

孩子， 下腰危险



10月的某个早晨，内蒙古呼和浩特一家医院里，急诊室医生看完一个6岁女孩的核磁共振报告，直接告诉家属，需要马上带孩子去北京。这个孩子是刚从400公里外的巴彦淖尔转来的。

孩子是在完成一个叫“下腰”的舞蹈动作时摔了一跤，无法站立，被送到了医院。在巴彦淖尔，急诊科医生叫来了儿科和神经科的同事。医生们看着两张影像报告和躺在面前的女孩，都无法确诊。

第一次对孩子腰椎进行CT扫描之后，影像上没有发现骨折，脊柱也没有异常。放射科医生随后扩大了范围，从腰部到颈部给孩子做了核磁共振。报告提示，被脊柱保护在椎管内的脊髓，出现了水肿。放射科医生怀疑可能是脊髓震荡，说没什么大问题，他对孩子母亲罗静解释说：“就是和脑震荡一样，过两天就好了。”

神经科医生判断是脊髓炎，也可能是脊髓损伤。他注意到孩子隆起的腹部，凭经验说了一句：“是不是尿不出来了？”

那一刻，罗静反应过来，女儿膀胱中有一片黑影，却说没有尿意，这意味着小便失禁了。

脊髓损伤发病机制 专家至今无法弄清

此类问题中，孩子的哭声是响亮且直接的信号，但老师和家长对此习以为常或毫无头绪。时至今日，针对脊髓损伤的孩子，医学专家仍然无法完全弄清确切的发病机制。

通过倒推，所有人都无法忽视的是，绝大多数孩子都做了一个相同的动作——下腰。这是舞蹈中一个常见的动作，需要舞者将腰部作为主要发力点，双臂和上半身后仰，直至双手撑地，身体最终呈现出拱桥的形状。

脊髓和大脑同属人体的中枢神经系统。“就像用一把剪刀，将豆腐脑般的脊髓剪断了。”北京儿童医院神经内科主任医师韩彤立这样对记者解释下腰导致脊髓损伤的原理，流通的血液被阻断，神经在缺血中死亡。儿童充满水分的柔软的脊柱，能够让骨头和韧带恢复如初。而神经组织一旦损伤，则是永久性的，无法修复。

“剪刀”松开，血液恢复供应，会产生严重的水肿，血液流通在损坏的神经组织中，还会加重损伤的程度。脊髓损伤之后，周围的肌肉再也接收不到大脑的指令，身体的部分感觉和功能开始丧失。外在表现是，乏力，摔跤，无法行走，直至瘫痪。

最早的警告不一定是哭声。江苏省句容市一个5岁的女孩在下腰后摔倒，老师搀着她重新完成下腰和其他舞蹈动作。对于女孩多次说过的“脚疼”，舞蹈老师事后在法庭上表示，以为是孩子想偷懒。

浙江省义乌市另一个不到5岁的女孩，练习腰部动作时跌倒。舞蹈班的其他小朋友告诉了老师。她休息了不到10分钟，老师询问能不能继续练习，她答应了。

离下课大约10分钟的时候，这个女孩哭着收拾了自己的软垫。她走向墙边，连续摔倒了两次，老师对她进行了腿部和腰部的按摩。

孩子被送到医院，医学影

像中看不出明显的异常，诊断结果是腰扭伤。

女孩仍然哭闹说腿腿痛。当晚，母亲带她赶到了金华市中心医院急诊科，不到10分钟，家属收到了病危通知书：腰部损伤以及脊髓损伤。

有些信号可能更早。杭州的一名9岁女孩在通过中国舞等级考试第五级之后，偶尔会跟家里人提起有些吃力了，她的抱怨包括“有点累，腿酸”。除了舞蹈，她周末还排满了线下和线上课程。

家庭内部开始出现分歧。父亲背着母亲联系了一家训练强度不高的艺术团，母亲则希望她在少年宫再坚持一段时间，考到十级。但在2021年春节前的最后一次课上，她出事了。在完成一个胸腰部贴地、四肢和头向上仰的“小飞机”动作之后，她逐渐无法行走，大腿根部以下的皮肤失去了感觉。

今年11月，一位母亲带着女儿第二次来到首都医科大学宣武医院。几天前，孩子在训练之后感到双腿乏力，无法行走。医生使用大剂量激素对她实施了急救。第二次就医，这位母亲咨询女儿还能不能继续跳舞，神经外科主任医师陈赞劝她：“你要是专业搞这玩意，那就算了，说明这孩子禁不住这么折腾。”

“我们就是专业的，来北京集训的。”家长留下这些话，带着女儿走了。

陈赞见过因为跳舞导致瘫痪的孩子，十个有八个是因为下腰。他介绍，成年人脊柱安全的活动范围为：腰椎左右旋转45度，前屈后伸60度，左右侧屈60度。这个范围已经足够满足人体大部分运动了，下腰则需要更大幅度的拉伸。尽管相比成人，儿童脊柱和韧带的弹性更大，但同样不能过度拉伸。

早在2010年的第五届北京国际康复论坛上，就有来自辽宁省锦州市中医院、中国康复研究中心脊柱脊髓外科、首都医科大学康复医学院的三位医学研究者第一次将舞蹈练习列为儿童脊髓损伤的主

