

义诊进校园 殷殷关怀情

■文/图 京九晚报全媒体首席记者 戚丹青 京九晚报全媒体记者 宋云层

义诊团队

睢阳区古宋卫生院

邵贺：办公室主任。

杨菲菲：儿科执业医师，擅长中西医结合治疗小儿呼吸道及消化道疾病，如上呼吸道感染、小儿肺炎、毛细支气管炎、哮喘、小儿腹泻、厌食等。

张盼盼：眼耳鼻喉科执业医师，擅长诊治眼耳鼻喉科常见病和多发病，如眼底病、泪囊炎、白内障、翼状胬肉、咽炎、鼻窦炎、中耳炎等。

李真：口腔科执业助理医师，擅长治疗多种牙科疾病，如根管治疗、微创无痛拔牙、儿童及青少年龋病的治疗与预防、镶复各种牙列缺损等。

张龙威：公卫办职员。



工作人员在给儿童量身高

阅读提示

“我们学校共有92名学生，希望能通过你们的义诊栏目，找医生来给学生们检查一下身体。”近日，睢阳区古宋办事处书苑小学的校长孙冬霞联系记者，提出了需求。她说，书苑小学共有5个年级，全校有92名学生，她看到京九晚报义诊活动的信息后，也想让医护人员来为学生们体检一下。“不过我们学校经费有限，没有这方面的费用，你们收费吗？”孙冬霞小心翼翼地问。听说这次活动一分钱也不收时，她不停地感叹：“你们真是办了一件好事！”

了解到该学校的需求后，记者联系了距离书苑小学最近的古宋卫生院。该院副院长胡志刚表示，会大力支持，保证给学生们提供好服务。28日下午，根据小学学生的生长发育情况以及常见病，古宋卫生院派出儿科、眼耳鼻喉科和口腔科的医生来到书苑小学，为学生们做体检，体检项目包括视力、体重、身高、口腔以及学生的发育情况等，医生们还对体检结果进行了统计、分析和评价，并及时反馈给学校。

查视力 测体重 量身高 看口腔

当天虽然阳光高照，但刺骨的北风还是让人不能长时间在外停留。为了不让学生们受罪，孙冬霞腾出一间教室，让学生们按年级排队进入。

体检场所清洁安静，学生们规范有序，现场气氛轻松。“医生，我不打针！”有些学生可能是对穿白大褂的医生有恐惧心理，刚进门就大喊起来，这让大家乐不可支。听到医生们“今天不打针”的保证后，那些学生乐呵呵地排起了队。

第一项是视力检查。张盼盼将视力表贴在黑板上，邵贺协助她让学生们排好队。视力表是由14行大小不同、开口方向各异的“E”字组成，大部分一年级的学生可能从未进行过这类检查，不知如何表示“E”的开口方向，表述时有的用大拇指，有的用食指，有的将胳膊扭成麻花状，奇特的表

达方式让医生一脸懵懂，更引来其他同学的阵阵笑声。虽然医生一再告诉他们，检查一只眼睛的时候，另一只眼睛要遮盖好，不能同时使用两只眼睛，但学生们可不这么想，“作弊”的情况不少。有的悄悄拿开遮挡一只眼睛的卡片，用双眼去看；有的想帮帮好伙伴，偷偷告诉答案；还有的身体往前倾，想尽量离视力表近一点儿。医生告诉他们，看不清就是看不清，直接说出来就行了，这样老师和家长才能真实地了解情况。

检查了视力，大家又测了体重，量了身高，还检查了口腔。有的学生体检流程都进行完了却不愿意离开，他们嘻嘻哈哈地在教室里看别的学生测量，天真可爱的笑脸一如冬日暖阳。

口腔问题严重 家长应该重视

“学生的口腔问题还是比较严重的，患有龋齿的占了四分之一左右。”李真医生检查后告诉记者。记者看到，有的学生即便只是张口笑了一下，就能显现牙齿上黑色的点。“你一天刷几次牙？”只要是看到有龋齿的孩子，李真都会这样询问。“每天早上刷一次。”这是大部分学生的回答。“以后晚上也要刷牙，吃过饭后要漱口，保护好牙齿，好吗？”李真这样嘱咐。“好的。”学生们都干脆地答应了。

此次检查发现，低年级的学生龋齿率更高。李真说，这些学生的年龄是7岁到10岁，要想预防龋齿，应该对“六龄牙”做重点预防。“六龄牙”是6岁长出来的牙齿，不会再

替换，所以“六龄牙”十分重要。家长要及时带孩子去做窝沟封闭，这样能有效防止龋齿发生。如果“六龄牙”已经是龋齿了，还应该先进行充填。即便是没有龋齿的小学生也要注意，要养成良好的口腔卫生习惯，坚持每天早晚刷牙，每次刷牙应刷3分钟左右，而且刷完牙齿后、睡觉之前不能吃任何东西。小学生还应少吃甜食，少喝碳酸饮料。“孩子养成良好的习惯需要家长监督，建议家长和老师应从学生的口腔健康教育入手，提高学生的口腔健康意识。已患龋齿的学生应定期进行龋齿充填。”李真说。

近视眼增多 孩子应少看电子产品

“你是不是经常看手机、玩电子游戏？”一位四年级的学生左眼视力仅有0.15，右眼视力0.3，非常不理想，当他坐在小板凳上接受检查时，张盼盼这样问道，得到的是肯定的答复。

记者发现，一、二年级学生的视力相对较好，一个班里也就有一两位学生稍微有些近视。年级越高，近视的学生越多，程度也越深。李真告诉记者，一般来说，小学三年级是近视眼爆发的高峰期，一方面，三年级是小学阶段的转折期，作业量和难度都明显增加，眼睛负担也随之增加；另一方面，由于作业多了，户外活动势必会相应减少，这肯定会对学生的视力有影响。

如何保护自己的眼睛呢？李真给教育工作者和学生家长提了一些建议。首先在学习时要特别注意，每日坚持远眺，坚持做眼保健操和课间操，并积极参加文体活动。其次不要经常躺在床上看书或写字，应时刻保持正确的看书和写字姿势；看电视的次数不要过多，时间不要过长，要控制在1小时以内，距离不要太近，阅读、写字、操作

电脑等，40分钟后应休息，要看远处10分钟至15分钟；尽量控制每天累计用眼时间，最好不要超过6个小时。

另外，学生们自己也要注意，要纠正不规范的看书和写字姿势，姿势要端正，不能躺着看书或边走边看书。任何不正确的姿势都会引发近视眼。

家长给孩子做饭要多样化，合理营养，让孩子摄取富含维生素A、B2、C、E的食物，多吃动物肝脏、牛奶、蛋黄、绿叶蔬菜、胡萝卜等食物，还要多吃粗杂粮，少吃糖，不要偏食。要保证孩子有充足的睡眠，小学生每日睡眠时间应不少于10个小时。

本次义诊活动进行了两个小时。看到最后一位学生满意地离开了，医生们的脸上也露出了疲惫的笑容。医生们将学生的体检情况交给孙冬霞。孙冬霞说，这次体检让学校对学生的健康状况有了一些了解，更便于学校指导学生加强自我保健，强化健康教育，引导学生拥有一个健康的体魄，确保以最佳的状态投入到学习和生活中去，幸福、快乐、健康地成长！



工作人员为孩子查看口腔情况