

合理用药

儿童雾化吸入注意事项

□冯 静

雾化吸入是临床常用的一种治疗方法,它是通过超声波发生器输入高频电能,使药液成为微细雾滴,直接作用于局部黏膜,用于消炎祛痰、湿化气道、减轻咳嗽等。雾化吸入因其无创性和操作简便,在儿科常见的上呼吸道感染、哮喘等疾病治疗中使用广泛。

春季是呼吸系统疾病的高发时期,儿童更是如此。孩子最近咳嗽的厉害,萝卜水、梨水、蒜水通通不灵,到医院后医生让做雾化吸入。

医生开了两种雾化液,在我们就诊时还有几个孩子也开了雾化吸入,不方便在医院做的就去社区做。医生也没时间交代雾化吸入的注意事项,作为一名临床药师,之前做过吸入制剂的用药教育,我觉得有必要对儿童使用雾化吸入做个用药教育,以规范治疗,减少不良反应发生。

雾化吸入是呼吸系统相关疾病的重要治疗手段,与口服、肌肉注射和静脉给药等方式相比,雾化吸入因药物直接作用于靶器官,具有起效迅速、疗效佳、全身不良反应少、不需要患者刻意配合等优势,被国内外广泛应用。

常用的雾化液有糖皮质激素、支气管舒张剂和祛痰药。在一些社区或医院,医生可能会用注射液代替雾化液,这种做法是不可取的,因非雾化制剂的药物无法达到雾化颗粒要求,不仅起不到治疗作用,还有可能增加不良反应(如地塞米松、庆大霉素、 α -糜蛋白酶不适合雾化;氨溴索注射液亦不推荐雾化)。

儿童做雾化吸入前后要注意以下事项。

1.吸入前要清洁口腔,清除口腔内分泌物及食物残渣。

2.吸入后应漱口,防止药物在咽部聚积。

3.用面罩者应洗脸,避免药物进入眼睛,吸药前不能抹油性面膏。

4.治疗时取舒适体位,雾化吸入后痰液稀释刺激咳嗽,要及时翻身拍背,促进排痰。

5.雾化器、呼吸道、雾化面罩等应专人专用,并及时消毒。

6.雾化治疗一定要在医生的处方下使用。

(作者供职于河南省人民医院)



经验交流

小儿过敏性鼻炎与感冒的区别

□邓 峰

小儿过敏性鼻炎是儿科常见的一种呼吸道疾病,是由花粉、尘螨、动物皮毛等致敏物质引起的鼻炎。特别是春季万物复苏,百花盛开,空气中的致敏物质也在增加,其中花粉最易引起过敏反应。

小儿过敏性鼻炎常伴有鼻塞、鼻塞、喷嚏、流清涕等四大症状,这四大症状虽然与感冒的症状相似,但也有区别的。

一是从持续时间看。感冒时的喷嚏、流涕和鼻塞等症状是全天持续的,而且可能持续好几天;而过敏性鼻炎则呈阵发性,一天中可能仅发作数次,以清晨更为明显,发作后又恢复正常。

二是从鼻涕性状看。感冒时的鼻涕通常由最初的清涕或黏性的鼻涕,慢慢转为脓性鼻涕,而过敏性鼻炎流的鼻涕通常为清水样的。

三是从病程看。感冒通常一两周即可痊愈,但过敏性鼻炎则病程较长。

四是从传染性来看。感冒具有一定的传染性,常呈群发状态,而过敏性鼻炎则不具有传染性,但它具有一定的遗传性,父母中有过敏性鼻炎的,其孩子发生过过敏性鼻炎的概率要比其他孩子高一些。

过敏性鼻炎若不及时处理,加重时也可引发结膜炎、哮喘、支气管炎、听力下降、慢性鼻窦炎等并发症。而且过敏性鼻炎严重时,还会影响孩子的睡眠和呼吸,进而影响到孩子的记忆力和专注力等。

坚持健康的生活方式,是预防过敏性鼻炎的关键。

一是合理膳食。少吃高油、高盐、高热量的食物,多吃蔬菜水果,保证营养摄入充分、均衡。加强体育锻炼,保证充足的睡眠,以提高身体对疾病的抵抗能力。

二是预防呼吸系统疾病。在呼吸系统疾病高发季节,应尽量避免到人群密集的地方,以免呼吸系统疾病发作。

三是注意居家环境卫生。定期开窗保持室内空气流通,勤洗漱,家中床单、被罩、枕套等应勤清洗,避免尘埃和霉菌滋生等。

(作者供职于周口市疾病预防控制中心)

中国公民健康素养66条(50)

冬季取暖注意通风,谨防煤气中毒。

冬季使用煤炉、煤气炉或液化气炉取暖,由于通风不良,供氧不充分或气体泄漏,可引起大量一氧化碳在室内蓄积,造成人员中毒。

预防煤气中毒,要尽量避免在室内使用炭火盆取暖;使用炉灶取暖时,要安装风斗或烟筒,定期清理烟筒,保持烟道通畅;使用液化气时,要注意通风换气,经常查看煤气、液化气管道、阀门,如有泄漏应及时请专业人员维修。在煤气、液化气灶上烧水、做饭时,要防止水溢火灭导致的煤气泄漏。如发生煤气泄漏,应立即关闭阀门、打开门窗,使室内空气流通。

