

中高考临近 有家长想给孩子吃“聪明药”

医生：有成瘾性风险，随意服用后果严重

“黄医生，孩子快中考了，学习的时候注意力还是不集中。听说现在有一种‘聪明药’，吃了后注意力就集中了，给我开一瓶吧！”宁海县妇幼保健院儿童保健科科长黄敏辉说，最近一周有4名中高考孩子的家长前来询问“聪明药”。

黄敏辉提醒，这种所谓的“聪明药”，并非如家长们想象的那般神奇，反而可能给孩子带来严重的健康风险。



黄敏辉在门诊中。资料图片

1 部分家长把“专注达”称为“聪明药”

黄敏辉介绍，最近，一种叫“专注达”被誉为“聪明药”，在家长圈中悄然流行。部分家长误以为它能让正常人变得更聪明，声称孩子服用后在学习和考试中“更加专注，注意力更加集中，精神更加振奋”。然而，这种说法不仅缺乏科学依据，更是对孩子健康的不负责。

记者在外卖平台上，输入关键词后就会跳出相关商品，品名有“专注达”等，商品的详细描述令人心动。据介绍，心不在焉、考试粗心大意、作业马虎、经常走神，经常把b和d，p和q形近字弄混淆等，都是注意缺陷的表现，而服用该药物可以实现“身

心合一，专注学习，告别做A想B”。因此，不少家长把这类通用名为“盐酸哌甲酯”的药物称为“聪明药”。

“聪明药”真有那么神奇吗？据介绍，这类药物是一种国家严格管控的精神类药物，主要用于治疗注意力缺陷多动障碍（ADHD），也就是常说的多动症。

药物通过调节大脑中的去甲肾上腺素和多巴胺等神经递质水平，帮助患者改善症状，提高注意力和自我控制能力，从而更好地参与和学习和生活。通俗地说，这种药物绝非正常人提升智力的“灵丹妙药”，更不能被当作提高学习成绩的“神器”。

2 危害显而易见且极其严重

黄敏辉指出，滥用“专注达”类药物的危害是显而易见且极其严重的。这类药物有潜在的成瘾性风险，随意服用后果不堪设想。

从药物作用机制来看，正常人的大脑神经递质系统处于平衡状态，而服用专注达会打破这种平衡。过多的多巴胺和去甲肾上腺素释放可能会引发一系列不良反应。

具体来说，在神经系统方面，孩子会头痛、头晕、失眠、易疲劳；在精神层面，可能出现焦虑、紧张、易怒及情绪大幅波动等问题；在心血管系统方面，可能导致血压升高、心跳加速；消化系统也可能受到影响，表现为食欲不振、恶心呕吐、腹泻或便秘。

长期滥用这种药物，还可能影响孩子生长发育，对其身心健康造成长

远的伤害。如果孩子临近考试吃不好、睡不着，反而会会影响发挥。

黄敏辉指出，真正需要服用“专注达”类药物的只有中重度多动症患者。这类患者必须在医生的严格指导下使用药物，并严格把控适应证，坚决杜绝药物滥用。

他提醒，家长应理性看待孩子的学习成绩，以发展的眼光看待孩子的成长。每个孩子都有其独特的成长轨迹和天赋，学习成绩并非衡量孩子能力的唯一标准。家长应为孩子营造一个宽松、包容、鼓励探索和尝试的成长环境，帮助孩子培养良好的学习习惯、时间管理能力和专注力，而不是盲目追求所谓的“聪明药”。

记者 王颖 通讯员 王珍珍 夏亚萍

不吸烟、不喝酒的她 竟被确诊为食管癌

医生：“重口味”“趁热吃”不可取

“我平时不抽烟、不喝酒，生活也很规律，只是吞咽有点困难，怎么可能会得食管癌？”小丽（化名）得知自己被确诊“食管癌”后，第一反应是弄错了。医生通过详细问诊发现，她的饮食习惯竟是导致癌症的“元凶”——长期食用腌制食品和滚烫食物。



