

◎ 现场故事

私人订制健康计划
家长们很期待

首次健康检查结束后,家长们还需要等待几天,等孩子的检查结果出来后,内分泌科、儿科、营养科专家会根据孩子的整体检查情况制定相应的计划,并会单独约见孩子家长。对此,家长很期待也很认可,“这个活动太好了,不仅给孩子免费做了检查,还见了专家,听到了他们的建议,更意外的是,专家们还要给孩子单独做建议,太感动了。”

此外,不少家长还在给我们电话要求报名参与活动,由于名额有限,下批小胖墩征集活动开始我们会再通知哦。

记者 阚乐乐

上秤的小胖墩
都惊呼“又胖了”

早上7点半前,小胖墩们在家长的陪伴下陆续来到济南市中心医院门诊楼。得知有比自己还早来的家庭,家长不约而同地有了同一个反应,“看看他们家孩子比我们家的胖不”。

而在给孩子们基础的检查中,有一项必不可少——测体重。“站上去吧”护士指挥道,“94,去掉衣服也得93啊”。“我怎么又重了!”小胖墩惊讶地喊道。护士表示,基本每个站上去的孩子都说了这句话。

对家长来说也是一样,测完体重,家长就会纳闷半天,“前段时间刚称了不是才80多公斤了,怎么现在快90了啊。”“孩子,不会吧,你已经突破70了!”……还有家长表示,孩子最不爱称体重,每次自己偷偷称一下,不敢让我们知道,没想到真有“误差”。

记者 阚乐乐

没有灵丹妙药
首先要听话

在检查的间隙,不少家长“围堵”了董晓林,关于孩子的健康都非常关心。“孩子脖子上皮肤黑两年多了,不会有什么问题吧”、“去年查过一次血糖,竟然高了,怎么办啊”……董晓林告诫孩子们,首先必须减肥,没有什么灵丹妙药,要听话。

由于孩子们需要空腹前来,不少孩子抽血后就开始计划起自己的早餐来,“米饭,必须加汤,两块把子肉”,这让董晓林很担忧,这样的饮食习惯是必须要调整的,不然孩子越长身体越糟糕。

而问及孩子们班级上有没有同样比较胖的同学,几个孩子表示,比他们胖的还有,“孩子胖了会出现各种问题,尤其现在他们处于发育期阶段,不仅可能会影响身高发育,多余脂肪在体内会转化成雌激素,男孩子还可能影响性发育,家长们一定要引起重视。”专家表示。

记者 阚乐乐

本报“小胖墩健康计划”首站开启

小胖墩来了次健康“摸底”

□记者 阚乐乐

经过前期的报名和筛选,6号,本报联合济南市中心医院内分泌科推出的“小胖墩健康计划”进行了第一次健康“摸底”筛查。

一大早7点来钟,已经有孩子和家长等候在约定集合地点了,足见家长对孩子们健康的关心,半小时内,所有孩子集结完毕。

此次项目负责人,济南市中心医院内分泌科副主任董晓林不仅早早前来为小胖墩们检查、解答,还亲自示范,陪小胖墩们一起全程完成抽血、糖水测试等。

据董晓林介绍,此次对小胖墩们的健康“摸底”检查项目包括:身高、体重、腰臀比等基本检查,血脂、糖化血红蛋白、尿酸、肝功能、血肌酐、葡萄糖耐量试验、尿微量白蛋白/肌酐。其中,还增加了成人检查没有的C肽胰岛素项目的检查,仅这项检查正常需要60元每次,当天咱们小胖子



专家一坐下,家长们就围了上来。

们根据时间间隔,每位总共进行了三次这样的检查。

此外,儿科专家彭惠、营养科主任王淑芳也为小胖子们加班专程指导,彭惠主任还专门拿出了免费的骨龄测试名额给孩子们。

而在孩子的“摸底”结果出来后,三科室主任将根据情况为每个孩子“私人定制”健康计划,并会单独“约谈”每位孩子家长。家长们纷纷表示,医生太负责任太有耐心了。



董晓林

医学博士,济南市中心医院内分泌科副主任,副主任医师,山东大学硕士生导师,1999-2000年在协和医院内分泌科进修一年。擅长糖尿病、甲状腺疾病、痛风、骨质疏松、继发性高血压、垂体内分泌疾病等疾病的诊治。

山东省医学会内分泌专业委员会委员;山东省医师协会内

分泌科分会委员。参与2007-2008年全国糖尿病与代谢综合征筛查。2014年山东省科技惠民计划项目(糖尿病早期筛查与防治临床医学研究平台建设与基层推广科技惠民示范工程)主研人,在国内外发表医学论文20余篇。

