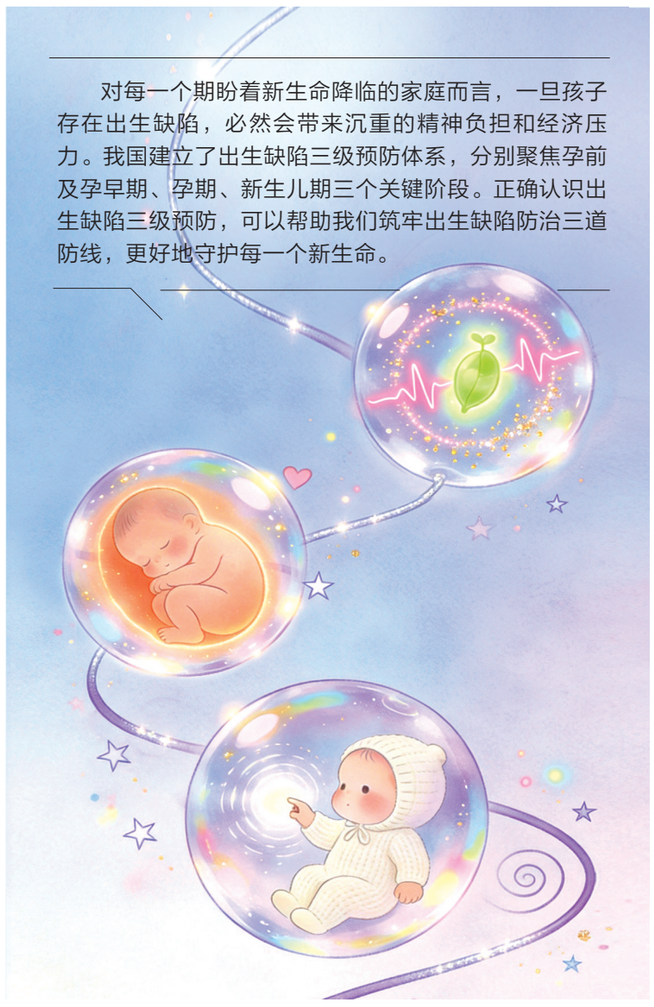
邮箱:btrb2003@163.com
2026年10月15日 星期四 包钢日报

筑牢三道防线 远离出生缺陷

对每一个期盼着新生命降临的家庭而言，一旦孩子存在出生缺陷，必然会带来沉重的精神负担和经济压力。我国建立了出生缺陷三级预防体系，分别聚焦孕前及孕早期、孕期、新生儿期三个关键阶段。正确认识出生缺陷三级预防，可以帮助我们筑牢出生缺陷防治三道防线，更好地守护每一个新生命。



一级预防 孕早期干预，降低出生缺陷风险

一级预防为病因预防，实施阶段主要为孕前及孕早期，其核心目标是通过综合干预措施，从源头降低缺陷的发生风险。主要干预措施如下。

一级预防主要在孕前及孕早期实施，备孕夫妻应重视婚前保健，接受婚前医学检查、卫生咨询和卫生指导，避免近亲结婚，降低隐性遗传病风险，及时发现传染病、性传播疾病及影响婚育的内外科疾病，并识别家族遗传性疾病，以便提前确定生育方案。同时应主动接受健康教育，在适宜年龄生育，女性以23～29岁为宜，男性以25～35岁为宜，规避高龄生育带来的遗传风险升高。

有遗传病家族史、不良孕产史等高风险因素的备孕夫妻，应主动前往医疗机构接受遗传咨询，评估子代患病风险并获得科学生育指导；同时接受孕前保健，进行健康状况评估、健康咨询与个体化指导，全面排查影响妊娠的危险因素。此外，应主动规避危险因素，做到合理膳食，预防宫内感染，避免接触放射线及有毒有害化学物质，并采取戒烟、戒酒、戒毒等健康生活方式。

二级预防 孕期筛查诊断，减少缺陷儿出生

二级预防属于产前干预，贯穿整个妊娠期。其核心目标是通过产前筛查和产前诊断，尽早检出存在严重出生缺陷的胎儿，为医学决策提供依据，降低严重出生缺陷儿的出生风险。主要干预措施如下。

孕前及孕期应遵医嘱规范补充叶酸，降低神经管畸形风险；规范接受产前超声筛查，观察胎儿解剖结构，识别结构畸形；接受血清学筛查并结合无创产前基因检测，评估染色体非整倍体疾病风险，高风险者需进一步做产前基因检测以明确诊断；合并糖尿病、高血压等慢性病者应积极配合规范化管控，避免因基础疾病控制不佳增加胎儿发育异常风险；同时严格规避致畸药物、环境毒素等有害暴露，接受孕期健康生活方式指导，减少环境致畸因素影响。

产前筛查仅用于风险分层，不能作为确诊依据。如果筛查结果异常，应遵医嘱进行产前诊断，切勿仅凭筛查结果自行终止妊娠。

三级预防 出生后早筛早治，降低致残程度

三级预防为出生后干预，实施阶段为新生儿及婴幼儿时期。其核心目标是对已经出生的缺陷患儿做到早期识别、早期诊断、及时治疗与康复干预，防止疾病进展，避免或减轻残疾，改善患儿生存质量。主要干预措施如下。

