

儿童手足口病的预防及护理

□张小艳

每年的4月到10月是手足口病的高发季节。手足口病好发年龄为5岁及以下婴幼儿。那么，面对手足口病的高发期，我们该如何应对呢？

手足口病的症状有哪些

1.大多数患儿是突然发病，表现为高热，体温多在38摄氏度以上，同时伴有头痛、咳嗽、流涕等症状，体温持续不退，体温越高，病程越长，病情也越重。
2.患儿发热时或发热1天~2天后，可在其口腔黏膜、唇内见到疱疹，疱疹破溃后会形成溃疡，疼痛感较重。患儿常表现出烦躁、哭闹、流口水等。
3.口腔疱疹后1天~2天，可在患儿的手心、足心及屁股等部

位看到皮肤斑丘疹，以脚心部位最多。疱疹呈圆形或椭圆形扁平，小米米粒，大至豌豆，疱疹周围可有炎性红晕。

4.小儿手足口病的疹子较少出现在躯干及面部，一般7天左右就能消退，不会造成瘢痕，更不会留下印迹。

5.小儿手足口病是一种病情较轻的自愈性疾病，大部分患儿预后较好，整个病程大约在1周结束；少数重症患儿可合并心肌炎、脑炎。

患儿一旦得了手足口病，要早诊断、早隔离、早治疗，还要遵医嘱按时服药，注意患儿的口腔皮肤清洁，每天用生理盐水清洁口腔，同时注意看护，防止患儿抓

挠疱疹，以防破溃感染。

手足口病的护理措施

如果孩子感染了手足口病，一定要卧床休息，做好退热工作，可使用物理降温方法降温，若不能退热，应服用退热药。另外，家长要多给孩子喝温开水，吃清淡、稀软的食物，忌食辛辣刺激性食物，以防刺激口腔黏膜引起疼痛不适。做好患儿的卫生护理工作，进食前后用生理盐水或温开水漱口，洗澡时用温水即可，不用肥皂、沐浴露，且水温不宜过高。患儿用过的物品要彻底消毒，衣裤、被单要经常更换，避免污染破溃的疱疹。勤给患儿洗手、剪指甲，防止其抓破皮疹造成皮肤感染。手足部位皮疹初期可涂炉甘

石洗剂，待疱疹形成或疱疹破溃时可涂碘伏消毒。

手足口病的预防

宝宝患手足口病后比较痛苦，与其生病后治疗，不如做好预防措施。那么，手足口病的预防措施有哪些呢？

1.养成良好的卫生习惯，饭前、便后用肥皂或洗手液给宝宝洗手，不喝生水、不吃生冷食物，勤晒衣被，室内多通风。

2.避免让宝宝与患儿或有可疑症状者亲密接触，吃东西前一定要洗手，不要随意使用别人的餐具或其他生活用品。疾病流行季节不带儿童到人群聚集的公共场所。

3.建议父母带宝宝接种手足

口病疫苗，能帮助儿童预防手足口病。

有效的消毒措施有助于预防手足口病。家庭适用的消毒方法有：家中的餐具如果是耐高温的材料，可以煮沸20分钟；洗过的玩具、衣物、书籍等可以放在阳光下暴晒，手足口病病毒对紫外线非常敏感，能够有效消毒；污染严重（如被患儿粪便污染）的衣物或床上用品，可用含氯消毒剂浸泡30分钟，但一定要按说明书掌握好稀释浓度，浸泡完要冲洗干净消毒剂；可以用有效浓度的含氯消毒剂擦拭桌面、门把手等。

（作者供职于内黄县中医院

一起了解一下新生儿GMs检查

□唐倩

哪些宝宝需要进行GMs评估

以高危儿为主，主要包括以下几个情况：

- 1.胎龄小于37周。
- 2.出生体重小于2500克。
- 3.双胎、多胎，先天性畸形。
- 4.母亲妊娠期曾患糖尿病、甲亢、贫血、妊娠高血压综合征等疾病。
- 5.有医学指征的剖宫产或有过自然流产。
- 6.新生儿期有颅内出血、中枢神经系统感染等。
- 7.重症黄疸，新生儿血清总胆红素>20毫克/分升（核黄疸或ABO溶血症患儿）。
- 8.出生后4月龄内患过严重疾病（颅内出血、缺血缺氧性脑病等）。
- 9.家长发现4月龄内婴儿运动发育可疑者。

