



## 当孩子疑似或诊断为孤独谱系障碍 可以做哪些干预?

耕心医生:张韬 市精神卫生中心医师



吴兰珍 沈蕾 杨冷

目前,教育训练与行为干预仍是孤独症的主流干预措施。其中,研究最为透彻、实证经验最多的是建立在应用行为分析(ABA)原理基础上的技术和方法。

ABA是一种循证干预,其主要目的是促进具有社会意义的行为;通过应用行为分析策略系统的方法去观察、测量并分析孩子的行为表现,透过控制外在环境以改善孩子的行为问题。ABA最常用于提升儿童的沟通技巧,同时帮助改善儿童生活及社交技能,减少问题行为,让他们能更容易融入社会。ABA不仅用于帮助孤独症儿童,同时也适用于其他诊断,如发育迟缓、注意缺陷多动障碍、认知缺损等。医生在临床中,

结合不同发展阶段儿童的能力水平,运用DTT离散单元教学、PRT关键反应训练等技术基础,教会和改善儿童的综合能力,训练范围包括:语言的回应、与人沟通技能、自然交流、功能性学术知识、社交游戏技巧、功能性日常活动等。

根据发展水平的不同,对初阶段的儿童主要学习:专注力、模仿、跟随简单指令、表达简单需求、跟随日常活动、基础社交技能,如等待、轮流和分享,并理解一些基础概念如颜色、形状。进阶水平:跟随更复杂的指令、使用句子进行表达沟通,提出和回答简单的问题、独立完成一些日常活动,玩不同类型的玩具、参与小组活动、理解更多概念,如分类、数字、字母等。对高阶水平的儿童:进一步拓展词汇量和句子的长度,提出和回答更复杂的问题,提升学术技能、与同龄人互动和游戏的能力,跟随复杂的学校日常活动。

当然,有效的干预离不开家长的参与,父母和照料者可以利用日常生活中提供的学习机会,促进学习技能在环境

中的泛化。

除了ABA训练,感觉统合训练也是康复手段之一。

一个孩子要拥有正常的发展、良好的行为表现及优异学习能力的前提,是必须拥有良好的感觉统合能力。而这种以大脑神经科学理论为基础的感统干预,也是职能训练最有力的基础训练方法之一。

训练开始前,要先了解孩子当前年龄阶段的长处和短处——即孩子能够做什么、不能做什么。接下来的训练主要从以下几个方面进行:大动作运动、精细运动、言语和交流、个人—社会技能、认知技能、自助、游戏技巧、个人社会技能。同时引导家长适当参与,以帮助治疗师更深入地了解孩子,建立更好的关系,并在治疗过程中融入一些个性化的活动。通过合理的训练,提升孩子的感觉统合能力、日常生活能力、精细动作能力、书写能力、听觉学习能力及视觉学习能力。

## 早发现早治疗,拒绝发生“老掉牙”

护齿卫士:刘亚美 市口腔医院主治医师



高雨 杨冷

牙周炎是一种发生在牙齿周围软组织的感染性疾病,患病率极高。在我国,80%—97%的成年人患有不同程度的牙周疾病,但因该病早期多无明显自觉症状而容易被忽视,待到有症状时,病情大多较为严重,甚至不能保留牙齿,最终导致牙齿松动及牙齿缺失,严重危害患者的身心健康。

牙周炎带来的骨破坏是不可逆的,一旦炎症机制开启,如果患者得不到及时、有效的治疗,炎症会由牙龈向深层扩散到牙周膜、牙槽骨和牙骨质,出现咬合无力、牙齿松动、溢脓,甚至牙齿脱落,也就是人们口中的“老掉牙”。

“老掉牙”是一种由于不及时治疗

导致的牙周炎最严重的后果。与大家分享一个临床案例:患者二十多岁,由家人陪诊,主诉自己在很长一段时间内,每天刷牙、吸吮,甚至淋浴时都会出现牙龈出血的症状,但是自己一直没当回事,现在不仅出现了口臭,而且门牙看上去倾斜了,已经严重影响生活。在门诊检查及诊断后,医生建议其做牙齿洁治和牙周刮治,后续炎症控制稳定后建议牙齿矫正。对此,家属却持反对意见:“洗牙不仅会把牙齿洗松,牙缝也会越来越大,牙釉质也会洗没了,绝对不洗牙,医生,你就给开点药吧,我同事就是牙周炎,吃点药就好了。”

