

小儿肺炎的症状与护理技巧

□刘双双

小儿肺炎是一种常见的呼吸系统疾病。在日常生活中，细菌感染、病毒感染、过敏、吸入羊水等，都可能引发肺炎炎症。

呼吸系统发育不完全的患儿容易出现小儿肺炎，比如支气管狭窄、气管狭窄等。另外，患有贫血或者存在免疫缺陷的患儿，也容易出现小儿肺炎。对于小儿肺炎，家长要予以重视，并及时带患儿治疗。那么，小儿肺炎有哪些症状？平时如何护理呢？下面，就让我们详细了解一下。

小儿肺炎有哪些症状

一般症状 比如发热，患儿发病早期的体温可能达到38

摄氏度~39摄氏度，在严重的情况下可能达到40摄氏度以上。有些患儿可能出现食欲减退、精神不振、呛奶等症状。

呼吸症状 小儿肺炎在呼吸系统的主要表现为咳嗽和气促。其中，咳嗽比较频繁，早期一般为刺激性干咳，疾病逐渐加重之后，咳嗽症状反而减轻，到了恢复期，咳嗽中带有痰液。气促的主要表现是呼吸频率增快，一般在咳嗽和发热之后容易出现这种情况。病情严重的患儿，还可能

出现呼吸困难的状况。其他症状 小儿肺炎还会出现其他症状，比如四肢发凉、烦躁不安、嗜睡、呕吐、腹泻、腹痛等。如果不能及时治

疗，就会引起一些并发症，比如脓胸、脓气胸、肺大疱、肺脓肿、支气管扩张、心力衰竭、喘息等。

小儿肺炎平时如何护理

补充足够的营养 患儿在发病期间食欲减退，如果不能及时补充营养，容易出现营养不良等情况，影响治疗效果。因此，家长要注意让患儿少食多餐，补充足够的蛋白质和维生素，饮食方面要清淡一些，可以吃一些优质蛋白，比如鱼肉。患儿出现发热症状时，家长可以多给患儿喝一些淡盐水，促进新陈代谢。

多通风 要保持室内空气流通，多开窗通风，但是要注

意给患儿做好保暖措施，特别是在天气寒冷的时候，注意不能让幼儿再次着凉感冒。家长尽量不要带患儿到人的地方，还要避免其他人探视患儿。

多休息 让患儿多休息很重要，护理人员要注意给患儿提供安静且舒适的休息环境，可以让患儿采用半卧位的方式休息，并且注意每半小时为患儿翻身、拍背，促进痰液排出。如果出现呼吸困难情况，就要马上带患儿就诊。

做好口腔及皮肤护理 家长要特别注意给患儿做好口腔及皮肤护理。在患儿咯出痰液之后，家长要马上为患儿清理口腔。同时，患儿发热的时候

容易出汗，家长要及时用毛巾为患儿擦干汗液，更换干净的衣服。

综上所述，家长注意严格遵循医嘱给患儿用药，不能擅自更换药物或者过量用药，避免引发不良后果。小儿肺炎在很多时候是可以预防的。多运动可以很好地提高机体免疫力，家长平时可以多带小儿参加一些户外运动，比如快走、骑车、游泳等。如果患儿存在贫血、营养不良或者其他疾病，家长要带其及时就医检查治疗。同时，家长要根据实际情况，为患儿及时接种疫苗。

(作者供职于灵宝市中医医院)

做好眼部护理 保障儿童视力健康

□采红

儿童视力健康对于学习和生活至关重要。近年来，由于电子设备的广泛使用和学业负担的增加，越来越多的儿童面临着视力问题。

家长有责任采取必要的措施，保护孩子的眼睛。在此，笔者介绍一些科学有效的眼部护理方法，确保儿童视力健康。

控制电子设备的使用时间

如今，儿童在学习和娱乐中频繁使用电子设备。然而，长时间盯着屏幕会给眼睛带来不良影响。因此，家长应该合理控制孩子使用电子设备的时间。

根据专家的建议，儿童每天使用电子设备的时间不宜超过2小时，并且在使用电子

设备期间适当休息：每使用电子设备40分钟就要休息10分钟，远离屏幕，让眼睛得到放松。

保持良好的学习姿势

正确的学习姿势，对于保障眼睛的健康非常重要。家长应确保孩子的座位和桌面高度适宜，保持良好的坐姿，避免驼背或过度低头。

此外，家长应提醒孩子保持适当的阅读距离，一般为书本距离眼睛约35厘米。

多参加户外活动

户外活动对于保护儿童视力至关重要。长时间待在室内，眼睛缺乏充足的自然光照，容易导致近视。因此，家长应鼓励孩子多参加户外活动，尤

其是在阳光充足的时候。户外活动不仅能给孩子提供充足的自然光照，还有助于放松眼部的肌肉。

合理安排学习和休息时间

过度用眼是造成儿童视力问题的一个主要原因。家长应该帮助孩子合理安排学习和休息时间。

笔者建议，孩子可以采用“20-20-20”法则，即每20分钟用眼后，注视20英尺(约6米)以外的物体，注视远处20秒钟，让眼睛得到适当的休息。此外，家长要提醒孩子及时休息，确保孩子有充足的睡眠时间。