宝宝多大推荐做GMs评估

对于1月龄、3月龄宝宝来说，需要做两次随访。按照预产期计算，第一次评估时间为1月龄（纠正4周龄）以内；第二次评估时间为3月龄（纠正10周龄~14周龄）左右。如果发现异常，需要增加评估次数，并密切随访。

GMs评估对宝宝有伤害吗

GMs评估对宝宝没有伤害。该评估方法简单、安全、易操作，进行评估时，只需要让宝宝处于仰卧位，根据其喜好的转头方向摆位，便于拍摄头部即可。宝宝处于某些特定的行为状态（比如哭闹），不适合进行评估。评估时，孩子着装尽量要少，至少暴露腕关节和踝关节，最好暴露臂和腿。整个评估过程不会使用外力或者药物，不会对宝宝造成伤害。

评估前需要注意什么

- 1.最好在孩子不生病、身体状态好的时候来评估，否则会影响评估的有效性。
- 2.由于孩子的不确定性，可能会花费较长时间，因此请带齐各种必需品，如奶粉、纸尿裤等。
- 3.如果您的孩子错过了一次评估，没有关系，下个年龄段还可以进行评估。

GMs检查既简单，又容易操作，如果宝宝属于高危儿，建议及时进行神经系统检查以及行为能力测评。

（作者供职于商丘市第一人民医院新生儿科）

小儿脱发是什么原因引起的

□高胜

小儿脱发有可能是生理性脱发，也可能是由于小儿维生素D缺乏、或遗传、精神紧张和营养不良等因素引起的。但小儿脱发还可见于其他原因，建议前往医院，明确病因后在医生的指导下进行相应处理。本文将围绕小儿脱发的原因和治疗方法进行科普。

引起小儿脱发的原因有很多，如生理性胎毛脱落、斑秃等。小儿掉胎发是正常的生理现象，胎发是婴儿在母亲体内长出来的毛发，质地比较柔软，很容易受到外界的影响而脱落。小儿在出生后胎发都会逐渐掉落干净，当胎发脱落完成后，就会长出新的头发，而且不易脱落。因此，小儿掉胎发不用过度担心。另外，除生理性脱发外，病理性因素也可引起小儿脱发。部分小儿脱发是由于某些疾病所致，比如先天性疾病（先天性少毛症或无毛症）、全秃或普秃等。另一部分小儿脱发可能是因为营养不良所致，比如严重偏食，或者小儿在患病后进行了不科学的忌口，从而导致营养缺乏，造成大量脱发。家长要注意给小儿提供充足的营养，尤其是补充蛋白质和维生素，有助于加快新头发的生长速度，同时，还要注意清洗和按摩宝宝的头皮，有助于促进头皮血液循环、加速头发生长。

根据脱发原因的不同，小儿脱发的治疗方法也有所不同。对于非病理性脱发，可以采取以下治疗方法：

- 1.食疗 对于因营养不良而引起的脱发，可以给孩子多吃富含维生素、铁、钙、铜、蛋白质的食物，保证孩子营养均衡。
- 2.心理治疗 对于因精神紧张引起的脱发，家长应及时安抚孩子，给孩子营造温暖、和谐的家庭环境，以缓解孩子的紧张情绪。
- 3.为小儿勤梳头 可以选用木质梳子，木梳子不容易产生静电，还可以刺激头部的穴位，让头部皮层血液循环流动更快，具有增强记忆、解决脱发、提神醒脑等积极作用。
- 4.病理性脱发问题 例如因真菌感染而患上头癣导致孩子脱发，家长可在医生的指导下使用相应的抗真菌药物来缓解脱发症状。另外，有一些疾病也会引起小儿脱发，如甲状腺功能及一些慢性疾病如缺铁性贫血、维生素A中毒等，都可导致小儿脱发。还有一些自身免疫性疾病可诱发斑秃，这是由于小儿的免疫系统影响了毛囊，从而减缓了头发正常的生长速度，这种脱发表现为圆形或卵圆形非瘢痕性脱发。另外，一些自身免疫性疾病还可引起全秃、普秃，情况比斑秃更严重，需要到医院就诊，根据小儿的具体病症制订合理的治疗方案。

总之，以上就是一些常见的可引起小儿脱发的原因及治疗方法。当家长发现小儿有脱发现象时，一定要注意及时查找原因、对症治疗，以避免脱发严重给小儿造成更大的危害，尤其是由一些疾病因素引起的脱发，更要及时就诊，由医生采取相应的治疗方案。在日常生活中，应该帮助孩子养成良好的生活习惯，合理饮食，以保证孩子身体健康。

