

铅中毒:孩子变笨“第一杀手”

省城10个娃娃就有3个铅超标

做客本报“空中诊室”的专家建议:3-18岁孩子每年应最少做一次体检



□本版稿件采写 记者 沈玉杰 石念军

陕西凤翔与湖南武冈接连爆出儿童血铅中毒事件,引发全国民众关于儿童血铅的关注。

发现幼儿血铅超标要及时调理

本报与省卫生厅合办的“空中诊室”19日特邀山东省千佛山医院儿科谭晓冬主任、姚慧主任医师做客,就儿童血铅问题解答读者疑问。当晚90分钟的热线时间内,幼儿家长纷纷打进电话,就孩子的血铅偏高问题向医生求医问药。两位专家建议:一旦发现幼儿血铅偏高应及时进行调理,而一般情况下,只要平时注意饮食就可以有效降低血铅标准。

目前,无论是在发达国家还是在我国,铅中毒已替代以往的营养不良和感染性疾病,成为儿童智能发育的“第一杀手”。

儿童血铅浓度与环境污染密切相关

“铅对人体有百害而无一利,理想的血铅浓度应接近于零,儿童血铅超过100微克/升即为铅中毒。”姚慧主任医师告诉记者,儿童血铅浓度与环境污染联系密切,根据中国预防医学科学院环境监测所历时8年所得数据显示:上海城区工业区儿童铅中毒流行率在85%以上;北京儿童体内铅含量超标达64%。而在省城接受血铅检测的儿童中,约有三成超标。

“铅通过呼吸道、消化道进入人体,一般情况下,血铅超标现象最易发生在学龄前儿童身上。”谭晓冬主任介绍,因为空气中的悬浮尘埃多聚集在地面以上1米以内,其浓度比1米以上高出16倍。

这一高度正是儿童的呼吸区,很容易吸入铅微粒。

患多动症的孩子越来越多 不少是铅中毒引起的

“现在患多动症的孩子一年比一年多,其中不少是铅中毒引起的,但很多家长却不重视这个问题。”两位专家说,尽管省城血铅偏高的孩子越来越多,一些家长对此却并不重视,大都是在孩子已经出现了厌食、腹痛、智力低下、发育迟缓等症状后才来看病的。

“铅对脑细胞的损伤是永久性的,家长应定期带孩子到正规医院做血铅检查,3-18岁的孩子每年最少应该做一次体检。”谭晓冬、姚慧两位主任建议。



医院报告

省城三成孩子血铅超标 天桥区孩子超标最严重

铅过高最影响孩子的阅读能力



济南军区第456医院儿童健康体检中心2007年2月至2008年初完成一项调查报告:通过对济南市3912名儿童体内血铅检测发现,30%以上的儿童含铅量偏高,高于2004年全国儿童血铅调查10.45%的水平,其中天桥区儿童血铅超标最重。医生提醒,铅过高最影响孩子的阅读能力,家长应定期对孩子进行血铅检测。

据了解,该抽样调查是在济南市区的60多所幼儿园学龄前儿童中进行的,其中男孩2348人,女孩1564人,年龄范围在2到6岁之间,平均4.7岁。被调查儿童中,有30%的孩子体内含铅量,超过80单位(微克/升)的世界卫生组织标准。

济南市五区,天桥区的儿童血铅水平最高,血铅均值达58.24微克/升。最高的一名小学生达154单位,血铅水平超过正常值三倍。其家庭为配锁作坊,严重超标的原因可能是该儿童接触废旧金属的机会远高于普通孩子。

该研究组还对其中2210名儿童的学习能力进行了调查。结果显示,儿童体内血铅水平每上升10微克/升,其智商下降6到8分。铅超标儿童的阅读速度、语言表达能力及阅读理解能力均受到影响,其中以阅读理解能力受到的影响最为显著。



热线摘录

铅中毒的症状有哪些?

读者:儿童铅中毒会有什么症状呢?现在的药品、保健品广告上都会把病症的一些典型症状罗列出来,看那些就可以吗?

专家:一些广告中往往罗列若干条非特异表现,甚至无关症状,使家长在自己孩子的身上总能对上几条,怀疑是铅中毒。

目前,国际上所说的儿童铅中毒是指亚临床铅中毒,也就是说只要达到这一血铅水平就有可能对儿童健康产生危害。事实上,当儿童血铅水平在100-200 μg/L时基本没有特异症状存在。只有当血铅水平高于450 μg/L时才有可能出现一些特异临床表现,如腹绞痛、严重贫血、牙齿铅线等等。

排铅能靠食疗吗?

读者:孩子现在血铅偏高,很多病都可以食疗,那排铅能不能靠食疗呢?