保持良好的室内照明

室内照明条件对儿童的视

力健康也有重要影响。家长应该确保室内照明充足，避免过暗或过亮的环境。合适的照明可以减轻眼睛疲劳，有利于保护视力。

此外，当孩子进行近距离学习或阅读时，家长要为其提供适当的局部照明，例如使用台灯，使目标物明确可见，减轻眼睛的负担。

健康饮食

良好的饮食习惯，对于保障眼部健康至关重要。家长应该鼓励孩子摄入富含维生素A、维生素C、维生素E，以及富含其他营养素的食物，如胡萝卜、橙子、菠菜、核桃等。这些食物有助于维持眼部组织健康，对视网膜或视神经有比较好的保护作用。

定期进行眼部检查

及时进行眼部检查，对于发现和预防眼部问题非常重要。家长应定期带孩子到正规的眼科医院进行眼部检查。通过眼部检查，医生可以及早发现并处理视力问题，确保孩子视力健康。

总之，保护儿童的视力健康是家长的责任和义务。控制电子设备的使用时间，保持良好的学习姿势，参加户外活动，合理安排学习和休息时间，保持良好的室内照明，健康饮食，定期进行眼部检查，我们可以有效地预防儿童视力问题。让我们共同关注儿童的眼睛健康，将保护视力进行到底。

(作者供职于日照市中医医院)

子宫肌瘤的发病原因及治疗原则

□宋新穎

子宫肌瘤是常见的良性肿瘤，好发于30岁~50岁的女性，一般20岁以下的女性比较少见。有些子宫肌瘤患者不会有明显的症状，只有在体检的时候才会被发现。大多数子宫肌瘤患者容易出现白带增多、月经异常、小腹坠胀等症状，并且腹部也会有肿块出现。对于子宫肌瘤，女性朋友要予以重视，明确发病原因，并积极进行治疗。那么，子宫肌瘤的发病原因是什么？有哪些症状？需要怎么治疗呢？下面，我们就来详细了解一下。

发病原因

遗传因素 子宫肌瘤的出现跟遗传有很大关系。子宫肌瘤患者的女儿出现该病的风险是

比较大的，40%~50%的子宫肌瘤患者存在染色体结构异常等情况。

性激素水平 子宫肌瘤的出现与雌激素水平及孕激素水平异常有关，性激素分泌旺盛的生育年龄出现子宫肌瘤的概率比较大。女性在怀孕期间，雌激素和孕激素水平升高，也可能引起子宫肌瘤。大量服用雌激素药物，容易导致子宫肌瘤增大；服用抑制性激素的药物，则会引起子宫肌瘤缩小。

细胞突变 研究结果发现，子宫肌瘤的出现与单一细胞突变有一定的关系。

子宫肌瘤的症状

大多数子宫肌瘤患者不会出现明显的症状，一般都是在

体检时发现的。子宫肌瘤具体的症状，与肌瘤部位、肌瘤大小、是否变性有一定的关系。

月经量增多及经期延长 这是子宫肌瘤患者的典型症状，主要是因为大的肌壁间肌瘤，以及黏膜下肌瘤导致宫腔增大，影响子宫收缩。另外，外肌瘤可能导致肿瘤附近静脉受到挤压，子宫内静脉充血及扩张，出现月经量增多、月经时间延长等症状。

下腹部包块 子宫肌瘤在比较小的时候，肿块不明显，不容易摸到。肌瘤逐渐增大时，则可以在腹部触及。

白带增多 如果是肌壁间肌瘤，容易导致宫腔增大，内膜腺体分泌增多，出现白带增多现象。

其他 子宫肌瘤患者还会出现压迫症状、腰酸背痛、下腹部坠胀等。

怎么治疗

一般治疗 子宫肌瘤患者如果没有明显的症状，一般不需要特殊治疗，但是需要定期到医院复查；每3个月~6个月就要复查一次，如果发现子宫肌瘤增大或者出现了症状，则需要积极治疗。

药物治疗 治疗子宫肌瘤，主要采用缩小肌瘤体积的药物，比如促性腺激素释放激素类似物。另外，患者提前绝经，以及手术之前，可以服用米非司酮，但是不宜长期用药。在月经量过多的情况下，可以适当服用止血药物，比如氨甲环酸。

手术治疗 若子宫肌瘤患者症状严重，比如出现贫血、异常出血等情况，并且药物治疗效果不佳，则需要手术治疗。若子宫肌瘤过大，患者反复流产或者有疑似恶化的可能，需要马上进行手术。手术方式包括肌瘤切除术、子宫切除术、子宫动脉栓塞术、高能聚焦超声治疗、子宫内窥镜切除术等。

子宫肌瘤患者要根据实际情况，选择适合自己的治疗方式，在治疗期间注意多休息，饮食要清淡，不能“同房”，不要做剧烈运动，还要保持良好的心态。同时，患者还要注意保暖，避免感冒，并且定期复查。

