

# “聪明药”没法提升考生记忆力

## 为孩子改变更多,反而增加考生压力

小奇是一名初三学生。日前,他的父母来到无锡市精神卫生中心儿少精神科,想为孩子配一种名叫“哌甲酯”的“聪明药”,助力孩子进一步提升记忆力。该院儿少精神科副主任医师李志佳听取了家长关于孩子的情况介绍后,认为孩子根本没有必要服用这种药,因为这种药是治疗注意力缺陷与多动障碍症的处方药。专家表示,考前一些家长过度为孩子着想,其实也是家长焦虑的一种表现,反而会增加考生压力。其实,家长只有以平常心对待孩子,让孩子保持原来的生活方式,才有利于孩子在考场上发挥。

### 家长寻求“聪明药”,精神科医生拒配

小奇的成绩在年级里属于“第一方阵”,但是他的父母还是希望他在最后冲刺阶段能再提升一把。他的父母通过亲戚打听到有一种“聪明药”,药店里买不到,只能到无锡市精神卫生中心寻求帮助。李志佳介绍,家长望子成龙的想法无可厚非,但是“哌甲酯”是一种中枢神经兴奋药,能抑制孩子好动,使其安静,延长注意力集中的时间,目前临床上主要用于注意力缺陷与多动障碍的儿童,服药期间可能会有食欲减退、头痛头晕、失眠、恶心等副作用,如果患儿确有需要,应在精神科医生指导下服用。而小

奇是一个安安静静孩子,并没有上述适应症,想通过这种药物来达到记忆力和智力的提升,并不合适。

“如果靠服药延长精力充沛的时间,既不能让考生更聪明,又无法保证充足的睡眠时间,反而对考生不利!”近一两个月来,李志佳已拒绝了数名这样的家长。除了“哌甲酯”,一些考生家长还搜到了另外一些“聪明药”,如临床上用于轻中度血管性痴呆、老年性痴呆以及脑外伤等引起的记忆与智能障碍的药物。这些药都不是能随意服用的,也不会提升考生的记忆力和智力。

### 考前改变过多,增加考生压力

“家长在孩子考前的关键时刻,一厢情愿要给孩子配‘聪明药’,这就是考前改变,这种改变越多,越容易给孩子压力。”李志佳介绍,从上个月开始,随着高考、中考的临近,他就陆续接到一些考生及家长的咨询和就诊,其中一些考前焦虑的考生,很多都存在家长人为地给孩子改变过多。如有的

女孩都没有觉得经期会影响考试,细心的母亲已想着为女儿配口服避孕药推迟经期。有的家长体谅孩子复习辛苦,单位休了假,每天翻着花样给孩子烧各种好吃的菜。本来孩子一些家务事能自理,考前像大熊猫一样被保护起来,连一只碗也不让洗,让孩子把所有的时间都放在复习上。有的家长原

### 让孩子从容应考,家长先要摆脱焦虑

家长过度地一厢情愿为孩子着想,还从一定程度上反映出家长的焦虑。李志佳介绍,据统计,95%的考生考前有不同程度的焦虑,但是多数人会自我调节。这时,如果家长还

传递给孩子焦虑,就可能使这种焦虑加重。因此,李志佳建议,要想让孩子从容应考,首先家长要摆脱焦虑,并引导孩子减少焦虑。考前的孩子非常敏感,他会注意到父母们的一反



日前,雅迪科技集团向南禅寺社区卫生服务中心捐赠全新雅迪换电系列换电兽01MAX 5台,包含一年免费换电权益,为基层医护人员提供了“新动力”。(高敏)

本晚上有看电视的习惯,现在看电视把声音关掉或是索性不看,怕影响孩子复习。

事实上,对于敏感的孩子,考前日常起居、家长的行为,只要稍微有些改变,就是对他们增加压力。“我建议平时怎样现在还是怎样!”李志佳说。如女性经期仅有轻微的腹胀不适,一般不影响考试,刻意用药反

倒可能引起不良反应;考前营养只要到位就行,短期内改变食谱,反而会在心理上给孩子加重负担,且多吃反而不利消化吸收;适当的家务事可以调节长时间复习的疲劳,包括还要参加一些体育运动;原本的家庭环境是考生再熟悉不过的环境,刻意改变反而会让考生感觉不自在。

常态,注意到他们讲话的神情、语气。因此,家长为孩子减压,也要适度,因为有时看起来的鼓励,但孩子却会觉得是加压。孩子的成绩在平时就形成了,考试正常发挥或超长发挥,

需要考生保持平和的心态。因此,家长们也要保持平和心态,让孩子保持合适的目标,保证原有的作息时间表,一张一弛,让他们轻装上阵,或许更利于发挥。(卫曦臻)

