

## 患儿久咳病因多多



### 久咳不止,孩子输抗生素3周

前些天还是北风怒吼,今天太阳就探出了头。北方的天气就是这样,骤冷骤热,温差较大,还有些干燥。上午10时,9岁的灿灿来了。这孩子看起来免疫力比较差,因为她面色发黄,没有光泽。健康的小朋友(尤其是女孩子)应该面色红润,白里透红。

灿灿的爸爸说:“医生,这孩子3星期前发烧,经检查发现是细菌感染引起的,输液两天就退烧了。可是,她却不停地咳嗽,血常规、肺部X线检查都没有问题,医生说是急性支气管炎,要消炎炎症,就又输液好多天。”

这时,灿灿插话说:“伯伯,我输液都3星期了。昨天,输完液,我就开始拉肚子,一天拉了六七次。我什么时候才能好呀?”我一听就明白,这是滥用抗生素引起副作用了。

经过仔细思考,我为灿灿开了一个中药方:陈皮6克,半夏6克,茯苓9克,苏子6克,白芥子6克,莱菔子9克,紫菀9克,款冬花9克,细辛3克,干姜6克,五味子6克,白术9克,5剂,水煎服,每天1剂。

### 遇到久咳,莫忘化痰祛湿

既然灿灿经血常规、肺部X线检查都没有问题,也不是急性支气管炎,灿灿到底患了什么病呢?

灿灿患的正是中医所说的痰湿咳嗽。对于现代医学来讲,痰湿咳嗽没有与之相对应的病名,因此从事现代医学的医生在诊断时就把它往某种症状比较相似的疾病上靠,比如支气管炎、支气管哮喘、咳嗽变异性哮喘等。实际上,患儿可能只是嗓子里痰多。现代医学对这些疾病经常给予抗菌消炎、促进痰液吸收的治疗方法,也就是我们常说的抗生素治疗。结果,输了几天液体后,孩子的症状可能并不能减轻。

因此,如果孩子喉间有痰且久咳难愈,家长要注意化痰祛湿,勿给孩子乱扣急性支气管炎、咳嗽变异性哮喘等疾病的帽子。

### 容易误诊的过敏性咳嗽

在久咳的患儿中,还有一种容易被误诊的疾病是过敏性咳嗽,也被称为咳嗽变异性哮喘。过敏性咳嗽是机体对抗原性或非抗原性刺激引起的一种持续性炎症反应,患儿常出现持续性或反复发作的剧烈咳嗽。如果不及早诊断和积极治疗这种咳嗽,大约一半的患儿会出现哮喘症状,甚至发展为支气管哮喘。因此,家长一定要重视。

那么,如何鉴别儿童患的是不是过敏性咳嗽呢?过敏性咳嗽的病程较长,一般持续3周以上。大部分孩子的咳嗽为刺激性咳嗽,有痰液。医学研究表明,这种疾病有家族史或个人过敏史,大多数患儿在婴幼儿期有婴儿湿疹和过敏性鼻炎病史。

由于过敏性咳嗽在静脉滴注抗生素或服用止咳药物时没有效果,这类患儿容易长期滥用抗生素。

小兒过敏性咳嗽是常见病,至今尚未引起医生和家长的足够重视,误诊率为70%~80%。许多患儿因慢性或反复咳嗽被当成上呼吸道感染或支气管炎,长期以来一直治咳嗽,大量使用抗生素和止咳药,既延误了病情,又造成了抗生素的滥用和耐药。这种情况在临床中一定要注意。

(郑州市 都修波 何世植)

### Y 异域传真

### 心情焦虑的人易患卒中

焦虑会对心脑血管产生负面影响。美国研究人员进行的一项长期研究表明,焦虑会增加人们患卒中的风险,焦虑感越强,卒中的风险就越大。与焦虑感最轻的人相比,焦虑感最强的人患卒中的风险会高33%。



这项研究选取了6000多名年龄为25~74岁的志愿者,他们都参加了从上世纪70年代早期开始的第一届“美国国民健康和营养状况调查”。研究人员通过采访、医学测试和问卷调查的方式评估了这些参与者的焦虑程度。在随后22年的追踪随访中,研究者利用医院或疗养院的医疗记录和死亡证明来记录他们出现卒中的情况。

