

孩子注意力不集中根本坐不住

# 综合治疗为多动症提供“最优解”



## 热线故事

今年11岁的轩轩(化名)是家中独子,父母老来得子,这份迟来的喜悦让他们对轩轩倾注了无尽的疼爱。

轩轩出生时,一切看似平常。然而,时光悄然流逝,到了2岁,他却仍未开口说话。这可急坏了一家人,他们四处求医。好在,随着年龄的增长,轩轩终于学会了表达,一声声稚嫩的话语让家人松了一口气。

可新的问题接踵而至,轩轩上幼儿园后,他总是独来独往,对周围的小伙伴视而不见,沉浸在自己的世界里。更令人头疼的是,他就像一个永不停歇的小陀螺,没有一刻安静。课堂上,他随心所欲地在教室里穿梭,全然不顾老师的讲课和课堂秩序。而且,轩轩还特别容易与其他小朋友起冲突,一旦情绪激动,他就会用咬人来表达不满。为此,轩轩的父母无数次向其他家长道歉。

家庭聚会,本应是欢乐的时刻,总会因为轩轩变得尴尬而混乱。只要看到美食,轩轩就会毫无顾忌地爬上饭桌,旁若无人地大快朵颐。渐渐地,轩轩的父母开始害怕参加这样的聚会,

家庭生活仿佛被阴影笼罩。

上小学后,轩轩依然我行我素。父母带着轩轩到医院检查,结果显示,轩轩的智商并无大碍,被诊断为小儿多动症。医生解释说这是神经系统疾病,目前还没有特效药可以根治。这个诊断如同一记重锤,砸得轩轩的父母心痛不已。此后,他们四处奔波,尝试了各种治疗方法,效果都不尽如人意。

后来,轩轩的症状愈发严重。他在课堂上随意进出教室,对老师的管束毫不在意。他对周围的一切都充满了强烈好奇,什么都敢去触碰,常常因此受伤。为了防止他乱跑发生危险,母亲甚至在做饭时用绳子将他和自己系在一起,这看似无奈的举动背后,是深深的担忧和疲惫。即使晚上在睡梦中,轩轩也会突然大喊大叫,让家人的神经时刻紧绷着。

轩轩的情况让他的父母陷入了深深的绝望,他们感觉几乎已经走到了崩溃的边缘,无数次在深夜里默默流泪,甚至产生了放弃的念头。一次偶然机会,有熟人给他们推荐了市精神卫生中心“蒲公英心理热线”,他们便尝试着拨打电话0719-8797153咨询。随后,他们来到了医院心理咨询中心寻求帮助。

## 专家解析

“还记得他去年第一次来我办公室的时候,根本坐不住,一直跑来跑去,对看到的任何东西都想去摸摸,还把办公室很多东西都丢到地上。”市中



图据新华社

医医院心理咨询中心、危机干预中心主任陈红回忆,轩轩来了后,他们为其做了多动症评估,结果确实如此。

根据症状,陈红采取中医心理疗法、中医弹穴疗法、语言疗法、音乐疗法等,对轩轩进行综合治疗。

刚开始,轩轩最多能安静5分钟配合治疗,后来慢慢调整,效果很明显。仅仅过了一周,轩轩的父母发现儿子能够看着他们的眼睛说话,还能够独立吃饭,这在以前是不敢想象的。连续治疗3个月后,轩轩基本恢复正常。目前,轩轩已正常上学。

“专注力很差、情绪不稳定、容易烦躁发脾气,这是多动症的典型症状。”陈红介绍,多动症是一种常见的神经发育障碍性疾病,其主要特征包括注意力不集中、多动和冲动行为,这些症状往往会持续影响孩子在多个生

活场景中的表现,如学习、社交以及家庭生活等方面。

对于多动症的预防,需要从多个方面着手。在孩子成长过程中,家长要给予孩子足够的关爱与陪伴,多鼓励孩子参与有益的户外活动,培养兴趣爱好,增强自信心和专注力。在教育方式上,应采用科学合理、耐心温和的方法,避免过度溺爱或严厉惩罚,注重孩子良好行为习惯的养成和心理的健康发展。

如果发现孩子有类似多动症的早期表现,应及时带孩子到专业医疗机构进行评估诊断,以便尽早制定个性化的干预方案,通过行为治疗、心理辅导等综合手段,最大程度减轻多动症对孩子成长的不良影响,帮助孩子更好地适应学习和生活。