## 明慈医院引入加速康复外科模式 食管癌患者术后8天出院

孙老伯今年64岁,2个多月前确诊为食管癌晚期,来到无锡明慈心血管病医院治疗。消化病诊疗中心医护团队经过术前评估和多学科讨论,为他制定了先转化治疗后手术的方案。经过2个疗程的转化治疗,复查肿瘤退缩明显,达到手术标准。5月9日孙老伯再次住院,明慈医院副院长、消化病诊疗中心首席专家张洪伟带领团队为其制订了微创外科和加速康复外科结合的治疗方案,5月17日在多学科协作下为孙老伯成功实施全麻下胸腹腔镜联合食管癌根治术。

“加速康复外科是指一系列重要的围术期治疗方法的整合,其核心是在术前、术中及术后应用各种有效方法减少患者的手术应激反应和并发症的发生,从而极大减少疼痛、加速康复、并缩短住院时间。”张洪伟介绍。孙老伯于手术当天麻醉醒后6小时,在护士的协助下下床活动,术后第1天开始,每天下床活动累计2小时以上,术后第3天在医师的指导下开始进食。孙老伯恢复良好,经过全面评估,5月25日达到出院指征顺利出院。该院消化病中心消化外科主任陆春雷介绍,食管癌手术涉及人

体的颈、胸和腹部,传统的三切口手术创伤很大,尤其是胸部20—30厘米的切口不仅损伤大,术后疼痛剧烈。传统方式需要留置胃管、尿管等,导致患者疼痛难忍行动不便;同时,患者术后要常规禁食并进行胃肠减压5—7天,增加了患者的痛苦和术后并发症的发生率,术后住院时间往往需要两周以上。此次孙老伯采取胸腹腔镜联合手术,创口小,出血量少,肿瘤根治彻底。同时医院系统实施加速康复外科的20多项改进措施,患者只需术前6小时禁食,术前2小时禁饮,明显减轻了患者饥饿感;预镇痛、多模式镇痛等综合镇痛措施,让患者术后疼痛轻微,确保其能早期下床活动,尽早恢复进口饮食等。这些综合措施的实施保证了患者能尽快恢复并早日出院。

张洪伟表示,该院消化病中心以疾病综合疗效为重中之重,内外融合、多学科协作,实施个体化、规范化、精准化的诊疗。外科更是注重微创理念和加速康复外科理念的结合,优化围手术期的流程,形成鲜明的明慈特色,确保疗效的基础上,提升患者就医体验、显著改善诊疗舒适度。(王菁)

## 高清电子肠镜摘除腺瘤型肠息肉

小小的肠道息肉,也可能发生癌变?这个问题困扰了刘女士好久。近日,经过辗转就医,刘女士在无锡凯宜医院通过内镜下微创手术切除了肠道息肉,警报终于解除,刘女士的“心头大患”也终于落了地。

据了解,刘女士在两年前体检的过程中发现了肠道息肉,当时经过简单处理,也没有太当回事。今年,刘女士慕名来到无锡凯宜医院进行常规胃肠镜检查,内镜精查结果显示刘女士的肠道息肉又发展了,息肉可能已经癌变。无锡凯宜医院内镜中心周医生按照相关治疗规范准备第一时间与患者家属沟通后进行活检、等待病理结果,并据此确定下一步治疗方案。患者家属也强烈要求先行在内镜下通过微创手术切除病灶,随后医患双方相互配合,手术极为顺利,术后病理如医生当初判断相符,息肉局部癌变,根据指南要求,由医院外科李宝华主任团队行腹腔镜下结肠癌根治手术,患者也逐步恢复了健康。

不少市民担心肠道息肉切除是大手术,特别害怕。据了解,无锡凯宜医院目前已经开设了日间

手术病房,一旦在检查中发现有肠道息肉,医患沟通之后就可以走日间手术流程,当天肠镜下微创切除息肉,当天就可以出院。目前,无锡凯宜医院也配备了奥林巴斯CV-290电子胃肠镜系统,这种高清分辨率的内镜设备,能更清晰地发现胃肠道早期病变,被誉为“消化道保护神”。目前,无锡凯宜医院消化内镜中心拥有奥林巴斯CV-290及富士XL-4450主机各一台,配置德国爱尔博VIO200D氩气电刀及相关配套设施,拥有按国家三甲标准设计的标准化检查间4间,VIP检测室1间,胃肠镜洗消间完全按国家软式内镜消毒标准配置,经多方检测验收后合格。医院目前能开展普通胃肠镜检查、无痛胃肠镜检查、色素内镜检查、染色及放大胃肠镜检查(精查内镜)、HP检测(碳13吹气试验及内镜下HP检查)、消化道肿瘤标志物检查、内镜下活检、内镜下胃肠道息肉摘除术、内镜异物钳除术、内镜下食管静脉曲张套扎及硬化治疗、食管气囊扩张术等技术,能够满足广大患者医疗需要。

(顾明)