（作者供职于方城县妇幼保健院）

小儿发热的定义

小儿发热的定义为肛温≥38摄氏度，腋温≥37.5摄氏度。病因：1.短期发热，即发热时间在2周内，通常是由感染引起，预后较好。2.长期发热，即发热时间超过2周，病因有感染和非感染之分，前者包括呼吸系统感染、全身性感染等；后者包括风湿性疾病、恶性肿瘤等。3.慢性低热：指持续4周以上的低热患儿，体温在37.5摄氏度~38.0摄氏度，通常起病较慢，分感染性发热和非感染性发热。

小儿发热的常规居家干预治疗

- 1.物理降温 温水擦浴：若患儿的体温在39.5摄氏度以上，可进行温水擦浴，水温控制在32摄氏度至34摄氏度。主要擦拭部位为四肢、颈部、腋窝等，擦拭时间为3分钟~5分钟。温水擦浴可使皮肤毛细血管扩张，加快水分的蒸
- 2.药物降温 对发热患儿采用药物降温也能取得良好效果。对于体温在38.5摄氏度以上的患儿，可以在医生的指导下，为其提供降温药物，如布洛芬、对乙酰氨基酚等小儿解热镇痛类药物。如果服药半小时后患儿的体温仍然没有减退，可间隔4

发速度，帮助患儿散热。

进行物理降温需要注意这些事项：小儿发热时，不建议对其进行冷敷或冰敷，这样会导致小儿的血管强烈收缩，若时间过长，还可出现不适症状，包括畏寒、发抖等。另外，还需要注意不能对小儿的敏感部位进行冷敷，如腹部、足底等，以避免出现冻伤的现象。

小儿在发热时，其全身毛细血管处于扩张的状态，如果长时间地采用酒精擦浴，可能导致小儿出现酒精中毒的不良后果。特别是对于酒精过敏的小儿，采用酒精擦浴，会对小儿的健康带来极大的危害。有的小儿为过敏体质，酒精擦浴会导致其出现诸多不良反应，包括瘙痒、红肿等。

其次，椎管内麻醉应用于剖宫产手术有以下诸多优点：
1.对肺功能影响小，避免气管插管操作对呼吸造成损伤和胃内容物误吸的危险，避免围生期缺氧事件的发生。
2.避免使用镇痛药物以便产妇能够保持清醒并体验生产的过程，且新生儿出生后产妇能够尽早与新生儿皮肤接触，促进亲子关系建立。
3.椎管内麻醉引起的生理性改变能减少手术出血。
4.性价比高，患者花费相对少。

5.椎管内麻醉可以精确地给予局部麻醉，控制合适的麻醉平

面，满足手术需要。镇痛完善、安全有效，不需要额外使用阿片类镇痛药，避免新生儿呼吸抑制缺氧。
虽然椎管内麻醉有诸多优点，但是在少数情况下仍需要施行全身麻醉，如遇到产妇大出血、产妇产后凝血功能障碍、威胁胎儿生存、椎管内麻醉操作部位感染或产妇拒绝椎管内麻醉等情况。在这种情况下，麻醉医生会在做好充分的安全保障的前提下为产妇实施全身麻醉。在临床麻醉工作中，麻醉医生会根据手术指征、紧急程度、母体状态以及患者的要求，综合考虑选择最利于母婴安全、综合麻醉方案，为产妇和胎儿的生命安全保驾护航。

（作者供职于广东省中医院（广州中医药大学第二附属医院）内科）

产科手术为什么首选椎管内麻醉

□张素苹

临床麻醉发展到今天，大多数外科手术可以选择全身麻醉下进行，以减轻患者的焦虑情绪，提高患者的舒适度。只有产科手术仍然首选能让产妇保持清醒的椎管内麻醉，这有什么特殊意义吗？笔者今天为大家解答这一疑惑。

首先，妊娠期、围生期母体解剖学和生理学的改变，会对麻醉生理、麻醉药理和麻醉管理技术产生重要影响，表现在以下几个方面：

1.呼吸系统改变 妊娠期，孕妇毛细血管充盈，口、咽、喉以及气管组织脆性增加，黏膜表层水肿，全身麻醉时，在进行吸痰操作过程中，容易导致上呼吸道损伤出血。在拔除气管导管后麻醉苏醒的早期阶段，

