



苏秉苓 sohpl@sph.com.sg

早人物 儿科专家张尚琪：

问题孩童 多因陪伴太少 屏幕时间太多



▲这是张尚琪五岁时在植物园的画作。除了画画，她也弹得一手好钢琴，闲暇时会与拉提琴的儿子合奏。（受访者提供）

▶在医学界，儿科被称为“哑科”。面对哭闹不配合、许多人束手无策的幼童，张尚琪却如鱼得水，懂得“哄”得小小病患服服帖帖。（萧紫薇摄）



▶1987年，张尚琪（左）以优异成绩获颁总理书籍奖，她与时任社会发展部兼外交部第二部长黄根成（中）和当年南洋小学校长何振玉合照。（受访者提供）

◀张尚琪全家去年到法国旅行。（受访者提供）



整理指导手册 传授自闭症知识

根据一项初步筛查发现，新加坡的儿童自闭症患病率约为1%。自闭症属复杂的发展障碍，医学界至今未研发出有效治疗药物，只能通过行为训练和教育方式来改善病情。

谈到自闭症，张尚琪难掩担忧。她说，目前市面上有不少声称对自闭症有帮助的检测和另类疗法，像检测头发的化学物质、进行高压氧疗法、服用抗真菌、抗生素、高剂量维生素等，但医准良莠不齐。

为此，儿童发展中心整理了一套自闭症指导手册，包括如何筛查初期症状、诊断自闭症者需有的资格和训练。“我们希望控制和保持一定的医学水平，确保早期教育者和治疗师具备最低的专业知识，让自闭症童得到最佳照顾。”

俗语说，三分天生七分后天。在张尚琪看来，后天环境的影响确实更重要。天赋异禀的小孩，若生长在战火蹂躏的地方，终日在逃难，天赋就难以发挥。资质一般甚至是轻微残障，在家人关爱支持下，仍能发光发亮。

张尚琪说，孩童的行为往往是心灵的反映，尤其是年纪小，尚未有足够能力调节自己的情绪和行为的时候，这常令到父母难以理解也不易应对。

要改善行为问题，父母的参与至关重要，日常生活的训练对改善孩子的语言和发育障碍，成效显著，“治疗师的人数有限，过去我们总是依赖医生和治疗师进行康复治疗，但许多科学研究显示，父母的投入可以显著帮助改善儿童发展障碍，特别是自闭症，家长与治疗师双管齐下，效果更理想。”

因此，儿童发展中心正逐渐转向以培训父母为主的治疗模式，设计了一套远程指南，教导父母如何在家通过游戏或活动与自闭儿互动。中心正评估和改进这套指南，准备加入实体门诊部分，加强成效。

儿童发展科的复杂就在于此。治疗方式不仅仅是开药，还涉及家庭、学校、早期干预计划和社会各个层面，须投入大量精力，而最终结果很难完全控制。——儿科专家张尚琪

越来越多医学报告指出，有人呵护关爱的童年，对小孩不论在智力或行为的发展上益处良多。25年来，国立大学医院小儿发育与行为科主任张尚琪积极参与儿童全面发展医疗工作，从最初诊治儿童的神经相关疾病，参与社区儿童发展中心的设立，到展开各种纵向医学调查，为政府相关政策提供科学基础，她关爱小孩的心，远远超出医院诊所的范围。

——岁定终身，说的不是单纯的智力发展，还包括心智行为以至——情绪人格的发展。然而，现代大城市家庭面临的共同挑战是——时间贫乏。

时间压力以外，求快求高的生活节奏，讲究绩效成就的社会风气，牵动父母的身心情绪，连带冲击亲子关系，也影响儿童身心的健全发展。

陈腔滥调吗？这却是国大医院邱德拔—国立大学儿童医疗中心小儿发育与行为科主任张尚琪（50岁）客座副教授，当了25年儿童发展中心主任、看了近万名患有神经和发育障碍的儿童后，最深切最无奈的忧虑。

她给记者举了两个鲜明的实例。第一个是语言发育迟缓的三岁女童，由单亲妈妈抚养。妈妈因误把银行账户借人进行非法交易而入狱数月，女童交给外婆照顾。外婆是清洁工人，得为生活打拼，无法经常带外孙女到儿童发展中心来接受语言治疗。

中心了解情况后，穿针引线让女童每天到住家附近上半天的幼儿班。家庭条件简陋，外婆和妈妈给的爱却丰富饱满，积极寻求社区和慈善组织的帮助，让女童参加阅读班等各类辅助课。三年后，女童不仅说话流利，发育如常，还展现出绘画天赋。张尚琪说：“她的进步让我们既欣慰又惊讶！”

