



◁志愿服务队员现场为孩子们进行脊柱侧弯筛查。

▽胡克伟在向同学们介绍如何进行脊柱侧弯自查。



挺直脊梁 茁壮成长

□潍坊日报社全媒体记者 宋玉璐

爱心档案

守护祖国未来的“脊梁”

“同学们,从这张图片可以看到,我们的脊柱是一条直线,并且躯干两侧对称。如果从正面看双肩不等高或从后面看到后背左右不平,就应考虑是否为‘脊柱侧弯’。”近日,潍坊最美志愿者——胡克伟带领潍坊正脊医疗志愿服务队的志愿者们来到潍坊市育华学校,为同学们进行脊柱侧弯科普讲座,这正是“医心护苗,仁心正脊”志愿服务项目的一部分。脊柱侧弯是青少年常见的体

态问题,不仅影响外观,更重要的是可能带来一系列健康问题,比如肌肉疲劳、疼痛,甚至影响呼吸和心脏功能,长期不加以纠正,还会影响青少年的自信心和心理健康。据相关数据显示,我国中小学生脊柱侧弯人数已经超过500万,脊柱侧弯已经成为继肥胖、近视之后危害我国儿童青少年健康的第三大疾病。对此,潍坊市青少年脊柱侧凸科普教育基地在相关部门的支

持下,由几位专业医生自发组成潍坊正脊医疗志愿服务队,开展“医心护苗,仁心正脊”志愿服务项目,走进学校,为孩子们做科普讲座、免费筛查,旨在提高人们对脊柱侧弯的重视程度,护航儿童青少年脊柱健康,实现脊柱侧弯的早筛查、早发现、早干预。截至目前,该医疗志愿服务队已经为潍坊市57所中小学的近5万名适龄学生进行脊柱侧弯筛查。



△同学们学习自行开展健康互查。

(本栏图片由受访者提供)

暖心故事

故事一:

“同学们,把背挺起来!”

“其实,只要掌握正确方法,我们完全可以进行脊柱侧弯自查。”在育华学校,胡克伟面对走上台的同学们,通过幻灯片上的图示说明和现场指导,让同学们通过观眼、手触、尺量等方式进行自主筛查,向同学们讲解保护脊

柱的相关知识。讲座中,胡医生除了分享实用的自我检查方法,还告诉大家如何通过正确的姿势、适当的运动和合理的饮食来预防脊柱侧弯的发生。“胡医生的这些建议都非常实用,学完之后,我对自身的健康

状况更加关注了。”一位同学告诉记者。育华学校的老师们纷纷表示,在筛查过程中学到了很多关于脊柱侧弯的防治方法与干预建议,期待能够联合开展更多更好针对青少年的健康筛查和科普活动。胡克伟行医十数载,具有丰

富的脊柱侧弯防治经验,他告诉记者:“入校筛查是建立脊柱健康长效防治机制的重要工作方式。我们都应该加强对脊柱健康的关注,做到早筛查,早发现,早干预,全社会一道筑牢未成年人成长防线。”

故事二:

筑牢成长之脊

家住高新区的小徐是一名初一学生,在筛查中确诊了脊柱侧弯。本是风华正茂、向阳生长的年纪,小徐却因为脊柱侧弯备受病痛折磨。父母便选择通过使用脊柱矫正支具,让小徐进行治疗。

目前支具不在国家基本医疗保障覆盖范围内,患者需自行购买。然

而,支具市场缺乏标准化产品,治疗效果参差不齐。经过3个月的矫正治疗,小徐的脊柱侧弯非但没有得到好转,反而继续加重,躯干也出现了明显失衡。为此,小徐的妈妈非常焦虑,她带女儿咨询了全国有名医院的专家,得到的反馈都是建议更换矫正方法。

在志愿服务队伍的名头越来越响之时,小徐妈妈恰好听到科普讲座,并前来求医问诊。经过志愿服务队伍的专家会诊,胡克伟等医生为小徐重新制定了治疗计划,还让小徐减免了大部分治疗费用,让这个家庭获得了极大慰藉。

经过半年多的治疗,如今

小徐的脊柱侧弯角度以及身体平衡得到明显好转。胡克伟表示:“脊柱侧弯的治疗并非一蹴而就,而是需要长期的关注和护理。对于青少年患者,早期发现和适当的治疗可以有效防止脊柱侧弯的进一步恶化,爱护脊柱,一定要从青少年时期抓起。”

城市温度

为青少年健康保驾护航

◎石莹

“站如松,坐如钟”,养背挺直会给人一种健康自信、朝气蓬勃的感觉。然而在现实中,脊柱侧弯在青少年中愈发常见,不仅影响外观,还带来一系列健康问题,如果长期不加以纠正,会影响青少年的自信心和心理健康。为解决社会关切、推动青

少年健康志愿服务规范化发展,潍坊市青少年脊柱侧凸科普教育基地的专业医生自发组成“潍坊正脊医疗志愿服务队”,他们走进学校,为孩子们科普宣讲并免费筛查,将健康关口前移,探索建立脊柱健康长效防治机制。孩子的成长牵动着家长的

心,关乎社会的未来。潍坊正脊医疗志愿服务队的善举不仅提升了社会对青少年脊柱侧弯的整体认知,还起到了呼吁社会各界加强精准施策、深化合作交流、共同营造利于儿童青少年健康成长良好氛围的作用,为青少年的健康保驾护航。

潍坊日报 公益广告

防溺水 “六不” 要牢记

- 1 不私自下水游泳;
- 2 不擅自与他人结伴游泳;
- 3 不在无家长或教师带领的情况下游泳;
- 4 不到无安全设施、无救援人员的水域游泳;
- 5 不到不熟悉的水域游泳;
- 6 不熟悉水性的学生不擅自下水施救。