水肿的上呼吸道存在气道梗阻缺氧的危险。

2.消化系统变化

妊娠中后期，子宫将胃及幽门向头侧推移，导致食管向胸腔移位，胸腔内的负压状态使食管下段括约肌松弛，胃液易反流到口腔，全身麻醉后不能主动吐出，误吸入肺，造成吸入性肺炎。胎盘分泌胃泌素使胃壁分泌的氢根离子增加，从而导致孕妇胃内胃酸增多。增大的子宫挤压胃。上述消化系统的改变会导致孕妇全身麻醉诱导时胃内容物反流误吸及发生吸入性肺炎的概率增加。

3.药物的胎盘转运和胎儿摄

取 大多数药物和其他分子量小于1000道尔顿的物质，会通过胎

盘进入胎儿体内。全身麻醉时，母体需要接触大剂量、多种类的全身麻醉药物，有些药物会通过胎盘循环进入胎儿体内，威胁新生儿的生命安全。最常使用的全身性阿片类镇痛药会通过胎盘循环进入胎儿体内，引起新生儿呼吸抑制。氯胺酮是一种具有镇静、镇痛与麻醉作用的静脉麻醉药，若大剂量使用可引起类精神病效应和增加子宫张力，可能导致阿普加评分降低和新生儿肌张力异常。镇痛药苯二氮卓类药物如地西泮、咪达唑仑等易通过胎盘到达胎儿体内，导致新生儿出现镇静、肌张力减退、缺氧等问题。吸入性全身麻醉药七氟烷脂溶性高、分子量低，容易通过胎盘屏障进入胎儿体内，造成新生儿

肌张力差、缺氧，也会降低子宫张力进而加重出血。

其次，椎管内麻醉应用于剖宫产手术有以下诸多优点：

- 1.对肺功能影响小，避免气管插管操作对呼吸造成损伤和胃内容物误吸的危险，避免围生期缺氧事件的发生。
- 2.避免使用镇痛药物以便产妇能够保持清醒并体验生产的过程，且新生儿出生后产妇能够尽早与新生儿皮肤接触，促进亲子关系建立。
- 3.椎管内麻醉引起的生理性改变能减少手术出血。
- 4.性价比高，患者花费相对少。
- 5.椎管内麻醉可以精确地给予局部麻醉，控制合适的麻醉平

面，满足手术需要。镇痛完善、安全有效，不需要额外使用阿片类镇痛药，避免新生儿呼吸抑制缺氧。

虽然椎管内麻醉有诸多优点，但是在少数情况下仍需要施行全身麻醉，如遇到产妇大出血、产妇产后凝血功能障碍、威胁胎儿生存、椎管内麻醉操作部位感染或产妇拒绝椎管内麻醉等情况。在这种情况下，麻醉医生会在做好充分的安全保障的前提下为产妇实施全身麻醉。在临床麻醉工作中，麻醉医生会根据手术指征、紧急程度、母体状态以及患者的要求，综合考虑选择最利于母婴安全、综合麻醉方案，为产妇和胎儿的生命安全保驾护航。

（作者供职于鱼台县人民医院麻醉科）

新生儿黄疸是新生儿期常见的一种疾病，特征是皮肤和巩膜发黄。在新生儿的早期，黄疸是一种正常生理现象，但过度或持续时间过长的黄疸可能是一种疾病的表现。正确判断和处理新生儿黄疸对于保障婴儿健康和预防并发症非常重要。本文将详细介绍新生儿黄疸的判断和处理方法，帮助家长和医务人员更好地应对这一常见问题。

新生儿黄疸的病因

本病可分为生理性黄疸和病理性黄疸。

1.生理性黄疸：在出生后的前几天，约60%的新生儿会出现轻度的生理性黄疸。这是由于新生儿肝脏功能尚未完全成熟，无法有效代谢体内的胆红素。生理性黄疸通常在出生后的第4天~第5天达到峰值，然后逐渐减退，通常在1周~2周内自行消退。

2.病理性黄疸：病理性黄疸是指由疾病引起的黄疸，通常在新生儿出生后24小时内出现。可能的病因包括新生儿溶血病、感染、遗传代谢疾病等。这些疾病导致胆红素的生成或排泄异常，从而引起黄疸。