新生儿系统筛查与诊断包括新生儿体格检查、遗传代谢病筛查、听力筛查及发育相关筛查。部分出生缺陷新生儿外观无异常，需依靠实验室及功能筛查才能早期发现。确诊出生缺陷的新生儿应接受多学科专科诊疗，家长要把握最佳治疗窗口期；筛查发现存在发育损伤的新生儿应接受持续残疾评估，并尽早启动康复训练，以最大限度保留生理功能、改善远期预后。

出生缺陷三级预防环环相扣，缺一不可：一级预防重在防发生，二级预防重在防出生，三级预防重在防致残。备孕及妊娠期的健康管理不是女性单方面的责任，需要夫妻双方共同重视。做好婚前、孕前、孕期保健，按时完成产检和新生儿筛查，科学落实三级预防，才能守护新生命健康，助力提升出生人口素质。

（健康报网）

医院扫描 HOSPITAL SCANNING

沪蒙协作搭“云桥” 助力儿童心理疾病诊疗

□通讯员 柳植媛

“不用再千里奔波带着孩子远赴外地求医，在家门口就能对接上海专家，拿到专属诊疗方案，悬在我们心上的大石头终于放下了。” 近日，在包头市第六医院儿童青少年心理科远程会诊室，14岁患者小林的家属参与上海市精神卫生中心专家远程会诊时，由衷感慨道。

据了解，小林因持续情绪低落、伴反复轻生念头入院治疗已有2周，但常规诊疗方案效果不甚理想，病情评估与后续干预方案遇到瓶颈。包头市第六医院儿少科通过沪蒙医疗协作的远程会诊通道，积极为小林申请了上海精卫中心专家的远程会诊服务。会诊当天，上海市精神卫生中心与包头市第六医院专家团队共同围绕小林的病情展开研判，结合病史资料、临床观测数据及最新的儿少精神科诊疗指南，历时一个半小时的多维度讨论后，最终明确了诊断方向，并为小林定制了包含药物调整、心理干预、家庭支持在内的个体化综合治疗方案。依托沪蒙远程诊疗协作平台，包头市第六医院儿童青少年疑难精神疾病整体诊疗有效率提升了30%，切实减少了患儿家庭的异地求医时间、路费与陪护压力。

沪蒙合作远程会诊是“患者少跑路、数据多跑腿”惠民模式的又一次生动实践。自2024年沪蒙两地签署医疗卫生战略合作协议以来，包头市第六医院与上海市精神卫生中心建立了常态化协作机制，通过专家出诊、教学查房、学术培训、远程会诊等多种形式，持续补齐该院儿童青少年心理科的学科、人才、技术短板，让包头及周边区域的患儿无需远赴异地，就能享受到国家级精神医学中心的诊疗服务。

下一步，包头市第六医院将持续深化沪蒙合作成果，进一步扩容远程会诊的覆盖病种与开放频次，持续筑牢区域儿童青少年心理健康防护网，让更多患儿在家门口就能享受到优质、高效、便捷的医疗服务。



本地患者接受上海市精神卫生中心专家远程会诊。

过敏性肺炎易误诊 专家提醒：

不明原因干咳气促 应细查环境暴露史

52岁的张先生“感冒”后干咳了大半年，抗生素、止咳药、中药轮番上阵，始终不见好，最终经气管镜等检查确诊为过敏性肺炎。追溯生活史，医生捕捉到一个细节：家里养鸟——这可能是张先生得肺炎的真相。

过敏性肺炎是免疫系统把吸入的微小颗粒（霉菌孢子、鸟羽及粪便蛋白、化学药剂等）错认成敌人，在肺泡和细支气管过度攻击，引发炎症甚至纤维化。简言之，它并非病菌入侵导致发炎，而是免疫系统“打错了人”。该病不传染，却专挑养鸟爱好者、农民（接触发霉干草）、空调或加湿器不清洗者、木工与油漆工，以及长期住在潮湿、有霉味环境的人群。

该病容易误诊原因有三点：症状不典型，发热寒战像感冒，喘憋像哮喘，影像学阴影又像肺炎，进展到纤维化与普通间质性肺炎难辨；过敏原太微小，多为微米级颗粒，肉眼不可见，患者常忽略环境暴露史，医生若不细问职业、爱好、居住环境，极易漏诊；影像不特殊，早期胸片可正常，CT上的磨玻璃影、小叶中心结节常被读作“病毒性肺炎”或“结节病”。

过敏性肺炎的特点是环境相关性，早期识别要留意三个信号：离开就好转，进入某环境数小时后就咳嗽、气短，离开即缓解，再次接触又复发、加重；干咳、乏力和低热，干咳少痰，伴乏力、低热、盗汗、体重下降；听诊细湿啰音，医生在听诊肺底时可闻及类似“魔术贴撕开”声音。若活动后气短并进行性加重，提示病情进展，须尽快就诊。

