

女儿确诊青春期多囊,家长却因药名犹豫不决,医生提醒: 别因“避孕”二字误了治病时机

并非“长大便会好转”

16岁女孩小琳月经一直紊乱,与此同时,她唇周汗毛愈发明显,额头、后背长满难以消退的痤疮。外貌上的变化让原本开朗的小琳逐渐自卑,不愿与同学交往,学习成绩也一落千丈。家长起初以为这只是青春期正常现象,等孩子长大便会好转,直到小琳出现闭经、体重骤增,才匆忙带其就医,最终被确诊为多囊卵巢综合征。

“这种病能治好吗?会不会生不出孩子?”和许多家长一样,小琳妈妈的焦虑溢于言表。张炜耐心解释,多囊卵巢综合征是青春期最常见的生殖内分泌代谢性疾病,简称“多囊”。它并非单一妇科问题,而是全身内分泌紊乱的表现,核心为雄激素过高、排卵障碍、卵巢多囊肿样改变三大问题,相当于身体的激素“指挥系统”失灵,进而引发月经、皮肤、体重、代谢等一系列连锁问题。

在担忧生育问题之前,首要任务是及时调理干预,控制疾病症状。多囊目前虽无法根治,但并非疑难杂症,而是需要长期管理的慢性内分泌疾病。不过,青春期多囊绝不能“等长大再说”,长期放任不管,隐患将伴随孩子一生。短期内,多囊引发的月经紊乱、外貌改变会严重影响孩子心理状态与学习效率;长期来看,会增加子宫内膜增生甚至癌变风

第 医 线

“医生,我女儿月经半年没来,脸上痘痘反复长,身体上汗毛浓密,人也胖了一大圈,到底是怎么了?”在复旦大学附属红房子医院妇科内分泌诊室,主任医师张炜经常遇到带着焦虑而来的家长。而这样的困扰,在不少女孩身上最终都指向了同一种疾病——多囊卵巢综合征(Polycystic ovary syndrome, PCOS)。“这种病大家并不陌生,在育龄期女性中发生率已达10%以上;如今临床上青春期多囊患者越来越多,并非发病年龄提前,而是多囊卵巢综合征本身,就是从青春期开始发生的。”张炜说。

险,还可能埋下不孕、糖尿病、高血压等健康隐患。

调经需要双管齐下

家长们大多认可治疗的必要性,可一提到具体用药,便纷纷面露难色。张炜坦言,青春期多囊的首选治疗药物,正是不少家长难以理解的口服避孕药。

这里所用的药物为复方口服避孕药(COC),属于低剂量、安全正规的调经药物,却因“避孕药”的名称,让家长们难以接受。不久前更新的新版复方口服避孕药专家共识,作为近十年最重要的共识更新,首次专门新增多囊卵巢综合征章节,明确指出初潮后无禁忌的青春期女孩,可安全使用低雌激素

剂量复方口服避孕药,并将其列为青春期多囊卵巢综合征的一线首选治疗方案。

“经过半个多世纪的迭代优化,其成分更安全、耐受性更好,与人体自身激素水平更为贴近。”张炜解释,这类药物不仅能改善痘痘、多毛等高雄症状,同时能稳定子宫内膜,帮助月经恢复规律。

多囊的调理需要药物与生活方式双管齐下。患病女孩要保持规律作息,尽量避免熬夜,减少内分泌紊乱诱因;饮食上严格控制糖油,少喝奶茶、少吃高糖高油的精加工食品;同时坚持适度运动,合理控制体重,保持情绪稳定。过大的精神压力同样会加重激素紊乱,只有生活调理与药物治疗配合,才能达到更理想的调理效果。

规范用药无碍生育

家长的认知偏差,常常成为耽误孩子调理治疗的关键因素。他们担心,青春期使用避孕药会影响孩子发育与未来生育吗?张炜表示,低雌激素剂量复方口服避孕药不会影响女孩的身高、骨龄及乳房发育,更不会损伤生育能力。停药后,卵巢排卵功能可快速恢复;对于有生育计划的女性,孕前规范使用低剂量复方口服避孕药抗雄调理3—6个月,还能改善子宫内环境,相当于为生育打下更稳固的基础。

作为激素类药物,长期服用是否会生产依赖?张炜解释,复方口服避孕药所含的雌激素,与人体自身激素结构相似,并非人们惧怕的糖皮质激素,不会对身体造成损伤。它是调经工具,不具有成瘾性,按疗程规范使用,待症状得到控制后,在医生指导下逐步减药、停药即可。部分患者停药后症状复发,是因为药物为短效制剂,并非身体对药物产生依赖。

临近中高考,不少家长专程到门诊咨询,能否通过避孕药帮助孩子调整生理期,避开考试时间。张炜表示,这种做法在临床上是可行的,需在正规医院医生指导下进行。一般需提前1个月左右规范服用,根据月经周期精准计算服药时间,并非越早服用效果越好。

本报记者 左妍 实习生 唐敏

试点一周年,上应大产教融合育出“抢手”应用型人才 未出校门就已具备实战能力

一条建在校园里的中试生产线、一个联合30余所应用型高校的育人联盟、一项从“学院”到“技术学部”的深层次重组,一系列“加减乘除”全新模式改革的推进……上海应用技术大学近日在人才培养改革发展大会上集中展示人才培养改革的“成绩单”与“路线图”。

▶ 学生在“上应大—东富龙”智能制造创新研究院实践学习
采访对象供图



适配性 从“学科导向”到“产业导向”