专家:食疗是可行的,目前食疗排铅也是比较理想的方法之一。可有意让孩子多吃以下几种食物:含丰富维生素C的食物,水果、蔬菜及一些植物的叶子,带酸味的水果如橘子、柠檬、石榴、山楂,尤其是酸枣中的含量最丰富;含丰富蛋白质和铁的食物,蛋白质和铁可取代铅与组织中的有机物结合,加速铅代谢。含优质蛋白质的食物有鸡蛋、牛奶和瘦肉等,含铁丰富的绿叶菜和水果则有菠菜、芹菜、油菜、萝卜缨、苋菜、芥菜、番茄、柑橘、桃、李、杏、菠萝和红枣等。

发现孩子血铅超标怎么办

若发现孩子血铅超标——

- 可以采取脱离污染源、营养干预等方法,多食用一些蛋白质含量高的食品,补充一些维生素等

中度和重度铅中毒阶段的儿童——

- 应在专业的医疗机构实施驱铅治疗

张立云 编制 新华社发



专家观点

钙铁锌全补 咋还注意力不集中? 快去查查是不是铅在“捣鬼”

“很多家长热衷于给小孩补钙、补锌、补铁,可是孩子的学习成绩就是上不去,在课堂上注意力总是不集中。这种现象的背后,很可能就是‘铅’元素在作祟。”做客本报空中诊室的千佛山医院儿科谭晓冬主任说。

儿童铅中毒初期常会有一些苗头,比如脾气暴躁、多动、啃手指,老是想踢东西等。有的孩子表现为体格生长发育受到影响,如不长个儿。有的表现出易患感冒、腹泻、腿痛。更严重的可出现肾脏损害、脑病(昏迷)、多脏器功能衰竭。目前,无论是在发达国家还是在我国,铅中毒已替代以往的营养不良和感染性疾病,成为新世纪儿童智能发育的

“第一杀手”。

“如果孩子出现注意力不集中、记忆力减退、理解力降低等反常现象,就要考虑是不是铅中毒,而不能一味责怪孩子不听话。”谭晓冬提醒说。

平时,家长应尽量避免孩子在工厂周围玩耍,孩子在玩过玩具或者使用过蜡笔、彩笔等颜料后一定要洗手,因为现在很多铅笔玩具含铅量超标。膳食也要均衡搭配,少吃松花蛋、爆米花等含铅量容易超标的食品。谭晓冬提醒家长,要定期给孩子做血铅检查,如果发现孩子有多动、注意力不集中、脾气暴躁和腹痛等症状时,更要及时带孩子到专业医院就医。

减少铅中毒,最有效的方法就是洗手

铅中毒之所以被称为0岁至6岁儿童健康的潜在杀手,就是因为引发的症状没有特异性。因而,如何正确预防儿童铅中毒已成为家长们普遍关注的一个话题。做客本报空中诊室的千佛山医院姚慧主任医师告诉记者,降低铅中毒最有效的方法之一就是洗手。

姚慧说,我们的空气中就含有铅尘,由于铅属于稳定剂,有定色功能,因此被普遍使用在孩子们喜爱的玩具、文具上。而处于0岁至6岁这个时期的孩子,年龄小,自觉性差,玩玩具、摸东西

后,不洗手就抓东西吃,或者直接啃手、咬指甲,导致铅尘进入机体,对孩子的健康造成损害。

因此,引导孩子养成吃东西前洗手的好习惯,应该成为家长们预防铅中毒的首要任务。由于铅尘直接附着在手上,不能被清水冲掉,为了让铅尘脱离手表面,必须先用水把手浸湿,再抹上肥皂或者洗手液,反复地认真揉搓清洗,并将指甲缝里的污垢清理干净。同时,家长应注意尽量不要给孩子留长指甲,否则更容易使铅尘通过孩子的手一口行为被摄入。



提醒

铅污染有“五大源头”

汽车尾气、水污染首当其冲

第一,最大的铅污染源是大气污染,首当其冲的是汽车尾气,家长应当尽量减少孩子在马路上停留的时间。

第二,水源方面的污染也不可忽视。我们用的水龙头和水管接头都含有铅,每次用水前,应先放掉两大桶水,尤其是清晨第一次用水。

第三,使用含铅量过高的装修材料和油漆、涂料等,会对人体造成危害。旧的墙皮脱落以后,孩子如果不慎吃掉,也会导致血铅上升。

第四,一些不正规厂家生产的零食,尤其是里面有花花绿绿卡片的以及带颜色的塑料玩具、文具,用老式铅罐爆出来的爆米花,含铅超标的松花蛋,都会对孩子的健康产生有害影响。有些孩子喜欢啃铅笔,很多家长以为铅笔芯是含铅的,其实这是一个误区。铅笔芯是石墨,真正的危害来自于铅笔外面的漆皮。

第五,家长从外面回来,如果不注意个人卫生,头发、衣物里也会带有铅颗粒。家里大扫除时要用湿抹布、湿拖把,避免粉尘扬起。

据介绍,儿童体内血铅含量每超过100微克/升,智能指数就会下降10-20,比平均身高低1.3厘米。医生提醒,铅中毒早期并无典型或能促使患儿主动就诊的严重临床表现,一旦出现临床症状,往往血铅水平已经较高,毒性作用也难以逆转。