男孩走路迟易摔跤别大意 警惕罕见病杜氏肌营养不良



AI制图

□通讯员 陈文薇

不少家长发现孩子走路迟、易摔跤、跑跳不如同龄孩子，常以为只是体质差、发育慢，长大自然就好转了。殊不知这些不起眼的运动异常，可能是罕见病杜氏肌营养不良（DMD）的早期预警信号。

作为一种多发于男孩的遗传性罕见病，DMD是典型的X染色体隐性遗传疾病，几乎仅针对男性发病，女性多为基因携带者，不会表现出病症。

这种疾病的核心危害是造成肌肉进行性无力与萎缩，病情会随年龄增长持续进展，从最初的运动能力落后，逐步蔓延至全身，后期会严重累及呼吸、心脏等核心器官，严重威胁孩子的生长发育与生命健康。

舟山医院神经内科主任医师何松彬对此做出专业解读："从总体发病人群来看，大概10万个人里面会有20到30个的发病率。患儿多在3至5岁陆续出现典型症状，其中最特殊的就是假性肌肥大。不少家长看到孩子四肢肌肉饱满，觉得孩子体格健壮，殊不知看似结实的肌肉，实则存在严重肌无力，这也是该病早期极易漏诊误诊的主要原因。"

随着孩子年龄增长，DMD的异常表现会愈发明显。

何松彬表示，患儿五六岁后，会出现极具辨识度的病态特征。正常孩子从躺着到站起动作流畅、发力稳定，而患病孩子起身会费力笨拙，走路呈摇摆步态。此之外，患儿普遍耐力极差，稍微剧烈运动就疲惫不堪，日常活动量远低于同龄人。

早期症状进展平缓，大多不影响孩子日常，常被家长归为"孩子调皮、不爱运动、体质偏弱"，一次次错失筛查机会，等到孩子运动能力明显退化、无法正常跑跳行走时，病情往往干预难度大幅增加。

何松彬提醒，该病的遗传特征十分明确，该病多由母亲携带致病基因遗传，目前临床还没有能够彻底根治该病的特效药，早筛早防尤为重要，"抽血检测肌酸激酶是排查DMD最简单、高效的初筛方式。有相关遗传病史的家庭，建议产前进行基因检测，从源头规避患病风险。"

即便确诊，家长也不必过度悲观。虽然无法根治，但尽早规范干预、长期坚持多学科随访，可以有效延缓肌肉萎缩、器官损伤，显著改善患儿生活质量。

何松彬提醒各位家长，养育男孩切勿凭经验判断发育问题。一旦发现孩子走路迟缓、频繁摔跤、运动耐力差、步态异常等情况，不要简单归为发育偏慢，及时带孩子就医排查。早识别、早筛查、早干预，为孩子争取最好的成长可能。

让交感神经"冷静"下来

麻醉睡眠医学门诊因人而治有成效

67岁的李大爷受睡眠问题困扰5年，长期多梦、睡眠浅，睡眠结构严重紊乱。浙中医大二院（省新华医院）麻醉科睡眠医学门诊主任医师董发慧介绍了这名患者的就诊经历。医生通过专科睡眠量表评估结合中医四诊，发现李大爷面色晦暗、舌苔白腻，辨证属痰湿瘀阻、心神不宁。

董发慧解释，从中医角度看，老年人脾肾渐亏，运化能力下降，水湿积聚生痰，痰湿蒙蔽清窍，气血运行不畅，心神失养，因此夜寐难安。现代医学则认为，年龄增长会造成老年人自主神经调节能力衰退，颈交感神经张力紊乱，脑部微循环供血不足，深睡眠占比下降，睡眠呈碎片化，这也是老年失眠久治不愈的关键原因。

针对这类顽固性失眠，医疗团队采用超声引导下星状神经节阻滞，将局麻药精准注射至颈部神经节周边，借助神经调控平衡自主神经。依托麻醉科在神经阻滞、镇静镇痛方面的专业特长，让过度兴奋的交感神经平复，改善脑部供血，调整睡眠–觉醒周期，延长深睡眠时间，减少夜醒多梦，重塑正常睡眠节律。同时配合中医针刺疗法，以祛痰除湿、化瘀通络、宁心安神为原则，健脾祛湿、疏通脑络，改善痰湿体质，巩固长期睡眠效果。