要成因之一。那一年，他们收集了直属中国残联的中国康复研究中心北京博爱医院2000年至2010年收治的54名儿童脊髓损伤患者，发现由于舞蹈练习受伤的孩子有5名。

他们在论文中提示：“一种新出现的致脊髓损伤因素：舞蹈练习正悄然增多，应引起全社会的重视。”他们警告说，这些损伤将对患儿未来“造成灾难性损害”。

脊髓损伤患儿越来越多

之后的时间里，北京博爱医院收治了越来越多的儿童患者。2020年4月，这家医院12位医生联名发表了一篇论文。他们收集了2015年至2019年医院收治的221位儿童脊髓损伤的数据。5年时间里，因运动受伤的孩子有78个。因下腰导致脊髓损伤接受康复治疗的孩子，2015年是9名，2016年8名，2017年13名，2018年21名，2019年24名。5年75名儿童都是女孩，5至7岁的就有60名。

浙江一个叫何军的男子在一个微信群里做着自己的数据分析，他本身就从事数据相关工作。微信群是一位脊髓损伤儿童的家长早年建立的，群成员已经发展到400多人，分布在全国各地。

2019年暑假，何军5岁多的女儿在祖父母的陪同下，到一家名为“灵舞轻音”的培训机构上舞蹈课。课间，孩子哭着从教室里走出来，祖父母从其他同学的七嘴八舌中，得知她上课摔倒了。

他们只是安慰了一下孩子，让她回去上课。当她重新走进教室的时候，脚步已经不稳了。祖父这才察觉到异常，站在教室后门上唯一的小玻璃窗后观察。

第二节课开始了，5分钟之后，她摔倒在地，再也没有站起来。她的肋骨以下失去知觉，坐上了轮椅。

很长一段时间，何军怀疑是女儿先天存在问题。进入那个微信群后，他发现，时不时有相似经历的家

长加入，并且受伤的都是女孩。

2020年，国内暴发了新冠肺炎疫情，在形势最为严峻的上半年，他观察到，群里几乎没有新增成员。线下培训当时都暂停了，直到5月才陆续复课。

何军意识到，如果是孩子自身的问题，无论有没有疫情、有没有停课，都会有新的病例出现。

2020年6月，何军在群里发起了一项数据统计，邀请舞蹈导致脊髓损伤儿童的家长填写各自事故发生的时间和年龄。

146位家长填写了信息。在这份统计表上，最早的受伤者出现在2009年，自2016年开始，数字从个位数升到了两位数，之后每一年都比前一年多，除了2020年上半年——只有2个。

表格里，大多数孩子受伤的时候，只有5岁。

北京舞蹈学院根据不同年龄段的生理和心理特征，将中国古典舞和中国民族舞中一些基本舞姿、动作和舞步，分为了十三个等级，并于1993年出版了《中国舞等级考试教材》，这也是原文化部批准的唯一的全中国性的中国舞考级教材。

这套教材当中，前十级为普及型课程，供4至13岁孩子学习舞蹈。在适合9至11岁孩子的第六级中，才出现下腰动作。针对8至10岁孩子的第五级动作中，有前滚翻会运用腰部，第一次出现常见的压腿、踢腿等动作。

但是，在下腰导致脊髓损伤的大量病例中，受伤者集中于4至8岁的儿童。

这些孩子处于一个扩张的市场中。“天眼查”数据显示，近5年来，国内舞蹈相关企业年注册总量稳步上涨。2019年新增相关企业超过1.4万家，达到历史最高。

2019年3月25日，曾任北京舞蹈学院院长、中国舞蹈家协会副主席的舞蹈家吕艺生写了一封“给全国舞蹈教师”的公开信。

“有件事我必须提示大

家。”他以近年出现的儿童下腰致残的案例提醒同行，跳舞不等于练功。

他指出，无论中外，舞蹈专业招生，专业训练一般都设在12岁以后，因为此时儿童骨骼、肌肉、关节与神经系统基本成熟，大脑发育较健全，适于接受教育。

他呼吁社会重视这一问题，要对中华民族的未来负责。

女童损伤比例异常

需要指出的是，女性不是脊髓损伤的高发人群，儿童更加不是。

家长们很难接受，为什么“跳个舞”，孩子就瘫痪了。事发后，许多家长还被培训机构告知，他们的孩子是第一个。

2020年，中国疾病预防控制中心流行病学办公室，对外力作用下的创伤性脊髓损伤进行了研究调查。由于西部地区的数据缺乏，他们将调查范围局限于北京、天津、上海和大连等地区。在这些区域，每100万人当中，最多的地区有60人患有创伤性脊髓损伤，最少的不到20人。

中国康复研究中心北京博爱医院脊髓损伤康复科主任周红俊表示：“脊髓损伤发病率有一定特征。它和每个国家、地区的社会、经济、治安，包括人们的生活习惯都有很大的关系，例如南非就是以枪伤为主。”

2002年，中国康复研究中心曾与北京卫生信息中心成立一个脊髓损伤流行病学调查小组，抽查了全年北京86家医院收治的1077位患者，发现致伤原因主要是高处坠落和交通事故。当年，随着经济发展，大量农民进城务工成为建筑工人，在安全教育和措施缺乏的情况下，出现了大量的高处坠落事故。

在北京2002年的这次流行病学调查中，发现有两例是交通事故所致。当时，中国大城市的汽车保有量正在上升。而在一些发达国家，交通事故早已成为脊髓损伤的主因。