在控制了影响人们患上卒中的其他因素之后,得出了上述的结果。

研究人员指出,焦虑感强的人更有可能抽烟和不爱运动;焦虑感上升,应激激素就会增加,脉搏和血压水平也会上升,这都是卒中发病的危险因素。

### 玩游戏有助于控制血糖

德国学者进行的一项试验显示,玩运动类的电脑游戏有助于2型糖尿病患者控制血糖水平。

研究人员召集了220名糖尿病患者参与了试验,要求其中一半的人每天玩电脑游戏半个小时,持续3个月。结果显示,玩游戏的糖尿病患者不仅减轻了体重,血糖水平也得到了控制。随后,另一组人也玩了这种游戏,获得了类似的效果,他们体内的糖化血红蛋白量控制在一个比较健康的水平。由此,专家认为,电脑游戏能对健康产生一定的积极影响。

对于糖尿病患者来说,积极参加运动尤其重要,因为它有助于人体更有效地利用胰岛素,从而维持身体的健康。专家称,玩电脑游戏也是人们锻炼身体的一种替代方式,坚持下来也十分不易,研究过程中有1/3的参与者因坚持不下去而退出。但是也有专家认为,尽管玩游戏对控制2型糖尿病有着十分积极的意义,但是要注意游戏时间,不要过分沉溺。

### 应注意抗癫痫药的副作用

德国日前发表研究公报称,常用的抗癫痫药物丙戊酸可能加重脑神经细胞炎症反应,因此在选择癫痫治疗药物时不应仅考虑其对癫痫病症的控制程度,还应重视药物在中枢神经系统的细胞炎症反应中的副作用。

研究小组对4种抗癫痫药物丙戊酸、加巴喷丁、苯妥英和卡马西平进行了试验。结果显示,丙戊酸和加巴喷丁对神经胶质细胞的培育效果超过苯妥英和卡马西平,但是丙戊酸会加重大脑神经细胞的炎症反应,而卡马西平对脑细胞的炎症有较好的抑制效果。



研究人员还发现,抗癫痫药物对炎症的影响效果还与用药的剂量有关。这意味着,不同的抗癫痫药物对神经胶质细胞和神经元的影响可能各不相同。

### 类风湿关节炎遗传?

一个国际研究小组日前报告说,他们通过大规模基因研究发现,患类风湿关节炎的风险可能与40多个脱氧核糖核酸(DNA)区域有关,未来有望通过修补这些“薄弱环节”来治疗类风湿关节炎。

类风湿关节炎是常见的慢性病,严重的会导致关节畸形,是人们残疾和丧失劳动力的主要原因之一。此前医学界已经确认,遗传因素、自体免疫系统紊乱和环境因素都可能致类

风湿关节炎,但是并未弄清以哪种因素为主。

美国和澳大利亚、日本等国的研究人员,在新一期英国《自然》杂志商报告了这项研究成果。他们进行的这项跨种族全基因组关联研究涉及超过10万余名欧亚各国居民,其中近3万人患有类风湿关节炎。对比研究显示,类风湿关节炎患者有42个DNA区域可能是导致患病风险增加的“薄弱环节”。

(以上内容为本报综合摘编)

### K 控烟在路上

### 吸烟是个人行为?



吸烟属于个人爱好,就像有人喜欢吃零食?

吸烟、喝酒、吃零食的确是不同人的不同爱好和选择。但是,每个人都应选择文明、健康的生活方式和生活习惯。世界卫生组织一直倡导人们选择健康的生活方式,提高生活质量。科学已经证实,吸烟有害健康,可导致多种疾病甚至死亡,选择吸烟就意味着选择烟草烟雾危害,选择给自己、亲人、朋友增加患多种疾病的风险。因此,请千万不要选择于己、于人都不利的吸烟作为爱好。

吸烟是我的人生享受,能享受时就应该尽情享受?的确,每个人都有自己的兴趣和爱好,也需要一定的享

受和娱乐,这无可厚非。但是,很多人以为自己在享受时,并不清楚这种享受带给自己的危害。在摇头丸、冰毒等面世时,不少人认为这是一种时尚和享受,但是它们实际上是毒品。烟草在很长的历史时期里,也曾被认为是“积极”的东西,但近50年的科学研究已经证实,它也是严重危害人类健康的“毒品”。

烟草和海洛因、冰毒等都是成瘾性物质,区别在于后者很快成瘾,而前者成瘾相对较慢。不少人吸毒,前两次都很兴奋,可是成瘾之后,如果不使用就会出现各种身体和心理的不适。烟草也一样,也许最初是为了“提神”“潇洒”而吸烟,但是会逐渐变成为了避免难受而吸烟。不少烟民在禁止吸烟的场所待的时间过长,就会焦虑、坐立不安,这是因为他的烟瘾发作了,他已经被烟草奴役了。因此,世界卫生组织把烟草成瘾列为一种神经精神类疾病。