煤气中毒后,轻者可出现头晕、头痛、四肢无力、恶心、呕吐;重者可出现昏迷、体温降低、呼吸短促、皮肤青紫、唇色樱红、大小便失禁,抢救不及时会危及生命。发现有人煤气中毒,应立即把中毒者移到室外通风处,解开衣领,保持呼吸顺畅;对于中毒严重者,应立即呼叫救护车,送医院抢救。

(据《中国公民健康素养66条》)

万 里/制图



肥胖的预防与调护

□杜红光

肥胖是以体重异常增加,身肥胖胖,并多伴有头晕乏力、神疲懒言、少动气短等症状的一类病证。

《中国居民营养与慢性病状况报告(2020年)》指出,居民超重肥胖问题不断凸显,18岁及以上居民男性和女性的平均体重分别为69.6千克和59千克,与2015年发布结果相比分别增加3.4千克和1.7千克。城乡各年龄组居民超重肥胖率继续上升,高血压病、糖尿病、慢性阻塞性疾病预防率和癌症患病率和2015年相比有所上升。

监测结果显示,我国成年居民超重肥胖超过50%,6岁~17岁的儿童青少年接近20%,6岁以下儿童达到10%。所以可以用超重肥胖上升速度较快、流行水平较高、全人群均受到影响来描述当前人群的超重肥胖形势。

在生活中,肥胖多由过食肥胖、缺乏运动、先天禀赋等原因导致,其病机总属脾肾气虚、痰湿偏盛。肥胖的病位主要在脾与肌肉,与肾虚关系密切,亦与心肺的功能失调有关,肥胖多为本虚标实之证候,虚实之间、各种病理产物之间常发生相互转化,日久还可变生消渴、头痛、眩晕、胸痹、中风、胆胀、痹证等。肥胖对人体健康危害极大,一旦形成肥胖,一般不易治疗。

对肥胖者积极预防非常必要,应积极主动,持之以恒,肥胖者应饮食清淡,忌肥甘醇酒厚味,多食蔬菜、水果等含纤维、维生素的食物;适当补充蛋白质,宜低糖、低脂、低盐,养成良好的饮食习惯,忌多食零食、暴饮暴食,必要时有针对性地进行配合药膳疗法或针灸疗法,饮食控制,适当参加体育锻炼或体力劳动,是治疗和预防肥胖的有效措施。根据自身情况可选择散步、快走、慢跑、骑车、爬楼梯等,也可做适当的家务等,但运动不可太过,以防难以耐受。饮食节制也不宜过度,以免摄入过少对身体造成伤害;亦不可过用泻药,以免损伤脾胃。总之减肥要循序渐进,使体重逐渐减轻,接近正常体重。

(作者供职于开封宋都中医院)

儿童龋齿高发 预防胜于治疗

□刘爱群

近期,不少孩子到笔者所在的医院治疗龋齿,小患者扎堆。很多孩子五六岁就出现不少龋齿,有的孩子满口坏牙,不少孩子因龋齿牙痛而无法正常吃饭。

儿童龋齿发生率超过80%,有很多危害,家长应该重视孩子牙齿健康。那么龋齿是怎么发生的?有哪些危害?如何预防呢?

龋齿不是“虫吃牙”

民间流传有“虫吃牙”的说法,其实并不是这么回事。牙齿表面的牙釉质含钙高、质地硬,任何“虫子”的牙齿都不能与其相提并论。实际上,细菌才是龋齿的主要因素,但是单独的细菌不能致龋。当细菌以糖蛋白为支架形成一个生态环境(牙菌斑)时,细菌以此为基地大量繁殖,其代谢及死亡降解产物(多为酸性)在一定条件下使牙体脱钙,进而发生龋坏。因此,龋齿并不是“虫吃牙”,而是酸性物质腐蚀了牙齿。当牙齿龋坏到牙髓腔、触动牙神经时,就会出现龋齿牙痛。

此外,食物、牙齿、唾液、时间及身体因素都是龋齿发生的影响因素。在所有食物中,蔗糖最易致龋,其次是葡萄糖、麦芽糖、乳糖和果糖,而山梨糖醇和木糖醇则不易致龋,黏性大的奶油软糖致龋性最强。牙齿形态异常、排列不整齐,有利于食物、细菌滞留。唾液中的重碳酸盐可以中和菌斑内的酸,唾液分泌量少、流速慢,牙齿缺乏机械冲洗,有利于菌斑形成。龋齿的形成是致龋因素时间累积的结果,牙齿清洁不及时易形成龋齿。从中医看,肾主骨生髓,齿为骨之余,儿童先天禀赋不足,肾精亏虚,齿髓不荣,齿失所养,阴虚火旺,虚火上炎,灼蚀牙齿,从而形成龋齿。

