

合理用药

# 儿童退热药用药指导

□谢若涵 李君霞

发热是指机体在致热原作用下或各种原因引起体温调节中枢的功能障碍时,体温升高超出正常范围,即体温升高超出一天中正常体温波动的上限。在临床工作中通常采用肛温 $\geq 38$ 摄氏度或腋温 $\geq 37.5$ 摄氏度定义为发热。

## 使用退热药的目的

有关研究显示,不应将恢复正常体温作为退热治疗的主要目标。发热是一种生理机制,对抗感染和病情恢复有益。证据显示,发热本身不会导致病情恶化或神经系统损害,降温治疗不能降低发热性疾病的病死率,使用退热药的主要益处是改善患儿的舒适度,从而改善整体临床状况。因此,退热治疗的主要目标是改善儿童的舒适度,而不是仅关注体温是否降至正常。

## 使用退热药的时机

我国2016年版《中国0至5岁儿童病因不明急性发热诊断和处理若干问题循证指南》推荐:对 $\geq 2$ 月龄、腋温 $\geq 38$ 摄氏度,或因发热导致不舒适和情绪低落的孩子,应给予退热药物。

## 如何选择退热药

推荐使用的退热药是对乙酰氨基酚或布洛芬。对乙酰氨基酚适用于2个月以上的孩子,每次10毫克~15毫克/千克,每次用药间隔4小时~6小时。每24小时

不超过4次,连续使用不超过3天。布洛芬与对乙酰氨基酚相比,退热作用的强度稍大些。由于6个月以下的婴儿肾功能还不完善,使用布洛芬可能会增加出现肾毒性的风险。因此,一般建议6个月以上的孩子才可以使用布洛芬。如果之前使用过对乙酰氨基酚,效果不显著,才考虑改用布洛芬。每次5毫克~10毫克/千克,每次用药间隔6小时~8小时,每24小时使用不超过4次,连续使用不超过3天。

## 使用退热药的注意事项

一、不推荐对乙酰氨基酚与布洛芬联合使用或交替使用。对乙酰氨基酚和布洛芬均属于抑制下丘脑体温调节中枢而起退热的效果,虽然对乙酰氨基酚与布洛芬联合使用较单用对乙酰氨基酚或布洛芬可以降低体温的度数略多一点,但没有显著的临床意义,不能提高患儿的舒适度;两药联合使用增加了药物不良反应的风险。  
二、不推荐解热镇痛药与含有解热镇痛药的复方感冒药合用。单一成分的解热镇痛药与含有相同药物成分的

复方感冒药联合使用,有药物过量中毒的风险,因此这两类药物应避免联用。

三、2个月龄以下的婴儿、新生儿慎用解热镇痛药。非甾体抗炎药需要通过肝脏转化代谢为有生理活性的成分,参与抑制前列腺素合成酶,减少前列腺素E合成与释放,调控体温调节中枢发挥体温调节作用。新生儿及婴幼儿肝肾功能发育不全且成熟,对非甾体抗炎药的转化代谢排泄较年长儿及成人相对慢,药物蓄积易致肝肾损伤,甚至不可逆的组织结构变性坏死。

四、长期发热儿童的退热治疗不是主要目的。长期发热儿童的关注点在于确认发热的病因,而不是单纯的退热治疗。

五、普通感冒发热一般不需要服用抗生素。普通感冒和流行性感冒都是病毒引起的,抗生素只适用于因细菌感染引起的发热,对病毒感染是无效的。所以对于诊断不明的发热,滥用抗生素非但无益,而且会带来一些毒副作用,如腹泻、细菌耐药等。因此,抗生素不能随

## 孩子发热时如何居家护理

一、一般情况下,没必要特意唤醒孩子服用退热药。发热是一种症状,这种症状本身不会对孩子造成伤害的,发热恰恰说明孩子的身体正在积极地和疾病作斗争。给孩子吃退热药并不是用来治疗疾病的,也不是为了让体温降到正常水平,而是为了缓解发热引起的难受症状,让孩子身体感觉舒服些。如果孩子睡得舒服安稳,是没有必要叫醒孩子喂药的。

二、不要随意给发热的孩子捂被子。因为过度包裹,不利于孩子散热,还可能诱发热性惊厥,而且孩子出一身汗,容易导致脱水,对病情恢复更为不利。正确的做法是根据孩子冷热适当增减衣物,若孩子热则少穿些,若孩子冷则多穿些。  
三、不推荐通过酒精擦拭来降温。婴幼儿皮肤比较娇嫩,酒精对其有一定的刺激性,同时酒精还可以通过皮肤吸收进入体内,从而造成不良影响。

(作者供职于河南省胸科医院药学部)

## 每周一练

(医学统计学方法)