3D腔镜下食管癌手术场景。资料图片

以为只是吞咽困难 没想到确诊食管癌

小丽今年30岁。去年年底，她开始感到吞咽时有异物感，仿佛有什么东西卡在喉咙里，咽不下也吐不出。起初，她以为是普通的“食管异物”，并未太在意。然而，在当地医院治疗一段时间后，症状不仅没有缓解，反而愈发严重。

不久前，她来到宁波市鄞州区第二医院进一步检查，结果令人震惊：胃镜显示食管内有一个溃疡隆起性病变，胸部增强CT更发现食管上段管壁偏心性增厚，其间有一个长约4.6厘米、厚约1.8厘米的肿瘤，已几乎完全堵塞管腔，最终确诊为“食管癌”。

对于这一结果，小丽难以接受。鄞州二院心胸外科主任岑浩锋通过详细问诊，找到了关键线索——这位在北方长大的患者，长期保持两大高危饮食习惯：喜欢食用腌制食品（俗称“重口味”），且偏好滚烫食物。

岑浩锋主任解释，食管癌的发生与多种因素相关，包括亚硝酸盐慢

性刺激、炎症与创伤、缺乏营养素摄入、遗传因素、吸烟、喝酒、热饮热食等。小丽长期摄入亚硝酸盐加热烫食管黏膜，导致食管黏膜反复损伤—修复，最终诱发癌变。

“食管黏膜的耐受温度仅有40℃—50℃，而许多人钟爱的‘趁热吃’习惯，实则是将食管推向‘慢性烫伤’的深渊。”岑浩锋打了个比方，“超过65℃的食物入口，就像‘隐形刀片’反复刮擦娇嫩的食管黏膜。以火锅为例，滚烫的红汤中，鹅肠几秒即熟，但若急着将高温食物送入口中，每一口都可能造成黏膜损伤。长期如此，食管在‘损伤—修复’的恶性循环中逐渐失控，最终癌变风险飙升。”

由于肿瘤位置特殊，小丽无法进行直接手术。岑浩锋团队为其制定了“新辅助化疗+免疫治疗+序贯放疗”的综合治疗方案。

经过3个周期的治疗，肿瘤体积明显缩小，目前小丽仍在积极治疗中。

警惕这些“无声警报” 牢记“三要三不要”

“早期食管癌症状隐匿，容易被忽视，很多患者确诊时已是中晚期。”岑浩锋指出，食管癌并非中老年人“专属”，近年来年轻化趋势明显。有统计数据显示，国内食管癌患者中约有5%为40岁以下的中青年人群。

岑浩锋提醒，日常生活中，若经常感觉有东西黏在食管，咽不下吐不出；进食时有轻微刺痛或烧灼感，尤其吃热食、粗硬食物时加重；胸骨后常感闷胀不适，伴随反酸、嗝气；吞咽干硬食物时会出现明显卡顿等，一定要警惕食管癌可能。随着病情进展，患者还会出现进行性吞咽困难、胸骨后烧灼样疼痛、无诱因的体重快速下降等症状。

“如果上述症状持续2周以上，应立即进行胃镜及食管造影检查。”岑浩锋强调，高危人群如40岁以上、有肿瘤家族史、长期不良饮食习惯者，最好能每年接受一次胃镜检查。

岑浩锋表示，预防食管癌需牢记以下“三要三不要”：要保持食物温度<60℃，避免“趁热吃”；要增加新鲜蔬果摄入，减少腌制、熏烤食品；要定期筛查：高危人群每年做胃镜，普通人群45岁后每3年—5年一次检查；不要食用霉变食物，注意餐具清洁；不要长期吸烟饮酒，避免多种致癌因素叠加；不要忽视早期症状，及时就诊是关键。

记者 庞锦燕
通讯员 周哲静 谢美君