(河南省疾病预防控制中心/供稿)

### J 结核防线

## 老年人容易得结核病

□ 庄严



科学研究发现,结核病的患病率随年龄的增长呈上升趋势。为什么会发生这种情况?在日常生活中,人们应该注意哪些问题,才能有效地避免结核病的发生呢?在老年结核病患者中,为什么男性患

者远远高于女性?其实,结核病的感染,没有绝对的性别差异。男性患者比例高,可能与其自身的生活方式和行为有关。男性大多有吸烟史,而吸烟者罹患结核病的概率比无吸烟史的人群高数十倍。而且男性相对于女性而言,社交范围广,接触和感染结核病的途径也相对较多。

为什么老年人更容易患结核病呢?这主要与老年人细胞免疫力低下或患有其他一些慢性病,易被结核杆菌感染而发病有关。因此,老年人如果年轻时患过结核病,近期有反复咳嗽、发热、食欲不振、体重减轻、痰中带血丝等症状时,就要提高警惕,及时去专科医院诊治,减少对家中人员及其他人的传染概率。

结核病并不可怕,只要了解结核病的感染途径、科学预防、早期发现、正规治疗,就能有效地遏制结核病的感染和传播。除此以外,大家应该养成健康的生活方式和饮食习惯,注意膳食中的营养搭配,加强体育锻炼,才能更好地预防结核病。

(作者供职于河南省疾病预防控制中心)

### 链接

### 老年结核病的特征

- 起病:多隐匿,悄悄发生和发展,病程长。
- 常见有五大症状:咳嗽、咯痰、痰中带血、胸痛、气短。咳嗽为首发症状。
- 合并症:常合并呼吸系统、心血管系统疾病及糖尿病等。
- X线检查:多不典型,继发型肺结核最多,空洞多,40%并发肺气肿。
- 痰菌:较中青年患者高。
- 转归:随年龄增大而降低。
- 肺结核合并肺瘤:逐步上升。
- 老年血行播散型肺结核:多发病缓慢,亚急性性多,误诊率达50%。

(河南省传染病医院/供稿)

### J 健康口腔

### 恒牙迟迟不萌是怎么回事?

小葵从小就爱吃零食,牙齿还没有换完就长了蛀牙,并让蛀牙自由脱落了。小葵今年12岁了,按理说牙齿应该更换一遍,但他还有1颗牙齿没有长出来。在河南省直第三人民医院检查后,口腔科医生林楠说:“其他的牙齿长得非常好,只有1颗恒牙长不出来,原因可能是乳牙过早缺失,使新的恒牙被阻生了。”

即使新牙已经长出,牙槽骨也很难顺利长出。这时就必须行微创“开窗”术,帮助恒牙萌出。

二、恒牙胚发育异常:恒牙胚倒置阻生或者恒牙根发生弯曲等,本身无法正常萌出,必须依靠开窗助萌,然后采用正畸牵引助其正常萌出,否则会造成该处一生缺牙。

三、多生牙:这种情况比较常见,有时会在两颗正常的恒牙间长一两颗多生牙。多生牙不但会影响正常恒牙的顺利萌出,而且存在时间过长易形成含牙囊肿,需及时拔除,以便让恒牙萌出。

牙科助萌术会不会导致牙齿不整齐?林楠表示,助萌术只是帮助新牙萌出,是一种健康、比较自然的方式,不会导致牙齿不齐。

(郑州市 李雪珂)

### Z 众说纷纭

### 植物能除PM2.5?原来是夸大其词!

冬季,郑州经常出现雾霾天气,PM2.5(环境空气中空气动力学当量直径小于等于2.5微米的颗粒物)着实给人们的生活和工作带来了很大困扰。在这种情况下,郑州一些花贩纷纷打出了“植物吸收PM2.5”“植物除尘”的名号,一些号称具有除尘功能的植物(如滴水观音)等成了群众选购时的热门植物。那么“植物能除尘”以及衍生出的“植物能吸收PM2.5”的说法真的有效吗?