经过系统综合治疗，李大爷睡眠深度明显提升，梦境减少，睡眠稳定性显著改善。董发慧提醒，不少慢性失眠、安眠药依赖患者单纯依靠助眠药，只能临时压制症状，无法解决自主神经紊乱与体质失衡的根源问题，常会出现停药失败、失眠反弹。

长期睡眠紊乱，除了会引起日间疲惫，还会增加高血压、心脑血管病、代谢综合征、焦虑抑郁、认知功能减退风险，严重影响生活质量。很多失眠患者陷入"服药可睡、停药复发"的药物依赖困境，单一药物治疗存在明显局限。

老年睡眠障碍成因复杂，常伴随机体机能衰退。若长期入睡困难、睡眠浅，药物效果不佳且形成依赖，就需要综合干预。麻醉睡眠医学门诊发挥科室镇静镇痛专业优势，围绕睡眠一觉醒调控机制，对慢性失眠、睡眠呼吸障碍、围手术期睡眠紊乱、药物依赖性失眠开展个体化评估，采用西医神经调控联合中医辨证施治的方案，探索睡眠障碍诊疗新路径，帮助患者摆脱失眠困扰。

需要说明的是，麻醉睡眠医学门诊并非替代其他科室的睡眠诊疗，而是填补顽固性失眠非药物治疗这块空白。

据《浙江老年报》

大学生确诊乳腺癌 乳腺癌为何盯上年轻人？

考博成功！这个消息让小林（化姓）和家人都为之振奋，多年苦读终于有了回报。可当她还沉浸在升学的喜悦中，一纸乳腺癌的诊断报告差点将她击倒。

在很多人的传统观念里，乳腺癌只发生在中老年女性身上。然而临床数据表明，年轻女性确诊乳腺癌的比例正在上升。宁波市医疗中心李惠利医院乳腺外科去年实施的乳腺癌手术中，40岁以下的乳腺癌患者占比在10%左右。

考博上岸 乳腺肿块却大了一倍

当年26岁的小林是一名优秀的博士一年级学生。在硕士研究生阶段，她在常规体检时查出左边乳房有一个直径约1厘米的肿块，超声提示为3类，医生建议她定期复查。当时正值备考博士的关键时期，巨大的学业压力让她每天神经紧绷，经常熬夜，根本无暇顾及这个不痛不痒的肿块。

当她如愿考上博士后，却发现乳房的肿块明显变大了。小林赶紧来到宁波市医疗中心李惠利医院就诊，在丁锦华的建议下，小林接受了穿刺活检。她最不愿看到的结果出现了：恶性，而且肿瘤直径已经超过了2厘米。为了最大程度保障小林的生活质量，丁锦华主任团队为她实施保乳手术。

考虑到她未来的生育需求，在术后化疗开始前，丁锦华团队为她注射保卵针，以减少化疗对卵巢功能的损伤。如今，小林只需定期服用内分泌药物。更令人欣慰的是，术后3年她带着祝福步入婚姻的殿堂，目前正在积极备孕中。

40岁以下 乳腺癌患者约占10%

"以前年轻的女性乳腺癌患者很少见，但现在真的多起来了。"丁锦华痛心地表示。在过去一年李惠利医院收治的乳腺癌患者中，40岁以下的年轻患者约占10%。

为什么乳腺癌会越来越年轻化？丁锦华解释，除了少部分与基因突变有关外，现代年轻人面临的巨大压力、持续的精神紧张以及不良的生活习惯，都是不可忽视的重要诱因。长期的高压状态、频繁熬夜、缺乏运动，以及高脂肪、高热量的饮食习惯，都会导致内分泌紊乱，免疫力下降，从而给了乳腺癌有可乘之机。

面对年轻化的乳腺癌，女性朋友们应该如何应对？丁锦华给出了专业的防范建议：

女性应养成定期自检的习惯，最佳时间是月经结束后的第7天到第10天，此时乳腺最为松软，肿块最容易被发现。平躺在床上，身体彻底放松，将食指、中指、无名指三指并拢，用指腹在乳房上平行触摸、打圈，从外围慢慢向乳头方向检查。

定期筛查自检绝不能替代医学检查，如果怀疑乳房有问题，建议及时就医，高危人群（如携带遗传基因、有家族史等）筛查应提前到35岁甚至更早。

据《宁波晚报》