判断新生儿黄疸的临床方法

- 1.观察黄疸的部位和程度：黄疸通常从面部开始，然后向下蔓延至躯干、四肢和足底。通过观察黄疸的程度和范围，可以初步判断黄疸的严重程度。
- 2.皮肤黄疸指数(TcB)：皮肤黄疸指数是一种非侵入性的测量方法，通过使用黄疸仪来测量皮肤上胆红素的浓度。这是一种快速、简便的方法，可以帮助医务人员判断黄疸的严重程度。
- 3.血清胆红素浓度(TSB)：血清胆红素浓度是判断新生儿黄疸程度的关键指标。通过采集宝宝的血样，可以测量血清中的胆红素水平。根据不同的黄疸严重程度，医生可以确定是否需要进一步治疗或观察。通常情况下，TSB超过正常范围的上限会引起医生的关注。
- 4.评估宝宝的一般情况：除了黄疸的程度和血清胆红素浓度，还应评估宝宝的一般情况，包括喂养情况、排尿和排便情况、体重增长以及宝宝的行为和活动水平。这些信息可以帮助医务人员对宝宝的整体健康状况进行评估，以确定原因和治疗方法。

处理新生儿黄疸的方法和技巧

- 1.观察和监测：对于大部分生理性黄疸的宝宝来说，观察和监测是主要的处理方法。家长和医务人员应密切观察宝宝的黄疸程度和一般情况的变化，注意观察宝宝的进食情况、排尿和排便情况，以及是否有其他异常症状。如果黄疸在2周内自行消退且宝宝的一般情况良好，通常不需要特殊处理。
- 2.光疗：对于病理性黄疸的宝宝，光疗是常见的处理方法。光疗是利用特定波长的光线(蓝光或白光)，促进胆红素的转化和排泄，从而降低血清胆红素浓度。
- 3.额外的喂养：黄疸可能会导致宝宝的食欲下降，因此需要特别关注宝宝的喂养情况。在黄疸期间，宝宝可能需要更频繁的喂养，以确保足够的摄入量和营养供给。母乳喂养是最佳选择，因为母乳中含有免疫物质和营养成分，有助于促进宝宝的康复。
- 4.家庭护理和支持：家庭在处理新生儿黄疸时承担着重要的角色。家长应积极参与宝宝的护理，按时喂养，定期更换尿布，保持宝宝的舒适和干燥。家庭成员应保持良好的卫生习惯，勤洗手，避免交叉感染。

（作者供职于原阳县妇幼保健计划生育服务中心/原阳县妇幼保健院儿科）

孕前应做好哪些准备

□板晓明

孕前准备对于准父母来说至关重要，它可以为宝宝的健康提供良好的基础。在决定要孩子之前，准父母应该做一些必要的准备工作，以确保他们的身心和生活均处于最佳状态。下面是一份详细的准备清单，可以帮助准父母做好孕前准备。

孕前准备的重要性

- 1.优化健康状况：准父母通过体检和健康检查可以了解自己的身体状况，并及时处理健康问题。这有助于降低患孕期并发症的风险，为宝宝提供一个健康的孕育环境。
- 2.营养均衡：孕前准备期间，准父母应该注重饮食，摄入充足的维生素、矿物质和营养素。营养均衡有利于胚胎发育，可减少发生出生缺陷的风险。
- 3.锻炼身体：保持适度的身体活动对准父母来说非常重要。规律的锻炼可以增加身体的耐力和强度，改善心血管功能，提高生育能力。准妈妈可以选择适合孕期的轻度运动，如散步、练习瑜伽、游泳等；准爸爸也可以参与一些适度的体力活动，以增强身体素质。
- 4.调整生活方式：准父母应该戒烟、限制酒精摄入以及避免滥用药物。这些不良生活习惯会对胚胎发育产生负面影响。通过健康的生活方式，可以减少孕期患并发症的风险。

孕前准备事项

- 1.体检和健康检查：在怀孕之前，准父母应该进行一次全面的体检和健康检查，以确保身体状况良好。体检包括全面的身体检查、血液测试、传染病筛查等。
- 2.营养均衡的饮食：准父母应该保持均衡的饮食，摄入足够的维生素、矿物质和蛋白质，增加蔬菜、水果、全谷类、蛋
- 3.高质量的睡眠：充足的睡眠对于维持身体的健康和免疫系统至关重要。准妈妈应该避免过度劳累，保持规律的作息。
- 4.避免接触有害物质：准妈妈应该避免接触有害化学物质、辐射和高温环境。如果准妈妈在工作中接触到有害物质，应该采取适当的防护措施。
- 5.定期服药和慢性疾病管理：如果准妈妈有慢性疾病，如高血压、糖尿病等，应该在孕前咨询医生，并确保服药和治疗计划得到有效管理。有些药物可能对胎儿发育有影响，因此需要在医生的指导下调整药物。
- 6.补充叶酸：叶酸是孕前准备中非常重要的营养物质。它有助于减少新生儿发生神经管缺陷的风险。孕前，准妈妈应该补充叶酸，以确保足够的摄入量，一般建议每天摄入400微克的叶酸。
- 7.定期服药和慢性疾病管理：如果准妈妈有慢性疾病，如高血压、糖尿病等，应该在孕前咨询医生，并确保服药和治疗计划得到有效管理。有些药物可能对胎儿发育有影响，因此需要在医生的指导下调整药物。