第二个例子是一个患有多动症和学习障碍的男童。他母亲患有精神问题，情绪难以自控，虽然爱儿子，却不懂得如何妥善应对多动症，一旦被触怒就动手打儿子。男童因而被送到儿童之家，同时接受多动症治疗。其间，儿童发展中心不时评估男童状况。一次，儿童之家送这个七岁的男童来复诊时，男童哭着对张尚琪说，他想妈妈，想回家，即便可能再受皮肉之痛。

提到这个病例，张尚琪几度哽咽地说：“这是很令人心酸又无奈的故事，男童的母亲心有余而力不足，想爱却无法做到。”男童的其他发育障碍依然得靠药物控制。

这两个例子以小见大，印证了许多医学研究结果：儿童的发育成长与人际关系中息息相关。在生命启航的最初几年，稚龄幼童与主要看护者形成强烈而安全的纽带，这不仅有利于大脑的健全发育，也为他们的情感发展和未来处理人际关系的能力奠定基础，面对未知时更能自信坚韧。

这个早期儿童依恋理论，由英国医生约翰·鲍尔比（John Bowlby）提出，张尚琪很是认同。“主要看护者、家庭成员和教育工作者应该提高对儿童早期经历认识，尤其是父母在孩子成长中的角色，不能被低估。幼儿如果长期处在被忽视或虐待的不良环境中，长大后犯罪行为或因依恋引发的负面情绪风险更高。”

张尚琪也是国大杨潞龄医学院儿童整体学习和发展中心副主任。她说，本地的这方面的工作，要追溯到1980年代。当时卫生部设立儿童发展筛查计划，不过没有足够资源全面评估和跟进疑似有发展和行为问题的婴幼儿。1991年，卫生部设立发展评估诊所，改善特需孩童的发展和康复服务。诊所在1997年更名为儿童发展单位，设在竹脚妇幼医院和国大医院。儿

童发展单位由几名语言治疗师、物理治疗师、心理医生和儿科神经专科医生组成，规模不大，主要看诊需早期干预和长期追踪关注发展的儿童。

不喜欢看小孩死亡 所以选择儿科脑科

1998年张尚琪自医学院毕业后不久，加入国大医院的儿科部。儿科分为心脏科、癌症、急症等不同专科，因为“不喜欢看到小孩死亡”，她选择儿科脑科，同时参与了这个儿童发展计划。

2008年，张尚琪结束在美国哈佛大学波士顿儿童医院的半年训练后，加入儿童发展小组，并从2010年担任小组主任，直到现在。

张尚琪因为非常喜欢小孩所以选择儿科，但男童这样的病例，让她深感个别医生的力量单薄。

“上面的病例只是沧海一粟，他们来找我，我才有机会帮忙，其他不能来或是没来的，我帮不到。庆幸的是，社区和学校里有很多热心帮忙这些孩童的

人，如果把个别力量凝聚起来，就能发挥涟漪效应。”

本着要在制度上“帮孩童发声”，特别是弱势群体，这10多年，她除了例常看诊，还腾出许多工余时间参与政府部门、医疗机构、社区组织和学前教育机构的儿童早期干预和教育倡议工作，分享自己的临床研究和经验，作为政策制定的科学基础。

张尚琪是卫生部2021年跨部门母子健康工作小组的成员，参与制定如何改善妇孺健康的五年战略；她发起了“HEADS-UPP”项目，通过与学前教育机构和社会工作者合作，为低收入儿童提供全面的预防性健康服务和发展支持。

此外，她是2023年发布的全国屏幕时间使用指南的联席主席；2016年她受委为咨询小组成员，研究如何让特需儿童接受强制特需教育，并在2018年，担任教育部特需教育的特需学生心理教育评估及学额专业作业指导的副主席。

此外，她也参与评估“幼儿培育辅助计划”（KidSTART）展开的研究。这

个计划主要是援助低收入家庭孩童与家长，提升亲子互动质量、培养育儿技巧与信心。2021年，她凭着这些贡献获得社会及家庭发展部之友的表扬奖章。

20多年过去了，帮孩童发声的热忱没有减退，只是聚焦的重点随社会变迁而改变。

儿童患上情绪控制等问题 与过度使用电子设备有关

张尚琪说，本地儿童自闭症或多动症的病例数量近年来趋于稳定，但轻度发展障碍的病例有所增加，像情绪控制、专注力不足、行为问题。问题的导因，似乎离不开过度使用屏幕、过度消费能持续提供新鲜刺激和迅速满足要求的电子设备。

