



市民保健衛教計劃

【本報消息】為提升社會對脊柱側彎的重視，澳門健康管理及促進學會舉辦“市民保健衛教計劃”，並與香港大學合作在澳門推行“澳門學童脊柱側彎普查”，達到及早發現及早治療目的。

“市民保健衛教計劃”由澳門健康管理及促進學會主辦，澳門大灣區醫療工作者協會協辦。澳門大灣區醫療工作者協會理事林穎琪表示，計劃由二〇一八年開始，為本澳市民提供脊柱側彎、血糖健康及學童近視等資訊，該學年先後到五所小學，對一千名小五學生進行檢測，當中五至六名兒童因脊柱側彎問題需轉介專科跟進。上學年由於疫情關係暫停，今學年重啟計劃，並已與多所學校聯絡，爭取更大規模的檢測。

側彎成因未定論

她表示，脊柱側彎成因暫時未有定論，以發育時期的女性較為多發。除外觀上，脊柱側彎會影響患者日常活動及出現痛症，甚至可能影響器官發育，因此亟需重視。及早發現有助治療，對小朋友生活學習都有改善。

談到如何發現脊柱側彎，林穎琪指香港自一九九五年開始，已將脊柱側彎普查計劃，納入中小學兒童年度綜合健康評估，希望未來澳門亦能效法。而家長在家中亦可對兒童作初部檢查，透過肉眼及觸摸，定期檢查小朋友肩膀是否平衡，脊骨是否筆直，以便及早發現問題。

市民葉太太認為兒童的脊柱問題相當重要，脊柱側彎會影響小朋友自信，甚至影響器官。就日常觀察，覺得脊柱側彎問題在亞洲甚為普遍，由於亞洲人教育着重死記硬背，姿勢不正確、書包重量對小朋友的骨骼和脊柱造成影響。經過檢測，其十一歲的女兒亦有輕微脊柱側彎問題，稍後將會尋求專科協助。日常生活亦有灌輸脊椎健康概念，培養對脊柱問題的重視，同時亦透過工具協助，確保女兒有良好的姿勢。

澳門日報：http://www.macaodaily.com/html/2020-09/27/content_1464189.htm

澳廣視：https://www.tdm.com.mo/c_news/tv_news.php?id=487816