

# 每16个娃就有1个中招! 孩子的这些小动作 可能是求救信号

“程主任，老师说  
我儿子最近还是有很大进步的，我看他写作业的速度也比以前快了。”近日，小明（化名）跟着妈妈来到宁波大学附属康宁医院儿少心理科程芳主任医师的门诊复诊，说到孩子近期的变化，妈妈的言谈中透着欣慰。



程芳主任医师与患者交流。

## 1 以为是晚熟，结果确诊ADHD

小明今年读小学二年级，是班上出名的调皮蛋。老师讲课时，他的一只手藏在课桌肚里，把铅笔转得飞快，另一个手的指尖则夹着半块橡皮，抠成碎屑，落得满桌都是。邻座的女同学想认真听讲，他却用笔轻戳对方后背。被老师点名回答问题时，小明却找不到课本。

这是他上课的常态，还曾因

此被同学家长投诉，换了好几位同桌。老师也多次跟小明妈妈沟通，要求小明上课时老老实实把手放在桌面上。然而一段时间后，妈妈发现小明的指甲被啃得乱七八糟，尤其是大拇指的指甲，已经短得深深嵌进肉里……

家里人本来觉得男孩相对晚熟一些，刚上小学时有些不适

应是正常的，因此没想着要带小明看医生。但眼看着他二年级了依然如此，作业本上一片醒目的红叉叉，在家老老实实做一页口算纸的定力都没有，妈妈终于坐不住了。

在宁波大学附属康宁医院，经过程芳严谨细致的评估，小明被确诊为ADHD，接受了系统的干预和治疗。

## 2 ADHD不止是“多动”

程芳介绍，ADHD的中文全称是注意缺陷多动障碍，这是一种常见慢性神经发育障碍，起病于童年期，影响可延续至成年。

ADHD早年被翻译成“多动症”，以至于人们总是认为只有“多动”的孩子才需要被干预，但其实ADHD核心症状包括三方面：注意缺陷、多动、冲动，孩子如果有以下具体表现，家长要引起重视。

“注意缺陷”主要体现为：

- 注意涣散，不能将注意力高度集中在应该注意的事情上，比如明明知道上课该认真听讲却做不到；

- 注意稳定性差，不能长时间保持注意力，做事常虎头蛇尾；

- 注意的冲动性和无目的性，也就说注意力的转移是突然

发生的、盲目的。比如有些孩子会告诉医生，自己的脑子就像是电脑突然黑屏，老师喊他时，他完全想不起来自己之前那段时间发生了什么。

“多动”主要体现为：

- 明显的活动增多、话多，在不适宜的场合过度活跃，经常坐立不安等；

- “多动”也不仅仅是行为上的多动，还包括思想上的过度活跃，比如有些孩子自述从来不知道“脑子一片空白”是什么感觉，吃了药才第一次体会到什么叫“放空”。

“冲动”则主要体现为：

- 缺乏耐心；
- 情绪和行为容易失控，常与人发生冲突，且这些问题反复发生，难以改正。

数据显示，中国儿童和青少

年ADHD发生率高达6.4%，这意味着每16个孩子中，就可能有1个受ADHD困扰，令人担忧的是，在这些孩子中，就诊率仅有10%，而在就诊的孩子中，仅约1/3的家庭会坚持正规治疗。

程芳提醒，若干预不及时，ADHD的影响会持续蔓延。到成人期时，仅22%的患者能完全缓解，其余患者可能会在学习、工作、社交、情绪管理等多个方面持续面临困境。其中，最大的问题就是低自尊——长期被误解为“调皮”“不听话”“笨”，会让这些孩子逐渐否定自己。因此，当儿童出现与自身发育水平不相适应的注意缺陷、活动过度，同时伴有学习或社交等单一或多个功能损害时，就需要考虑存在ADHD的可能；如果功能损伤比较严重，要及时考虑治疗。

## 3 理解、接纳，做他们的“脚手架”

程芳强调，尽管ADHD的孩子会有这样那样的问题，但我们应当尊重神经发育的多样性——就像苹果手机和安卓手机，只是系统不同而已。最新的研究还发现，ADHD患者更容易进入“心流”状态（人们在做非常喜欢和擅长的事情时，会进入一种特别专注和快乐的状态），从而更高效地完成任务，这也说明不同的神经发育类型都可能有其