一、在一项研究某药疗效的临床试验中,服用该药后治疗效果的指标表示为无效、好转、显效和痊愈。则此变量类型为  
A.无序分类变量  
B.等级变量  
C.名义变量  
D.定量变量  
E.定性变量

二、统计学中所说的样本是指  
A.从总体中任意抽取的一部分  
B.按研究者的需要选取有意义的一部分  
C.特别从总体中选择的典型部分  
D.从总体中随机抽取有代表性的一部分  
E.在限定时间内按先后顺序得到的一部分

三、可以全面描述正态分布资料特征的两个指标是  
A.均数和标准差  
B.均数和极差  
C.均数和方差  
D.中位数和标准差  
E.几何均数和标准差

四、比较身高和体重两组数据变异度大小宜用  
A.变异系数  
B.方差  
C.极差  
D.标准差  
E.四分位数间距

五、均数为0,标准差为1的分布是  
A.正态分布  
B.标准正态分布  
C.正偏态分布  
D.负偏态分布  
E.二项分布

六、反映均数抽样误差大小的指标是  
A.标准误  
B.标准差  
C.变异系数  
D.均数  
E.全距

七、适用于构成比资料,表示事物内部各部分所占比重可绘制  
A.直方图  
B.圆图  
C.散点图  
D.直条图  
E.线图

八、适用于连续性资料,说明事物随时间的动态变化过程可绘制  
A.直方图  
B.圆图  
C.散点图  
D.直条图  
E.线图

九、反映两变量间相关关系可绘制  
A.直方图  
B.圆图  
C.散点图  
D.直条图  
E.线图

十、若用统计图直观地表达某城市在8年中肝炎的发病率随时间的变化情况,宜选择  
A.圆图  
B.直条图  
C.普通线图  
D.直方图  
E.散点图

十一、某煤矿职工医院预探讨二期、三期矽肺患者胸部平片阴影密度级别(+、++、+++、++++)间是否不同,可选择  
A.线性回归  
B.成组设计比较的秩和检验  
C.直线相关  
D.两样本t检验  
E.四格表卡方检验

十二、某医师为评价某新药对流感的治疗效果,共收治了100例流感患者,一周后治愈的患者有90例,由此认为该新药对流感疗效显著。针对此实验,正确的观点是  
A.结论正确,因为治愈率达90%  
B.结论不能肯定,因为未做重复试验  
C.结论不能肯定,因为未设对照组  
D.结论不能肯定,因为未做统计学处理  
E.结论不能肯定,因为实验样本含量较少

## 上期(11月26日)答案

一、E	二、A	三、C	四、E
五、A	六、A	七、A	八、C
九、B	十、D	十一、B	十二、C
十三、A	十四、A	十五、B	

## 中国公民健康素养66条(32)

生、熟食品要分开存放和加工,生吃蔬菜水果要洗净,不吃变质、超过保质期的食品。

生食品是指制作食品的原料,如鱼、肉、蛋、禽、菜、粮等。熟食品是指能直接食用的食品,如熟肉、火腿肠、可生吃的蔬菜、咸菜等。

在食品加工、储存过程中,生、熟食品要分开;冰箱保存食物时,也要注意生熟分开,熟食品要加盖储存。切过生食品的刀不能再切熟食品,盛放过生食品的容器不能再盛放熟食品,避免生、熟食品直接或间接接触。

生食品要烧熟煮透再吃,剩饭菜应重新彻底加热再吃。碗筷等餐具应定期煮沸消毒。生的蔬菜、水果可能沾染致病菌、寄生虫卵、有毒有害物质,生吃蔬菜水果时要洗净。

储存时间过长或者储存不当都会引起食物受污染或者变质,受污染或者变质的食品不能再食用。任何食品都有储存期限,在冰箱里放久了也会变质。不要吃过期食物。购买预包装食品时要查看生产厂家名称、地址、生产日期和保质期,不购买标识不全的食品。(据《中国公民健康素养66条》)



万里/制图

# 体检发现甲状腺结节怎么办

□王瑜

小李在单位体检中发现甲状腺结节,他有点不知所措。他拿着体检报告来到医院,医生仔细看过后,分级报了TI-RADS 4A(是指人体内甲状腺结节肿大达到IV级),需要住院手术治疗。

随着体检中增加了甲状腺B超这项检查,一些有心人发现自己的体检报告单上有甲状腺结节这个诊断,那么到底什么是甲状腺结节?应该如何鉴别诊断、科学应对呢?