日常预防可从减少环境暴露、做好职业防护、及时就医三方面入手。家中湿度宜控制在40%～50%，梅雨季注意除湿；浴室、厨房定期除霉；加湿器、空调、净化器滤网定期清洗、消毒；养鸟者建议户外养护，室内须配高效空气净化器，佩戴N95口罩清理粪便羽毛。木工、油漆工等高危职业须佩戴N95/KN95或动力送风式呼吸器，加强通风排尘，定期进行职业体检。出现与环境相关的咳嗽气促，超过2周不缓解，且抗生素治疗无效，应及时就诊。同时，戒烟、规律运动、均衡饮食。

（生命时报网）

避免有效成分重复摄入 感冒药切勿混吃

感冒是生活中最常见的疾病，很多人感冒后急于康复，会同时服用多种感冒药，认为“多吃几种好得快”。但实际上，这种做法隐藏着巨大的健康风险，尤其是多种感冒药中含有的相同成分，重复摄入可能导致剂量超标，引发严重的不良反应，甚至危及生命。

很多人不清楚，市面上多数感冒药属于复方制剂，一种药包含多种有效成分，分别应对发热头痛、咳嗽、鼻塞流涕等感冒症状。若同时服用两种及以上感冒药，易造成部分成分超量，引发药物中毒。

最常见的易重复成分之一是对乙酰氨基酚，它用于退烧止痛，常规安全性尚可，但过量会损伤肝脏，重者可致肝衰竭。成人每日最大剂量一般不超4克，不少复方药单片就含500毫克，联用两种含该成分感冒药，极易超量伤肝。

除了对乙酰氨基酚，伪麻黄碱也是容易被重复摄入的成分。它主要用于缓解鼻塞，通过收缩鼻腔黏膜血管来改善通气，但过量服用会导致血压升高、心跳加快、失眠、焦虑等症状，尤其对高血压、心脏病患者来说，风险更高。此外，部分感冒药中含有麻黄碱，与伪麻黄碱作用类似，同样不能重复使用，否则可能引发心血管系统异常。

抗组胺成分也是复方感冒药中的常见成员，主要用于缓解打喷嚏、流鼻涕等过敏症状，常见有氯雷他定、西替利嗪等。这类成分过量服用可能会导致嗜睡、头晕、口干、乏力等不良反应，影响驾驶、操作机器等日常活动，对于老年人或肝肾功能不全者，还可能加重身体负担。

咳嗽中枢抑制剂也是需要警惕的重复成分，如右美沙芬。它能抑制咳嗽反射，缓解干咳症状，但过量服用可能导致呼吸抑制，尤其是儿童和老年人，对该成分的耐受度较低，重复用药风险极大。

那么，如何避免感冒药混吃带来的风险呢？首先，服用感冒药前，一定要仔细阅读药品说明书，查看成分表，确认是否含有相同或相似的有效成分，若有则避免同时服用。其次，不要盲目追求“快速见效”，感冒的康复需要时间，遵医嘱或按说明书剂量服用一种感冒药即可，无须叠加多种。

（大河健康网）





包医一附院
口腔正畸科主任医师
吉木斯花

专业：擅长儿童和成人常见病、多发病即牙列不齐、拥挤，反合，牙齿前突等系列错颌畸形的诊治，并对疑难杂症有自己独到的见解。熟练掌握和使用固定，活动，隐形等先进的矫治器和矫治技术，并能配合正颌外科、种植科及修复科较疑难病例的正畸治疗。

出诊时间：周二全天



国药一机医院
（包头口腔医院）
主任医师 教授
缪 羽

专业：擅长牙体牙髓疾病的诊断治疗，疑难根管治疗以及显微镜下根管治疗，前牙美学修复，牙周病学的诊断治疗，儿童口腔疾病的诊断治疗。

出诊时间：周一下午、周三上午



国药北方医院
院长助理
疼痛科主任
李思锦

专业：擅长疼痛疾病的诊断与治疗，对颈椎病、肩周炎、腰椎间盘突出症、退行性膝关节炎、三叉神经痛、带状疱疹后神经痛等顽固性病痛的治疗。

出诊时间：周一、周三上午



包头市眼科医院
眼肌屈光与小儿眼科主任
陈晓玲

专业：在斜视与小儿眼科、视光学、眼底病、白内障、青光眼等诊治方面有较高的造诣，拥有丰富的斜视手术临床经验。

出诊时间：周一、周五上午 周二下午



包头市第六医院
儿童青少年心理科主任
王春霞

专业：擅长情感障碍、焦虑障碍、精神分裂症、儿童青少年精神障碍及发育障碍等疾病的诊断及治疗，无抽搐电休克治疗。

出诊时间：周一、三、五上午，周二下午



包医二附院
消化微创中心负责人
主任医师
段树全

专业：擅长诊疗胃肠良恶性肿瘤及腹部肿瘤、腹壁疝及食道裂孔疝、胆囊结石、减重与代谢外科的微创治疗。

出诊时间：周四上午