过人之处。

如果孩子确诊了ADHD，家长也不要过于悲观。药物治疗是有效的，家长不必过度担心副作用而自行给孩子停药，一定要严格遵医嘱。同时，建议家长及时和老师沟通，争取获得老师的理解，构建“家校医”协同帮扶模式，做孩子成长道路上的“脚手架”，有针对性地引导、帮助这些孩子。

程芳表示，如果养育得当，

ADHD的孩子成长轨迹和普通孩子不会有太大差别，但如果误解甚至歧视他们，就可能导致他们伴发更多行为或情绪问题，甚至影响一生。她也希望能有更多人读懂“调皮”孩子的“身不由己”，及时帮他们一把，在这样的社会氛围下，才会有更多的家庭有勇气直面问题，为孩子寻求及时的干预。

记者 曹歆 通讯员 徐芷菲

## 反复结石6年 问题竟出在脖子上 这种病善于“伪装”

“我是尿路的毛病，怎么还要查脖子呀？”当听到要做甲状腺B超，还需抽血检查血钙和甲状旁腺激素时，74岁的刘女士满脸疑惑。然而正是医生给出的这个建议，破解了困扰她多年的结石与骨质疏松难题。

6年前，刘女士被查出骨质疏松，当时并没太放在心上。可没过多久，泌尿系结石就缠上了她，从此开启了漫长的“反复治疗—复发”循环。“每次结石发作都疼得直不起腰，好不容易做完手术有所缓解，仅过一两年，新的结石又长出来了。”一次次手术、一遍遍忍受疼痛，让刘女士身心俱疲。最近，她再次发作，家人带她找到了宁波市中西医结合医院泌尿外科周永主任医师。

周永迅速判断病情，当即安排刘女士住院治疗，并顺利实施了输尿管镜探查+狭窄扩张术。术后，刘女士腰痛等不适症状很快缓解。但周永凭借多年临床经验，敏锐察觉到，老年患者反复出现泌尿系结石，绝非单纯的局部病变，背后很可能潜藏着其他病因。于是建议刘女士完善甲状腺各项检查，“反复结石可能和体内钙代谢紊乱有关，甲状旁腺就是调节钙平衡的‘开关’，查一下才能排除隐患。”在医生的劝说下，刘女士接受了检查。

超声科医生检查后，给出了关键提示：刘女士甲状腺背侧发现一个15毫米的结节，而正常甲状旁腺仅5毫米左右，高度怀疑是甲状旁腺增生。同时，抽血结果也印证了医生的判断，刘女士的甲状旁腺激素和血钙水平均远超正常范围。

周永第一时间邀请该院甲乳外科谢凯钢主任医师前来会诊，一起探究真实的病因。

看着检查报告上的异常指标，刘女士满是恐慌，“这结节是不是肿瘤？会不会很严重？”谢凯钢向她解释：“这不是恶性肿瘤，而是甲状旁腺过度增生了。它就像一个‘失控的开关’，不停分泌过多激素，导致体内钙代谢乱了套。骨骼里的钙被过度抽出，就会引发骨质疏松；多余的钙排到尿路，就反复形成结石。这种病叫原发性甲状旁腺功能亢进，只要把增生的病变甲状旁腺切除，就能解决问题。”

刘女士悬着的心终于放下，当即决定转至该院甲乳外科接受手术。谢凯钢团队结合B超及ECT扫描检查结果，精准制定手术方案，明确了增生的病变甲状旁腺的个数和位置，手术进行了不到半小时，医生就成功将增生的甲状旁腺完整切除。

术后第二天，刘女士的血钙和甲状旁腺激素水平均恢复至正常范围，身体各项指标稳步好转。后续病理报告进一步确认了“甲状旁腺增生”的诊断，彻底印证了此前的临床判断。5天后，刘女士康复出院。

“原发性甲状旁腺功能亢进很会‘伪装’，早期症状不明显，容易被忽视。”谢凯钢介绍，这种病会打乱体内钙、磷的正常代谢，除了引发骨质疏松和尿路结石，严重时还可能导致昏迷、心律失常等危险情况，甚至危及生命。但只要早期发现、及时通过手术切除增生的组织，就能有效治疗，避免病情恶化。

记者 庞锦燕 通讯员 徐浩凯 谢美君