门诊时间:每周二全天



王淑芳

内分泌科主任医师、医学博士、硕士生导师。山东大学及潍坊医学院兼职教师,现任山东省医学会糖尿病学会委员。

从事临床工作近30年,临

床经验丰富,对糖尿病及并发症、高脂血症、甲状腺疾病及生长发育迟缓、骨质疏松、肾上腺等疾病有丰富经验和深入研究。优质完成教学任务。

门诊时间:每周一全天



彭惠

副主任医师,医学博士,从事儿科临床、科研与教学工作20余年,主要研究方向为儿童内分泌与儿童保健。美国约翰霍普金斯大学医学院儿童内分泌专业访问学者。山东省医学会儿科专业委员会内分泌学组委员,山东省预防医学会儿保分会生长发育专业委员会委员,山东省医师

协会青春期医学专业委员会常务委员。擅长儿童生长发育,对儿童矮小、儿童甲状腺、性腺(性早熟、性发育延迟等)、儿童肥胖、围青春期内分泌疾病诊治有较深入研究。

门诊时间:每周一、二、四、五、周六:“生长发育与青春期医学门诊”专科门诊

给新生儿扎针的护士来给小胖子们抽血



6号一大早,四五位护士已经在等候小胖墩们的健康检查了。这其中有一位比较特别,她叫高扬,是董晓林主任专门从儿科“请”来的“专家”。

“小胖子抽血是很困难的,脂肪多,看不到找不好血管,几针下去如果扎不到血,家长心疼,我们也着急。为此,我们特意请来了儿科的专业护士,她是给新生儿扎针的护士,技术绝对过硬。”董晓林主任解释道。

果然,尽管每个小胖子胳膊上系上绷带,仍然很难找到血管,高扬和其他护士是左看右看,用手指在胳膊上又摸又按,

虽然费劲,也都是“一针见血”。由于有几个孩子血管确实看不到也摸不到,护士们也凭借高超的技术“盲扎”成功,扎入皮肤后迅速找到血管。

由于孩子们一上午要进行三次抽血,几位护士表示“亚历山大”,也很头疼第一次几个完全找不到血管的孩子。但最终三次抽血,所有孩子都很顺利,并且孩子们对护士阿姨的技术全部点赞,“我以为第二次会疼,结果一点也不疼,冷厉害了。”潼潼跟其他小胖子兄弟交流道。“爽,太爽了。”还有小胖子不忘记开玩笑。

记者 阚乐乐

小小年纪
胰腺要罢工

“喝可乐我都喝两三瓶。”面对旁边苦口婆心劝自己少喝可乐的董主任,小胖子政阳不好意思地说。在一群“小胖墩”中,身高180cm,体重150多斤的政阳显得有些“不合群”,但实际上,他的父母都是二型糖尿病患者,正是担心在强大的遗传基因下孩子也会得糖尿病,李爸爸便带孩子来预防检查。

董主任说,现在条件好了,孩子们什么都不缺,什么都想吃,不像父母一辈没有可乐也吃不上这么多糖,可是天天这么灌可乐,好孩子都容易灌成糖尿病。她对李政阳提出了建议:“少吃饭,不吃油炸食品,不喝这些饮料,把体重降到140斤左右。”

“你看,脖子发黑不是他不洗或是洗不干净。”董主任指着政阳的脖子解释说,“这是胰岛素抵抗的标志。”这意味着他的胰岛素功能比一般孩子要弱。“假设这些糖正常需要10个单位的胰岛素来工作,但是他就需要20个单位。”董主任形象地称之为“人多不干活”,所以胰腺负担很重。“现在他的胰腺很年轻还能干活,如果你要这么不停的折腾它,喝可乐喝雪碧,什么糖分高吃什么,那它负担不了就会罢工。”

记者 张伟伟

糖水喝过瘾
以后再不喝可乐了

在这次“摸底”健康考试中,有一项是要测试孩子们的糖代谢能力,这要求孩子们在第一次抽血完5分钟内喝下一杯糖水。

糖是董晓林主任专门从药店为孩子们准备的医用葡萄糖粉,每人一包,溶解到300ml的温水中。

“什么,这一包要一下子喝掉吗?”面对一袋糖,孩子们有些吃惊。“是啊,你们平时喝可乐怎么不觉得糖多啊,这些糖差不多就是大桶可乐的量而已。”董晓林开玩笑道。“天呐,可乐有这么多糖,以后再也不喝了!”几个小胖墩当即做出决定。

这次的糖水测试,不仅帮助孩子们了解他们自身的代谢能力,还直观地让他们对比看到自己的摄糖量。一包糖水下去,孩子们纷纷表示“齁”得慌,喝可乐时真没觉得,以后坚决少喝饮料。

记者 阚乐乐