## 什么是甲状腺

甲状腺在我们颈部正前方靠下,形状像一只蝴蝶趴在气管上,又像是护在气管前的一面盔甲。

甲状腺最重要的作用就是分泌甲状腺素。我们可以打个比方,如果要让汽车平稳地运行,除了燃烧汽油之外,还有一个非常重要的机油。那么,甲状腺素对于我们人体的意义就相当于机油对于汽车的意义,可以使我们身体各项功能进行得更加平顺。

正常情况下,甲状腺不容易被摸到、

看到,如果能看到或摸到,就应引起重视。

## 甲状腺结节就一定是癌吗

结节就是甲状腺上长的增生物,一般为圆形或椭圆形。甲状腺结节由不同的病因所引起,如甲状腺良性结节、甲状腺恶性结节、甲状腺炎性结节等,体检中发现的结节大多数是良性结节。

甲状腺结节是否影响健康,取决于结节的病理性质、大小、生长方式和功能。一般恶性结节会危害我们的健康,而良性结节大多没有症状。

甲状腺疾病发病率高,甲状腺结节可以单发,也可以多发,女性多发。2/3的女性在B超检查中都会检测出结节,结节真的会变成癌吗?确诊需要进一步做哪些检查呢?

- 1.抽血查甲状腺功能。
- 2.找有经验的超声科医生复查甲状腺彩超。

## 如何预防甲状腺结节

- 1.甲状腺结节患者要注意饮食。

饮食中的碘元素对甲状腺有一定的影响,如果碘元素摄入不足或摄入过多都会引起甲状腺病变。而碘的缺乏是引发甲状腺肿大的最主要原因,像高原、山区人群的日常饮食一般含碘不足,应多食含碘食物;沿海地区人群则应该控制碘的摄入。

2.避免劳累、劳逸结合。长时间处于劳累状态下,势必会降低人体的免疫力,加重甲状腺的负担,如果受到外界因素的影响,受到化学刺激或者细菌病毒侵犯时,就非常容易引发病变。所以坚持劳逸结合、保持健康的生活与工作方式,也是预防甲状腺病的有效方法。

3.保持愉悦的心情。中医认为,甲状腺疾病的发生多数与人的情志失调有密切关系。因此,保持良好的心态、乐观的生活态度,对减少甲状腺疾病的发生非常重要。

## 甲状腺结节需要手术吗

甲状腺良性结节最好的治疗方法是定期复查,如果结节在3个月内迅速增

大,那么出现什么样的症状才需要手术治疗呢?

- 1.已确诊为恶性结节。
- 2.结节迅速增大并影响美观。
- 3.感到胸闷憋胀。
- 4.出现呼吸和吞咽困难症状。

## 甲状腺结节手术需要住院吗

随着甲状腺射频消融术应运而生,无须开刀,一个针眼,就能把甲状腺结节消灭。

甲状腺射频消融术只有针眼大小的切口,在局麻下进行,术后即可出院,医保可报销,花费少。

## 哪些甲状腺结节可以做射频消融术

- 1.甲状腺结节直径小于2厘米,可单个,可多发。
- 2.甲状腺结节术前穿刺证实为良性。
- 3.专业医师评估肿块位置可做射频消融术。

甲状腺射频消融术颈部不留疤痕,术后即可出院。

(作者供职于新乡医学院第一附属医院)

## 遗失声明

吕凯声的医师执业证书(编码:11041000011781)不慎丢失,声明原件及复印件作废。

本人刘宇(身份证号:41030319841015321X)于2020年11月20日~24日在阜外华中心血管病医院住院,发票不慎丢失,发票金额7790.41元,特此声明作废。

## AI智能体质分析与调理



- ★微信直播课
  - ★18种体质分析
  - ★200种证型分析
  - ★对应360味中药
  - ★零元合作/代理
- 报名微信:mcn1168  
联系人:焦老师15801679829  
世界中联(北京)中医科学研究院

甄选真材实料 安全放心可靠 健康调理每一餐

奇芝堂 走亲访友 就选奇芝堂

郑州奇芝堂食品科技有限公司 团购/订购热线:0371-58615152

## 消毒液诚招代理 免费向村医赠送700份

由河南好耐公司新推出的“沐健臣”牌消毒液,不仅适用于各类硬质物体,而且适合清洁瓜果蔬菜类食品,是广大群众理想的生活用消毒产品。为了让广大基层劳动者受惠,现开展免费向村医赠送活动,全省名额限定700名。先询先得,额满为止。只需打个电话,即可免费获得2瓶。欢迎代理,欢迎考察。

河南经销地址:郑州市杨金路聚方科技园  
联系人:温春峰 马丽  
电话:18039102323 (0371)55636136

## 征稿

本版面在给基层医务人员提供较为基础的、实用的医学知识和技术,来稿应注重实践操作,介绍常见病和流行病的诊治、安全用药等;栏目包括《经验交流》《合理用药》《答疑释惑》《老药新用》等。欢迎踊跃投稿,并提供宝贵的意见和建议。

邮箱:54322357@qq.com  
联系人:杨小玉  
电话:(0371)85967078  
邮编:450046  
地址:郑州市金水东路与博学路交叉口东南角河南省卫生健康委员会8楼医药卫生报社总编室