龋齿危害不止于牙齿

一些家长认为孩子乳牙龋坏无关紧要,等到换牙(恒牙萌出)就好了。但乳牙钙化程度低,硬度不如恒牙,不少孩子未等到换牙完成,就已经满口坏牙了。龋齿的危害除了坏牙本身,还有其他危害。

一是治疗龋齿给孩子带来的影响。龋齿要根据龋坏的情况不同而采用不同的治疗方法。坏到牙神经的龋齿,需要进行根管治疗术;虽然治疗时局部麻醉、疼痛轻微,但每颗牙齿每次需要几十分钟甚至更长时间,孩子的体力、忍耐力有限,因此每次最多治疗两颗牙齿;每颗牙齿要分3次,两次之间要间隔一定时间。如果龋齿较多较重,治疗时间会比较长,既让孩子遭受痛苦,又耽误学习。

二是影响孩子的生长发育。龋齿影响孩子的咀嚼功能,孩子无法将食物嚼碎,常常囫圇吞枣将食物下咽,这就加重了胃肠负担,影响食物消化吸收,从而影响孩子的生长发育。

三是影响孩子的面部发育。如果孩子一侧牙齿龋坏,自然会选择健侧牙齿咀嚼食物。长期偏侧咀嚼,会形成孩子面部不对称发育,影响孩子面部形象。

四是影响恒牙萌出。乳牙龋坏严重,乳牙根尖周炎、提前脱落或乳牙滞留,都会影响到恒牙的正常萌出,造成恒牙拥挤不齐,给后期牙齿矫正增加困难。

五是对孩子心理的影响。龋齿可造成牙齿提前脱落,前门齿龋坏提前脱落形成所谓的“豁牙”,可能因影响孩子形象而对孩子心理产生影响。

龋齿防胜于治

“针尖大的窟窿能漏出斗大的风”。这句话也适用于儿童龋齿的发生。很多孩子的牙齿刚开始可能只有针尖那么大的龋坏,若不重视很快就会龋坏成一个又深又大的洞,甚至是满口坏牙。

每周一练

(医学新技术研究与应用的伦理、医学伦理素质的养成与行为规范)

一、医德修养要坚持

A.集体性

B.组织性

C.实践性

D.强制性

E.机动性

二、医德关系的主体是

A.医生

B.医务人员

C.患者

D.被救治者

E.院长

三、医德评价的最高标准是

A.是否有利于健康、长寿

B.医德规范

C.有利于促进医学科学的发展

D.有利于人类生存环境的改善

E.是否有利于患者疾病的缓解和康复

四、医疗机构从业人员的基本行为规范主旨是

A.乐于奉献

B.爱岗敬业,团结协作

C.大医精诚

D.以人为本

E.以患者为中心

五、医德修养的根本途径是

A.不断地学习医德理论知识

B.创造一个良好的医德修养氛围

C.向医德高尚的医务人员学习

D.坚持在医疗卫生保健实践中修养

E.坚持有的放矢的医德修养

六、医师在诊疗活动中,不过度医疗所体现的医师行为规划是

A.规范行医

B.严格权限

C.救死扶伤

D.重视人文

E.规范文书

七、以下属于公共卫生工作特有的伦理原则是

A.生命价值原则

B.尊重自主原则

C.利益最大化原则

D.隐私保密原则

E.全社会参与原则

八、在我国实施人类辅助生殖技术,下列各项中违背卫生部(现为国家卫生健康委员会)制定的伦理原则的是

A.使用捐赠的精子

B.使用捐赠的卵子

C.实施亲属代孕

D.实施卵胞浆内单精注射

E.使用捐赠的胚胎

九、尸体器官采集应遵守的伦理和法律规定是

A.医务人员不得有意无意地进行商业行为的器官移植

B.确定死亡的医师不得同时实施器官移植手术者

C.捐赠者应被告知器官摘除可能带来的后果和危险

D.对捐赠者亲属有告知义务,坚持亲属的知情同意

E.对活体捐赠者在移植过程中,尽量避免或减少并发症

十、在我国,通过供精、供卵进行辅助生殖而获得的后代,不具有的权利和义务是

A.继承权

B.受教育权

C.赡养进行辅助生殖父母的义务

D.知悉遗传父母姓名的权利

E.在父母离异时孩子的被抚养权

(答案见下期本版)

上期(3月25日)答案

一、D 二、C

遗失声明

鹿邑县城郊乡卫生院孙海华的医师资格证书(编码:200341210412725198106020608)不慎丢失,声明原件及复印件作废。

郑州瑞祥医院马青竹的郑州大学护理学专业(网络教育)专科毕业证书(编号:104597201006000153)不慎丢失,声明原件及复印件作废。

肛肠全程无痛技术培训

常年招生

学痔瘡技术送鼻炎技术

联系人:田长修 电话:13653737333

地址:卫辉市人民路北段田氏痔瘡专科医院

奇芝堂

甄选真材实料 安全放心可靠 健康营养每一餐

走亲访友 就选奇芝堂

奇芝堂食品

扫码进入商城

郑州奇芝堂食品科技有限公司 团购/订购热线:0371-58615152

征 稿

本版旨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