“可能是公众意识提高，父母更留意到孩子不太正常的表现，也或者是父母不知道如何应对而来求医。”

这个转变也反映了社会的变迁。现代孩童的健康条件和物质资源优于祖父母辈，但整体成长经验却不同：与电子

设备独处的时间增加，到户外活动、与人互动、甚至与父母相处的时间减少，形成一种“连线却不连心”的孤独感。

“这个发展经验会带来什么后果，对幼儿成长影响多深远，会否产生更多情绪管理、专注力和行为问题吗？值得我们深思。”

张尚琪说，家庭环境不好、父母心理健康状况不佳或压力过大，对孩子的社交情感影响越大。时间贫乏下，父母少了培养孩子健康思维的机会，也失去教导孩子如何客观面对生活、如何自我激励的宝贵时间。

“儿童发展科的复杂就在于此。治疗方式不仅仅是开药，还涉及家庭、学校、早期干预计划和社会各个层面，须投入大量精力，而最终结果很难完全控制。”

感到沮丧吗？

“不会！我觉得我的工作意义重大。我们和一般专科医生不同，我们有更多机会把观察到的一些问题，通过与政府部门或机构合作，从制度和系统上去推动变革。”

自己艰辛怀孕生产 才体会为人母不容易

“作为一名母亲，我从不去判断别人，因为没有完美的父母，我也不例外。我也不知道自己孩子10年后会是什么样子。重要的是，孩子的成功或失败，不等同于父母。”

终日为孩子看病治病的儿科医生，总让人联想到自己儿女成群。然而，造人这件事，老天却给了张尚琪很大的考验。

她属于半高危妊娠孕妇，怀孕时经历了很多起落，而后两次妊娠，因胎盘营养不足，须在家休息，并接受注射和药物来保胎。

说起这段经历，她含着笑意的双眸渐渐充满了泪水，几句话后，眼泪流了下来，她带着歉意拿起纸巾擦干，看来

心头还有痛。幸运的是，儿子和女儿相继顺利出生，圆了她当母亲的心愿。如今，儿子17岁，女儿12岁。

“医生成为病人是很恼人的，因为我们有医学知识，想得比一般人多。”

母亲要她从小学好华文 访问全程都以华语对答

她坦言，为人母之前，她依据课本理论指导病人，经常劝新手妈妈注重营养多休息。为人母后，才深刻理解知易行难的生活限制，像奶水不足、涨奶、深夜累得无法起身哺乳、宝宝不愿喝母乳等，每个婴儿和母亲的情况不同，如何适度向病人解释、不造成过度担忧、

怎样管理性格不同的病人等，都是经验的累积。

全程访问，她以华语对答。她谦虚地说：“我母亲要我搞好华文，小学让我念南洋小学。后来觉得我的华文很好，英文差，就让我去莱佛士女中。”成绩斐然的她，小六离校会考只比全国状元少一分。

78岁的母亲退休前是数学教师，当年以中文完成南洋大学的数学系学位，是张尚琪的母语启蒙老师。84岁的父亲退休前从事资讯科技业。

念书时，张尚琪对生物科兴趣浓厚，A水准考完后，到陈笃生医院的儿科部门当义工，每星期到医院陪伴生病

住院的小孩一两次，做得开心起劲。

实习期间到各部门轮转时，儿科是她最向往的部门。“每天可以看到天真可爱的小孩，很开心。看到小孩生病，心底深处就会产生强烈的推动力，一定要帮他们迅速复原，找回笑容。”

儿科医生接触的患者都是孩子，孩子们有体征却不一定说得清楚症状，在医学界被称为“哑科”。儿科医生像是打哑谜专家，除了推敲诊断“无法言喻”的症状，应付焦虑的家属也考功夫。

面对哭闹不配合、许多人束手无策的幼童，张尚琪却如鱼得水，“可能是我有小孩缘吧，很容易跟小孩沟通，能

哄得他们放松，让他们愿意和我边玩，边让我检查他们的身体。”

收买小孩的心，得出糖果吗？

“哈哈，不用糖果，重要的是懂得以小孩理解的方式沟通，像八九岁的小孩，表面上似乎挺成熟，但不一定懂得如何表达心底真正的想法，我们接触小孩多了，能准确说出他们心中无法言喻的感受，帮他说出他喜欢什么、讨厌什么，他自然喜欢亲近我这个阿姨。”

她嘴里的“哄骗”术，其实是爱心使然。“小孩很纯真，没有城府，你真心对他好、疼爱他，他自然明白，自然信任你，愿意与你配合。这是单纯且最真诚的心与心的交往。”