

老年病低龄化 良药在何方

本报记者 王雨婷 张涛 实习生 卢锐恒

近年来,少年儿童高血压、Ⅱ型糖尿病、血脂异常等发病率不断攀升,“三高”等慢性疾病甚至痛风渐呈低龄化趋势,已经成为不容忽视的社会问题。

常见老年病成为少年儿童的高发病种,这是一个不可忽视、令人警觉的信号。什么原因造成儿童患上老年病?患病儿童在医保报销方面能否享受相关政策?应如何培养孩子健康的生活方式?对此,本报记者进行调查走访。

近日,雯雯(化名)来到宁夏人民医院就诊,体重秤的数字显示,她已超过140斤。接诊她的宁夏人民医院儿科主治医师王文静不禁皱起眉头:雯雯今年才满14岁,身高不超过160厘米,按身高计算的平均标准体重应该在100斤左右,而她已经超过标准体重的40%,符合中度肥胖的特征。

“先做个血检吧。”王文静当即说道。拿到血检结果后,雯雯母亲愕然发现,女儿竟已患上多种疾病:重度脂肪肝、胰岛素抵抗、高脂血症……“这些不都是老年人才会得的疾病吗,她才14岁,怎么会出现这种情况?”

“这些疾病确实在老年群体中更为常见,但并不代表其他群体没有患病风险。即使是儿童,如果长期饮食不当、缺乏运动,同样会患上一系列老年病。”王文静解释。

雯雯的情况并非孤例。宁夏医科大学总医院儿科主任梁丽俊告诉记者,儿童糖尿病每年都有新发,去年一年,该院儿科一共接诊了50多例儿童糖尿病患者。以5至7岁和10至13岁两组年龄多见,男女无性别差异。最小的患者仅出生3个月。该病的主要表现为多饮、多食、多尿、体重减轻,简称“三多一少”。不少患儿常以急性酮

症酸中毒为首发表现。表现为恶心、呕吐、腹痛、呼气中带有酮味(和烂苹果味道相似)、神志萎靡、嗜睡,严重者可出现昏迷。95%以上患病的儿童为Ⅰ型糖尿病,是因为基因缺失而导致胰岛素不足。这种糖尿病需要终身依赖胰岛素,而Ⅱ型糖尿病则是因为肥胖、胰岛素抵抗形成的。

由于家长对糖尿病认知较少,很多等到发现孩子出现糖尿病酮症酸中毒后才来就医。不久前,有位家长因孩子呕吐意识不清来就诊,经诊断,孩子患上了Ⅰ型糖尿病。家长自诉孩子最近3个月吃得多、喝得多,经常喊饿,家中便不断满足孩子的各种饮食要求。

随着儿童肥胖发生率增多,儿童患Ⅱ型糖尿病也逐年增多,梁丽俊回忆:“我接诊过一个10岁男孩,体重在180斤左右,超出正常体重的3倍。血检后发现存在高血脂、重度脂肪肝、高血压、高血糖,尿酸值特别高,已经患上了高尿酸血症。”

除血糖高、血压高、血脂高这“三高”外,尿酸高作为影响身体健康的“第四高”,也同样出现在了儿童病例中。

儿童尿酸过高,会导致什么后果?

梁丽俊介绍,高尿酸是痛风的最直接

诱因。“尿酸是嘌呤的最终代谢产物,正常情况下,大部分尿酸会经过肾脏后随尿液排出。如果嘌呤代谢发生障碍,人体内的尿酸排不出去,就会在关节、肾脏等处形成尿酸钠晶体并沉积,诱发炎症反应,继而引起痛风性关节炎,严重时甚至会导致残疾。”

痛风的儿童化趋势,尚未得到足够重视。在大多数人看来,痛风是老年人才会出现的症状,儿童痛风的表现比起成人更不典型,因此,在最初发病时,容易被误判为其他病症。

11岁的小雨(化名)确诊高尿酸血症后,家长懊恼地说:“前段时间,孩子说手脚关节的位置时不时会觉得疼,但是过一会儿就好了。我还以为是正常的生长痛,就没管。后来情况越来越严重,到医院检查,她的尿酸值已经特别高了。”