实际上,牙周炎虽然是炎症,但不是单纯的细菌感染,是有明确刺激物的,如牙结石、牙菌斑、色素和软垢,必须通过机械性的办法清除。

洁牙也不会导致牙齿松动,牙齿松动的原因是牙菌斑,牙齿表面的病菌导致牙槽骨不断吸收。专业的洁牙不会损伤牙釉质,只是去除牙面上的菌斑,

洁牙后再抛光牙面。

由于牙槽骨吸收、牙龈萎缩,牙齿与牙齿之间会出现缝隙。同时,牙结石又会塞满这个缝隙,没洁牙之前是感觉不到的,洁牙后缝隙会显现出来,所以常常被认为是洁牙导致的牙缝。及时洁牙,去除刺激物和致病因素,才能更好地阻止牙病发展,防止牙槽骨被进一步破坏。

很多人认为,药物、好牙膏、好牙刷就能解决牙周炎,正是这样的错误的观念,让很多人错失最佳治疗时机,只能眼看着炎症越来越重,最后无法保留牙齿。

牙周炎会随着时间的推移逐步加重,相应的治疗费用和治疗过程也会增加。因此,及早接受牙周炎治疗,可以避免更严重的病情。研究发现,早发现早治疗,后期定期维护,能够很好地将炎症控制在萌芽阶段。

## “阳康”后 身体还是不舒服怎么办? 不妨试试“三九贴”



保健医师:周丹

市中西医结合医院(市二院)针灸推拿科副主任医师

杨吉玲 杨冷

三九严寒,面对疫病,既要“避其毒气”,也要提高自身正气,将身体调理到最佳状态。未病者要防病,已病者也要防反复。

很多人“阳康”后,身体仍存在不同程度的虚弱、咳嗽、失眠、手脚冰冷、味觉失调等症状,“三九贴”将穴位敷贴与药物有机结合,简便实用,集防治于一身,能扶正祛邪、调和阴阳,提高人体免疫力,增强机体抗病毒能力,助力大家强体魄防疫病。

市民李女士感染新冠病毒10天了,仍感到怕风怕冷、浑身无力,于是来到市中西医结合医院非药物治疗中心,希望通过治疗改善症状。中医认为,新冠病毒感染后,寒湿侵袭人体,很多人感染7天后,仍觉怕风怕冷、疲乏无力,是因为人体阳气受损,尚未恢复导致。想要恢复机体阳气,可以从调整饮食入手,适当多食羊肉、牛肉等红肉,以瘦肉为佳。也可通过中医中药补阳,其中“三九贴”就是一种较好的方法,可以帮助机体提升阳气,加快恢复。

什么是“三九贴”?

“三九贴敷”是指每年冬季的“三九天”,根据“子午流注”的针灸理论,运用辛温药物,用姜汁、蜂蜜等调成膏剂,贴敷于相应的背腧穴及效穴,通过药物的经皮吸收对穴位进行刺激,用以治疗或预防疾病的一种中医传统外治法。

“三九贴”有什么好处?

贴敷治疗可以获得振奋阳气、促进血液循环、祛除寒邪、增强人体免疫和卫外功能,使机体免疫功能不断增强,起到预防疾病的作用。冬季通过“三九贴”激发机体阳气,能够预防感冒,流感等常见呼吸道疾病。

“三九贴”适应症

慢性呼吸道疾病:如支气管哮喘、喘息型支气管炎、慢性支气管炎、过敏性鼻炎、过敏等。

消化系统疾病:慢性胃肠炎、胃肠功能紊乱、慢性腹泻、肠道易激惹综合症等。

妇女虚寒性月经不调、痛经,血虚者。

儿童体虚多病者。

免疫力低下、肢寒畏冷、虚寒性和阳虚性患者。

关于“三九贴”的注意事项

一般成人贴敷4小时,儿童两小时。根据个体差异,贴敷时间也可以做适当调整。贴敷期间,忌食辛辣、虾蟹类海鲜、牛羊肉、韭菜、蘑菇等发物。

贴敷后局部皮肤微红或有色素沉着、轻度瘙痒均为正常反应。

贴敷后皮肤局部出现刺痒、灼热、疼痛感觉时,应立即取下药膏,清除局部残余药物,禁止抓挠。局部皮肤如有大量水泡、过敏或感染,应前往皮肤科处理。

贴敷后避免剧烈运动及大量出汗,以防胶布脱落。尽量保持涂药处的干燥,贴药当天不能游泳,4—6小时内不要洗冷水澡。

“三九贴”不能完全替代治疗,需要服药的慢性病患者,不可盲目减药、停药。