

# NGUYÊN NHÂN BỆNH VẠO CỘT SỐNG Ở TRẺ EM

Trẻ em bị vẹo cột sống thường do mang vác nặng lệch về một phía, trẻ phải lao động quá sức sớm, trẻ ngồi học hay sinh hoạt không đúng tư thế... Khi trẻ bị vẹo cột sống thì khả năng phục hồi khó, việc điều trị cần phải kiên trì, khoa học và cần có thời gian dài.

Bệnh tật lứa tuổi học sinh phổ thông đang có chiều hướng gia tăng gây lo lắng cho các bậc phụ huynh. Đáng ngại hơn khi biết rằng, nguyên nhân chính gây bệnh cho các em bắt nguồn từ việc học tập tại nhà trường. Trong đó, bệnh cận thị đã ngày càng tăng đến mức có thể nói "vào trường gặp... đít chai". Tuy nhiên, nghiên cứu mới đây còn phát hiện thêm những căn bệnh khác như lệch vai, vẹo cột sống.

Kết quả điều tra chuyên đề cho thấy, tại Hải Phòng có tới 4,88% trên tổng số học sinh bị vẹo cột sống. Phân tích sâu từ số liệu này lại có thêm những kết quả khác: Tỷ lệ học sinh bị vẹo cột sống ở nội thành tăng dần theo cấp học; số trẻ bị vẹo cột sống ở ngoại thành và hải đảo bao giờ cũng cao hơn khu vực nội thành trên tất cả các tiêu chí so sánh.

Theo các bác sĩ chuyên khoa, các nhà khoa học giáo dục thì những yếu tố sau đây chính là lý do phát sinh gây bệnh vẹo cột sống: do trẻ bị mang vác nặng lệch về một phía, trẻ phải lao động quá sức sớm, trẻ ngồi học hay sinh hoạt không đúng tư thế, bàn, ghế và ánh sáng không đảm bảo đúng tiêu chuẩn cho trẻ khi học bài tại trường cũng như tại gia đình.

Đáng tiếc là từ nhiều năm qua, ngành Giáo dục trên phạm vi cả nước và Hải Phòng nói riêng, hầu như chưa có nơi nào thực sự quan tâm đến những khả năng gây tác hại xấu đến sức khỏe của học sinh. Nhiều áp lực về học hành, lao động với cường độ cao đè nặng lên đôi vai trẻ nhỏ nhưng lại chưa được nhìn nhận, đánh giá, phân tích bằng nhãn quan khoa học, tâm, sinh lý lứa tuổi.

Đến nay, khi mà đất nước đã không ngừng phát triển, công tác giáo dục tại các nhà trường đã bắt đầu tiếp cận bằng nhãn quan khoa học thì chúng ta vẫn chưa xây dựng được cái tạm gọi là "tác phong học đường" cho các em. Vì vậy, những thói quen tệ hại trong quá trình học tập ở trường cũng như tại nhà đã không được ai uốn nắn, hoặc không biết gì để điều chỉnh.

Căn bệnh đi từ không đến có, từ ít đến nhiều. Và chỉ khảo sát sơ bộ thôi đã có tới gần 5% số học sinh mắc bệnh vẹo cột sống. Nếu không có các giải pháp điều chỉnh kịp thời, con số này sẽ gia tăng nhanh chóng.

Thật đáng lo lắng khi biết rằng, cong vẹo cột sống làm trục của hệ xương thay đổi, ảnh hưởng đến sức khỏe, khả năng học tập, lao động và đối với các bé gái còn bị lệch xương chậu, ảnh hưởng đến sức khỏe sinh sản sau này.

Về mặt lâu dài là di truyền, ảnh hưởng xấu đến... giống nòi. Mặt khác, bệnh vẹo cột sống tiến triển âm thầm, kéo dài nhiều năm và bị chi phối bởi rất nhiều yếu tố, nguy cơ. Khi đã mắc thì khả năng phục hồi khó, việc điều trị lại cần phải kiên trì, khoa học và cần có thời gian dài. Nhất là sự điều chỉnh những thói quen đã nhiễm sâu thành hành vi thường ngày của từng học sinh.

Thay đổi hành vi khi còn chưa muộn

Từ phát hiện mang tính khảo nghiệm này, Trường Đại học Y Hải Phòng phối hợp với Sở GD & ĐT và Sở Y tế đã quyết tâm tiến hành nghiên cứu, xây dựng đề tài "Thực trạng, yếu tố nguy cơ gây vẹo cột sống - giải pháp phòng ngừa phục hồi chức năng cột sống cho học sinh tại Hải Phòng".

Do tính chất bức xúc, ý nghĩa xã hội nên đề tài này đã nhanh chóng được Hội đồng khoa học thành phố nghiệm thu. Đây có thể là một đề tài phát kiến từ Hải Phòng rất đáng hoan nghênh và đáng để nhân rộng trên phạm vi cả nước.

Xét từ những giải pháp mà đề tài đưa ra, thì việc khắc phục mới chỉ dừng lại ở khoa học thực nghiệm, lấy hành vi điều chỉnh hành vi, lấy những quy định mang tính bắt buộc để thay đổi thói quen. Ví dụ: bàn, ghế đúng quy cách, chỗ ngồi học đủ ánh sáng, không mang vác nặng, luyện tập thể dục vừa sức thường xuyên...

Tuy vậy, như đã nói, đây là việc không dễ vì thói quen là thứ khó thay đổi nhất nếu chỉ thực hiện theo kiểu minh họa cho đề tài và đề tài chỉ là một công trình nghiên cứu khoa học xa rời cuộc sống. Vì vậy, quá trình thực hiện đề tài, đề nghị các tác giả cần tiếp tục chứng minh bằng lý luận khoa học vì sao việc thay đổi hành vi học đường phải làm như thế này mà không làm thế khác.

Bên cạnh đó, ngành Giáo dục, các nhà trường, các bậc phụ huynh cũng cần thay đổi ngay nhận thức, tập trung thành mối quan tâm hơn về đầu tư cơ sở vật chất đủ tiêu chuẩn tại các nhà trường, trong gia đình nhằm cung cấp cho các em những điều kiện học tập tốt nhất, khoa học nhất mà không hề ảnh hưởng đến sức khỏe nói chung và cột sống nói riêng. Đừng để trẻ em hôm nay...

"ông cụ" ngày mai

Lê Minh Triết