的命运。

孩子脾气大、睡不踏实 或是肠道菌群在“作怪”

一紧张就喊肚子疼？刚上幼儿园，天天早上闹肚子？连续几天便秘、胃口差，整个人变得暴躁易怒，晚上翻来覆去睡不踏实？……在江门市妇幼保健院儿内科门诊，不少家长反映自家孩子遇到了这些情况。该科主任邓筹芬提醒，孩子的脾气不好，可能是肠道菌群的问题。脑肠轴是连接肠道与大脑的重要桥梁，而肠道菌群正是脑肠轴最关键的“信使”，直接影响着孩子的大脑发育、情绪管理和学习能力。

文/图 江门日报记者 梁爽 通讯员 娄青玲 管浩男

菌群影响大脑与情绪

邓筹芬介绍，脑肠轴就像是肠道和大脑之间的一条“高速公路”。这条路不仅靠神经连接，还有激素、免疫细胞和各种代谢产物在其中“跑运输”。而肠道菌群，就是这条路上最勤快的“快递小哥”——它们24小时在线，一边分解食物，一边向大脑传递信号：“营养够不够？”“环境安不安全？”

与大人不同，孩子的大脑和肠道菌群尚处于快速发育、逐步成熟的过程中，更容易受到环境、饮食、疾病、药物、作息和情绪的影响。因此，养护孩子的肠道尤为关键。营养并非吃进去就完事了，还需要肠道菌群这个“工程队”拆解打包，大脑才能加以利用。

特别是有益菌分解膳食纤维产生的短链脂肪酸（如丁酸、丙酸），既是肠道细胞的能量来源，也能穿越血脑屏障，为神经细胞提供养分，支持学习与记忆功能。

更重要的是，健康的菌群能训练免疫细胞识别“敌友”，减少炎症因子的释放；若菌群失调，促炎因子进入血液，则可能损伤大脑中的少突胶质细胞（影响髓鞘形成）。

俗话说，肠道是“第二大脑”。“快乐激素”血清素约有90%在肠道合成。当肠道菌群平衡时，血清素分泌充足，孩子情绪稳定；肠道菌群失调时，血清素减少，孩子就容易烦躁焦虑。

此外，肠道通过一根名为“迷走神经”的“电线”直连大脑的情绪中枢——杏仁核。肚子一不舒服，信号立刻传到大脑，孩子马上就会发脾气；反过来，孩子压力大、受惊吓，也会改变肠道菌群的构成，形成“越焦虑肚子越乱，肚子越乱越焦虑”的恶性循环。

褪黑素并非大脑的“专利”，肠道菌群同样能产生。如果孩子长期吃高糖高脂快餐，或睡前加餐，菌群的作息就会被打乱，褪黑素分泌跟不上节奏，孩子自然入睡困难、夜间易醒。

邓筹芬表示，菌群本身也有“作息表”——白天活跃，夜晚休息，并通过代谢产物提醒大脑进入休息状态。菌群一旦紊乱，孩子的深度睡眠就会减少，变成睡不踏实的“夜猫子”。

值得注意的是，晚餐不宜过于油腻或吃得太晚，否则肠胃通宵“加班”，大脑也会跟着“操劳”，难以安稳入睡。当然，饿着肚子同样睡不香，晚餐七分饱最为适宜。

护肠试试这几招

既然肠道如此重要，家长该如何应对？邓筹芬给出了一份“护肠指南”。

一是给肠道提供“优质养料”。多摄入水果、蔬菜、全谷物等富含膳食纤维的食物，这些是益生菌最喜爱的“食材”；同时限制含糖饮料和深加工零食，减少对菌群的破坏。适当补充发酵食品，如酸奶、低盐泡菜、手工酸菜等天然发酵食品，有助于补充益生菌，但需避免高糖含乳饮料。优质蛋白与益生元同样不可或缺——瘦肉、鱼类、鸡蛋、豆类是大脑和身体发育的关键原料；洋葱、大蒜、芦笋、燕麦等富含益生元，可促进益生菌繁殖。

二是规律作息，稳定菌群节律。三餐和加餐应定时定量，让胃肠道有规律地工作和休息，这比突然大餐或长时间空腹更能稳定菌群的节律。同时保证足量运动和充足睡眠：每天一小时以上户外活动，配合充足睡眠，可同步稳定肠道与大脑节律，提高血清素水平。

三是管理情绪，让迷走神经“松弛”下来。保持良好的亲子沟通，当孩子因腹痛或不适而焦虑时，家长应及时共情，引导孩子用语言表达情绪。此外，可进行腹部按摩与放松练习：顺时针轻揉腹部，或教孩子深呼吸、做伸展运动，既能促进胃肠蠕动，也能刺激迷走神经，缓解紧张感。

需要提醒的是，必要时请及时寻求医生的科学干预。如果孩子出现反复腹痛、便血、体重不增，或情绪与睡眠问题已严重影响正常学习和生活，应尽快前往正规医疗机构进行专业评估与治疗，避免简单归因为“情绪差”或“吃坏肚子”而延误病情。