作为上海市首批应用型人才改革试点高校,一年时间,上海应用技术大学以“为产育人、以产定研”为核心,推进办学从“学科导向”全面转向服务国家使命的“产业导向”。校长汪小帆表示,学校的改革逻辑是回答一个根本的问题:在高校分类改革的战略部署下,应用型高校如何重新校准自身定位,如何破解人才供给与产业需求的“适配性”难题。

在学科与机制重构上,上应大将原有的9个工科学院重组为5个技术学部,下设产业学院与技术研究院,实现学科专业直接对接产业链与创新链。

在人才培养模式革新上,构建“校企双元”治理体系,成立应用型学科专业设置委员会,实施以实践成果为导向的研究生教育评价改革,专业学位研究生占比达72%,推行两年制培养与住企实践模式,定向服务集成电路、农业经营管理等重点领域。

在数智赋能与师资建设上,精准对接产业需求,开展“上应技术长三角”,成

立技术智能(AI4T)协同创新研究院,构建“AI-SIT”三级课程体系,推动AI与香料香精化妆品、轨道交通、制药工程等优势领域深度融合。

三元协同 培养X型应用创新人才

汪小帆介绍,学校正在推进“30”应用创新特班,创新打造未来学习中心,构建“师—机—生”三元协同的未来课堂,真正实现从“坐着学”到“做中学”、从“做题目”到“做创新”的转变,培养契合产业需求的“X型”应用创新型人才。

作为改革实践的成果之一,由上应大与东富龙科技集团共建的“智能制造创新研究院”正式揭牌。校园内,一条完整的中试生产线已投入使用:提取罐、浓缩罐、储液罐、协作机器人、AGV小车、智能仓储系统……与企业生产线毫无二致。这条生产线由学校杰出校友、东富龙集团董事长郑效东捐赠。“我们要做的是把教学和应用、公司需求结合在一起。”郑效东说。“企业需要的学生,可以在这里得到早期工业训练。”在他看来,跨学科协同是最

大难点,研究院融合智能制造、生物制药、化妆品等专业领域,通过综合性场景的打造,正在破解这一难题。

“传统的课堂正在被重构。”副校长吴志军表示,研究院是集课堂、实训、创新、研发于一体的未来学习中心,学生在真实的产业场景中提升应用创新能力。未来,学校将建成50至100个此类应用创新工场,全面重构教学形态。

一批来自光明乳业、科大讯飞、港机重工、宇树科技、申通、百雀羚等头部企业的技术大咖受聘为“产业兼职教师”。这支导师“天团”,将把前沿的产业洞察和实战经验带入课堂,打通校园教学与产业需求“最后一公里”。

改革成效最直接体现在企业的认可与学生的成长上。化妆品技术与工程专业2022级学生崔梓钰依托学校产教融合平台,进入莱博生物开展专业实习,在校企双导师的指导下斩获全国高校化妆品创新大赛特等奖,并被百雀羚当场签约。“企业一线变成了课堂,让我们未出校门便已具备实战能力。”

本报记者 张炯强

“不买这个卡牌,我在班上就没朋友了。”让无数父母头疼又无奈的消费宣言,背后并非简单的“乱花钱”,而是孩子在不同成长阶段的心理投射。近日,上海少年儿童图书馆和华东师范大学、上海市科普基金会联合举办的“青春密钥·科学护航”青少年成长科普讲座上,华师大心理与认知科学学院教授陆静怡为家长们揭开了青少年消费行为背后的“心事”。

陆静怡解释了10至12岁孩子热衷购买同款文具、盲盒或游戏皮肤的深层动因,“孩子通过拥有同伴圈层的共同物品来避免被孤立,这是一种强烈的从众心理驱动。”进入初中,孩子对自己的认识会转向自我探索。消费即是探索方式之一——通过购买符合自我形象的商品来确认“我是怎样的人”。到了高中阶段,他们开始为“快乐”买单,消费呈现出矛盾特征:关注参数、性能和性价比,却又在营销话术刺激下冲动购买、超出预算。

无论是为社交买单,还是为身份、快乐付费,青少年的每一笔消费背后都藏着成长密码。而家长与其做严苛的“钱包守门人”,不如成为孩子内心的“翻译官”,帮助他们看清自己真正想要的是什么,在消费中学会独立思考。

陆静怡建议小学生家长采用“冷却机制”:当孩子提出购买需求时,先启动“48小时延迟法”,同时和孩子一起追问真实需求,例如:这个商品能解决什么问题?有没有更便宜的替代品?一周后还想要吗?她特别强调,家长要温柔而坚定,并配合设定清晰的月度零花钱预算。面对初中生,家长不能武断斥责“你怎么这么虚荣”,而要翻译动机,转移价值支点;可以告诉孩子:“这件衣服确实能表达你的个性,但让人记住你、喜欢你的,不该只有衣服上的logo。”通过引导让孩子认识到,个人的品格、特长、能力才是获得认同的更持久支点,替代对物质符号的单一依赖。而对于高中生,陆静怡提出了“幸福消费四法则”:买体验——旅行、音乐会等体验型消费比实物消费带来更持久、更深刻的快乐;买时间——用金钱置换重复劳动,把时间留给专注、放松和成长;多次小额消费——利用边际效用递减原理,将大额消费拆分为多次小额满足;先付款后消费——期待的过程本身就能释放多巴胺。 本报记者 易蓉 实习生 宋珂欣

孩子乱花钱?可能是在「买」归属感

心理学家分龄支招,破解青少年消费背后的「心事」