对于如何应对雾霾天气,王金亮建议,出现雾霾天气时,最基本的原则是减少外出,避免接触污染源。细微颗粒绝大部分进入呼吸道,还有一小部分进入血液系统,群众要多吃蔬菜和水果,补充维生素,增加自身抵抗力;另外注意多喝水,加速身体的新陈代谢。(郑州市 单良)

郑州人民医院呼吸内科副主任医师王金亮说,植物叶面沾染灰尘是因为在植物叶片表面是由大牙交错的表皮细胞构成,在表皮细胞外还会分泌产生的一些角质或蜡质层。这些粗糙的叶片表面,大大增加了叶片的表面积,当尘埃落在叶片上时,就被阻滞、吸附在凹凸的缝隙之中。对于PM2.5颗粒,还可通过气孔进入植物叶片,停留在植物叶片内。可见,植物对于那些“自投罗网”的尘埃有一定的吸附作用,但是对室内其他地方就“望尘莫及”了。之所以认为滴水观音会除尘,是因为它叶片大、更容易观察到“落灰”现象罢了。

对于如何对雾霾天气,王金亮建议,出现雾霾天气时,最基本的原则是减少外出,避免接触污染源。细微颗粒绝大部分进入呼吸道,还有一小部分进入血液系统,群众要多吃蔬菜和水果,补充维生素,增加自身抵抗力;另外注意多喝水,加速身体的新陈代谢。(郑州市 单良)

### 当前国人心理问题之五

## 母与子都要“心理断奶”

在《断奶》这部电视剧中,“80后”小夫妻工作能力强却不懂做家务,就像没有“断奶”的大孩子。双方父母一边抱怨子女缺乏自理能力,一边事无巨细对孩子的生活大包大揽,引发一系列让人啼笑皆非的故事。

心理“脐带”难舍难分 这其实是很多家庭的真实写照。对家长来说,学习要管,生活要管,工作也要管;对孩子来说,上学被陪读,工作被陪住,相亲被陪“审”。二者之间似乎总有一根割不断的隐形“脐带”,一旦分隔太远,双方都会不适应。

幼儿园里,很多刚入园的小朋友又哭又闹地找妈妈,家长在墙外伤心流泪;越来越多的父母追随孩子到陌生的城市租房陪读……“分离焦虑”,成为摆在父母和孩子面前的一道难关。据统计,每年有5%的大学新生因不适应环境而退学。

过度依赖诱发“心病” 人的一生就是在不断的离别中成长和成熟。幼年离开母亲的怀抱,开始探索世界;童年离开家人的呵护,逐渐发展自我;青年离开长辈的指点,构建独立生活……在这个过程中,家长和孩子的任何一方过度依赖,就可能出现心理不适应,甚至诱发焦虑、抑郁。

包办太多剥夺个性。中国父母溺爱孩子是出了名的,被社会学家形容为“直升机父母”——随时在孩子“上空”盘旋,有需要立即补给,有困难随时出面。如此“全方位”的保护下,孩子的独立人格难有机会得到发展。

压力太大不愿面对。面对生存压力,很多缺乏人生阅历和经验

的年轻人感到恐慌,难以应付。特别是从小一帆风顺的“80后”“90后”,因缺乏必要的挫折和磨难教育,容易产生依赖心理,寻求家长的“保护伞”。

寄托太深难以自拔。孩子承担着很多父母一生的期望,从生儿育女开始,他们生活中的一切喜怒哀乐都与孩子密切相关。当孩子任何一方过度依赖,就可能让家长空巢,对未来无所适从,内心空虚、寂寞、惶惶不可终日。

“断奶”把握3个关键期 懂得分离的爱才是“真爱”。聪明的父母要主动与孩子分离,促进孩子人格成长,自己适应角色转换,双方都拥有独立但相互关爱依存的生活。如果没有打好心理基础,孩子一生都可能敏感、脆弱。想顺利“断奶”,要重视以下几个关键期。

入托时“放心”。上托儿所、幼儿园是家长和孩子经历的第一次“分离”。家长要相信和肯定孩子的能力。事先有意识地和他们玩捉迷藏游戏,让孩子把眼睛蒙起来,适应大人消失的感觉,培养独立能力。参照幼儿园的作息时间表,让孩子养成习惯,也让家长放心。

上大学时“放手”。家长要改变自我认知,告诉自己孩子长大后总会“飞”走,给他们创造足够的

发展空间,才能使其得到锻炼。还需利用相对空闲的时间,重新调整夫妻角色,找到新的兴趣点,比如外出旅行、健身锻炼等,或把更多的精力投身于事业。

成家时“放飞”。子女组建新家庭,可以说是“依赖”和“摆脱依赖”之间的博弈。父母的照顾让人依恋,可孩子不得不自己面对生活琐事。婚前,父母可以把自己的人生经验传授给孩子,婚后则保持“远观”即可。

(王玉凤)



### 精神卫生之窗

河南省精神卫生中心 协办  
咨询电话: (0373) 3373990 3373992  
地址: 新乡市建设中路388号