（作者供职于原阳县妇幼保健计划生育服务中心/原阳县妇幼保健院妇产科）

新生儿黄疸的判断和处理

□杨会芳

新生儿黄疸是新生儿期常见的一种疾病，特征是皮肤和巩膜发黄。在新生儿的早期，黄疸是一种正常生理现象，但过度或持续时间过长的黄疸可能是一种疾病的表现。正确判断和处理新生儿黄疸对于保障婴儿健康和预防并发症非常重要。本文将详细介绍新生儿黄疸的判断和处理方法，帮助家长和医务人员更好地应对这一常见问题。

新生儿黄疸的病因

- 1.生理性黄疸：在出生后的前几天，约60%的新生儿会出现轻度的生理性黄疸。这是由于新生儿肝脏功能尚未完全成熟，无法有效代谢体内的胆红素。生理性黄疸通常在出生后的第4天~第5天达到峰值，然后逐渐减退，通常在1周~2周内自行消退。
- 2.病理性黄疸：病理性黄疸是指由疾病引起的黄疸，通常在新生儿出生后24小时内出现。可能的病因包括新生儿溶血病、感染、遗传代谢疾病等。这些疾病导致胆红素的生成或排泄异常，从而引起黄疸。

判断新生儿黄疸的临床方法

- 1.观察黄疸的部位和程度：黄疸通常从面部开始，然后向下蔓延至躯干、四肢和足底。通过观察黄疸的程度和范围，可以初步判断黄疸的严重程度。
- 2.皮肤黄疸指数(TcB)：皮肤黄疸指数是一种非侵入性的测量方法，通过使用黄疸仪来测量皮肤上胆红素的浓度。这是一种快速、简便的方法，可以帮助医务人员判断黄疸的严重程度。
- 3.血清胆红素浓度(TSB)：血清胆红素浓度是判断新生儿黄疸程度的关键指标。通过采集宝宝的血样，可以测量血清中的胆红素水平。根据不同的黄疸严重程度，医生可以确定是否需要进一步治疗或观察。通常情况下，TSB超过正常范围的上限会引起医生的关注。
- 4.评估宝宝的一般情况：除了黄疸的程度和血清胆红素浓度，还应评估宝宝的一般情况，包括喂养情况、排尿和排便情况、体重增长以及宝宝的行为和活动水平。这些信息可以帮助医务人员对宝宝的整体健康状况进行评估，以确定原因和治疗方法。

处理新生儿黄疸的方法和技巧

- 1.观察和监测：对于大部分生理性黄疸的宝宝来说，观察和监测是主要的处理方法。家长和医务人员应密切观察宝宝的黄疸程度和一般情况的变化，注意观察宝宝的进食情况、排尿和排便情况，以及是否有其他异常症状。如果黄疸在2周内自行消退且宝宝的一般情况良好，通常不需要特殊处理。
- 2.光疗：对于病理性黄疸的宝宝，光疗是常见的处理方法。光疗是利用特定波长的光线(蓝光或白光)，促进胆红素的转化和排泄，从而降低血清胆红素浓度。
- 3.额外的喂养：黄疸可能会导致宝宝的食欲下降，因此需要特别关注宝宝的喂养情况。在黄疸期间，宝宝可能需要更频繁的喂养，以确保足够的摄入量和营养供给。母乳喂养是最佳选择，因为母乳中含有免疫物质和营养成分，有助于促进宝宝的康复。
- 4.家庭护理和支持：家庭在处理新生儿黄疸时承担着重要的角色。家长应积极参与宝宝的护理，按时喂养，定期更换尿布，保持宝宝的舒适和干燥。家庭成员应保持良好的卫生习惯，勤洗手，避免交叉感染。

（作者供职于原阳县妇幼保健计划生育服务中心/原阳县妇幼保健院儿科）