梁丽俊提醒家长,儿童痛风的危害较大,家长一旦发现孩子出现关节疼痛症状,应及时来医院检查,进行病因诊断。

“需要注意的是,高尿酸不仅会导致痛风,还与高血压、高血脂等多种疾病息息相关。另外,高尿酸还会严重危害肾脏健康,引起肾结石、尿酸性肾病、急性肾损伤甚至肾功能衰竭。”梁丽俊说。

探究 老年病为何盯上了儿童

胰岛素敏感性下降,发生胰岛素抵抗,长此以往,很有可能患上Ⅱ型糖尿病。

“很多年轻人已经开始关注含糖饮料对健康的负面影响,消费市场也紧跟‘养生’潮,推出了各种类型的无糖饮料作为平替。然而,儿童的认知和自控能力都没有成年人那么强,他们的饮食习惯养成,还是依靠家长的指导规训。这就要求家长先拥有健康、科学的饮食观念。”

宁夏人民医院一位儿科医生告诉记者,他在接诊时发现,由爷爷奶奶带大的孩子,似乎更容易出现肥胖问题,继而引起一系列老年病的发生。“老一辈人常说‘能吃是福’,在他们的传统观念里,胖不算什么,孩子吃不饱才是大事。再加上朝夕相处的亲人往往对孩子体重变化不敏感,今天多吃一点,明天再多吃一点,日积月累,发现不对劲时,孩子的健康已经出了大问题。”

王文静回忆,她曾接诊过一位体重120斤的男孩小明(化名)。小明由爷爷奶奶日常照顾,在吃喝上一向随心所欲,零食不离口。上小学后,小明的体重逐渐增加,父母想给他安排减肥,但制定的计划总是很难达成。“爷爷奶奶心疼孩子,一喊饿就给准备吃的,等来医院检查时,已经患上了糖尿病、高血压和高血脂。”

支招 如何抵御老年病入侵

治疗时,可以使用家长医保账户中的余额进行诊费支付,而子女一旦患上需要住院或长期治疗的慢性疾病,也能享受较高比例的医保报销,大大减轻了家庭的经济负担。

梁丽俊告诉记者,有些父母得知孩子患了糖尿病后很崩溃,这意味着孩子需要终生打胰岛素。由于这种孩子需要一天多次监测血糖,而且每餐前都要注射胰岛素,对于儿童来说很不现实,所以很多家庭选择给孩子佩戴胰岛素泵,但胰岛素泵价格比较高,对普通家庭来说难以承受。今年自治区两会上,九三学社宁夏医科大学委员会裴秀英主委提出,要特别关注慢性病患儿医保报销。

梁丽俊建议,当家长发现孩子患上慢性疾病后,要与孩子一起积极配合医生治疗。在王文静的接诊经历中,14岁的雯雯就曾通过重塑生活习惯恢复了健康。“对于儿童肥胖症来说,药物治疗并不是最优解,首选是调整饮食结构,执行运动计

划,逐渐减轻体重。”王文静为雯雯规划了科学的饮食运动表格,雯雯踏踏实实地照做,经过半年努力,体重从140斤降到106斤,接近正常水平,重度脂肪肝、胰岛素抵抗、高脂血症等并发症症状逐渐消失,血检显示的血糖、血脂等数据也恢复正常。

“儿童患上老年病的问题,值得全社会关注。医生、家长、学校应共同努力,加强健康教育,帮助孩子养成良好的饮食习惯和运动习惯,让他们在成长道路上远离疾病困扰。”梁丽俊说,该院儿科通过定期举办“儿童青少年肥胖趣味沙龙”,让家长和孩子一起参与,教家长帮助孩子重树信心的方法,教给孩子应对疾病、积极融入正常生活的办法。

“孩子的健康从来不是一件小事,别等到病了才后悔。”王文静提醒,每个家长都应该从现在开始,真正把健康放在首位,帮助孩子养成科学健康的生活习惯,为未来打下坚实的身体基础。