记者 叶楚榕

知名主持人自曝鸡蛋过敏 频繁引发心悸

# 吃了40多年鸡蛋 为啥现在才有症状?

知名主持人朱丹近日在直播中透露,前段时间频繁感到心悸,去医院检查后发现对吃了40多年的鸡蛋过敏。医生叮嘱她不能再食用任何含鸡蛋的食物,朱丹在检查后3个月内没有吃含有鸡蛋的食物,心悸症状随之消失。

医生解释,这属于慢性过敏,过敏抗体值逐渐升高,身体反应也逐渐出现并日益强烈。不少网友看了后都表示也有此经历,吃了很多年的食物突然过敏,比如海鲜、小麦、牛奶等。同时,也有网友表示小时候对某些食物过敏,但长大后症状得到缓解或消失。

■据《都市快报》

## 临床上很常见 慢性过敏不是“一碰即发”

浙大二院过敏科汪慧英主任医师表示,这样的情况在临床上很常见。很多患者出现长期不明原因的过敏症状后就医,通过食物特异性IgG4检查发现,对某些长期食用的食物过敏。

汪慧英解释,过敏分急性过敏与慢性过敏,如果吃了某种食物身体立刻有过敏反应,就是急性过敏。“急性过敏是大家很快就意识到的,比如刚吃了芒果,就出现了红疹。一般,皮肤和呼吸道是急性过敏最常出现症状的部位。”

慢性过敏是一个完全不同的过程。汪慧英说,患者不会在接触过敏原时即刻出现症状,不是我们观念中对过敏“一碰即发”的理解,往往是摄入该食物累积到一定阈值,在某些外在因素的诱发下,产生了过敏症状。“这个时候,患者往往不知道是对该食物过敏,会觉得外在诱因才是导致过敏的原因,比如吹了冷风、喝了冰水等。”

“一般,患者检查出来慢性过敏的过敏原是鸡蛋、牛奶这些高蛋白食物,如果我们摄入这些高蛋白食物超过了身体能够代谢的能力,这些大分子蛋白

就无法消化分解成氨基酸,而是以大分子的形式刺激机体,从而产生抗体,长此以往,累积到一定的量,就会出现各种过敏症状。”

## 控制过敏原接触 能明显改善症状

这类慢性过敏的表现并不局限于皮肤或呼吸道,而是可以表现在人体的各个系统。“出现慢性过敏症状的患者表现各不相同,荨麻疹、特应性皮炎比较常见,还有偏头痛,外耳道反复瘙痒,甚至出现休克的。”

汪慧英提到,曾有一位50多岁的男性患者,出现了两次休克,经过食物特异性IgG4检查发现是因为小麦过敏。汪慧英团队通过研究发现,儿童过敏性鼻炎、哮喘的反复发作和食物特异性IgG4抗体也有密切关联。

值得一提的是,汪慧英在门诊遇到一些低龄的自闭症、多动症患者,他们并不是因为自闭症来看过敏科。但很巧的是,经过食物特异性IgG4检查,他们在控制对过敏原的接触后,自闭症、多动症也出现了明显的改善。“这些患者原本经过药物控制,病症依旧不时会发作,但通过对过敏食物的控制,服药效果明显改善,基本

上不会发作。”

还有患者来看诊时提到,自己长了肺结节、甲状腺结节,是不是也和过敏相关?对于这点,汪慧英表示,结节与食物过敏目前没有明确的相关性。

## 对某种食物过敏 是不是一辈子不能吃了?

对食物产生慢性过敏如何治疗?汪慧英说,首先要做的是回避过敏原。“很多人觉得查出对鸡蛋过敏,是不是一辈子不能吃了,其实不是。有过过敏症状期间,暂停摄入,抗体可以逐渐降解,症状也会慢慢改善,基本上成人症状可能要饮食控制1个月以上才会有显著改善,儿童改善会更快。在饮食控制后3-6个月进行复查,如果抗体基本降解掉,适量摄入也未尝不可。”

“出现食物慢性过敏与个人体质密切相关,追溯起来,就和基因相关。”汪慧英说,过敏体质的人就容易出现这样的情况,可以通过良好的生活习惯、益生菌、中药等方式来调理体质,进行一定程度的改善。

汪慧英提醒,如果出现长时间原因不明的过敏症状、炎症表现(如心悸、胸闷、疼痛),建议去医院过敏科做食物特异性IgG4检查。