(作者供职于河南省安阳市安阳县中医院)

矮小症患者不要错过最佳治疗时机

□孙跃女

矮小症是儿童和同种族、同年龄且同性别的儿童相比，身高低于正常儿童水平的两个标准差。儿童在生长期如果出现以下3种情况则表示生长缓慢：第一，儿童的生长速度在青春期每年小于6厘米；第二，儿童的生长速度在3岁至青春生长期每年小于5厘米；第三，儿童的生长速度在3岁以前每年小于7厘米。

发病原因

什么原因会导致儿童出现矮小症呢？

第一，生长激素分泌不足或者生长激素缺乏。一般情况下，如果生长激素分泌不足或缺乏，就会导致儿童的身高无法正常生长，在这种情况下，若儿童未接受替代生长激素的相关治疗，最终身高可能在130厘米左右。

原发性 这类患儿的垂体和下丘脑中虽然不会出现较为明显的病灶，但是人体生长激素分泌功能明显不足。目前，出现这种情况的原因尚未明确。

器质性 器质性又称获得性，继发于下丘脑、头颅创伤、放射性损伤、细胞浸润、感染，以及其他颅内肿瘤或垂体等，其中颅伤是国内矮小症患者的主要致病因素之一。除此之外，如空蝶鞍、发育不良、不育等垂体的异常发育，以及腭裂、唇裂、视中隔发育不全等畸形情况，同样会导致生长激素分泌障碍，并且还会出现多种垂体前叶激素缺乏。

社会心理性生长抑制 社会心理性生长抑制等原因，导致人体生长激素的分泌功能出现暂时性降低。当外界的不良因素消退后，人体生长激素的分泌功能又会恢复正常状态。

第二，约有1/3的宫内生长迟缓新生儿在成年后身高都较为矮小。

第三，出现骨骼发育障碍的儿童，如各种软骨发育不全、骨发育不全等，均会出现体态特殊或者面容特殊。

第四，家族性遗传。第五，经染色体核型分析鉴别后，被确诊为先天性卵巢发育不全。

第六，因生长激素受体基因突变而导致的生长激素不敏感或抵抗综合征。

第七，一些内分泌代谢疾病可以导致生长落后，如肾上腺皮质增生、糖原累积病、皮质醇增多症、性早熟、先天性肾上腺皮质增生、先天性甲状腺功能减低症等。

治疗方法

儿童出现矮小症后，什么时间进行治疗比较好呢？

一般情况下，矮小症的治疗当然是越早越好。但是，不同的儿童症状出现的时间略有不同，尤其是4岁~7岁的儿童；由于症状出现的时间不同，治疗的时期也有所不同。在通常情况下，青春期结束后再进行治疗为时已晚，已经错过了最佳治疗时机，其治疗效果也不明显，甚至无效。这主要是由于下丘脑端闭合，会大幅降低生长的可能性。因此，不论是缺乏生长激素还是特发性矮小，或者其他因素导致的矮小，患儿在明确病因后都要尽快治疗。

4岁~6岁就开始治疗的儿童，在接受治疗后和同龄人之间的身高差距会有效缩小，并且在青春期还有可能追上同龄人；10岁~11岁进行治疗，就难以追赶同龄人的身高水平了；青春期结束后，治疗效果就更不明显了。

因此，家长们一定要注意孩子的生长速度，一旦出现异常或者生长过于缓慢，就要带孩子及时就医，早发现、早治疗、早恢复。

(作者供职于运城市中心医院儿内科)

遗失声明

孟州张宏伟中医诊所张宏伟的医师执业证书(编码:142410883000011)不慎丢失,声明原件及复印件作废。

洛阳市中医药学校2023年招生简章

河南省重点中等职业学校
河南省中医专业招生资格学校
河南省医学教育先进单位
河南省中职教育招生工作先进单位
河南省中等职业教育示范学校
河南省中职学校高水平专业群建设单位
洛阳市特色办学先进单位
洛阳市职业教育先进单位

洛阳市中医药学校是经河南省教育厅批准的全日制普通中等专业学校，是全国20所具有中医专业招生资格的学校之一，位于风景秀丽的洛阳市南线旅游明珠陆浑湖畔，是莘莘学子求学的理想学校。

该校师资力量雄厚，基础设施完善，是河南省中职达标学校，常年开设医、护、药系列11个专业，全日制在校生5700余人，其中中医、护理、康复

技术专业被确定为洛阳市重点特色专业。该校以普通中专教育为主，兼有河南中医药大学成人教育。该校始终树立“以生为本”的办学理念，从严治校，科学管理，注重培养学生的创新能力，坚持对口高考和就业技能培养两手抓，以升学和就业需求为导向，强化技能培养，紧跟市场步伐，合理开设专业，构建科学和谐的“人才成长立交桥”。良好的教学模式、富有特色的办学理念、广阔的就就业门路，使该校得到社会各界普遍赞誉。目前，该校已成为“学生信赖、家长满意、社会欢迎”的高素质医药人才培养基地。

中医专业招生政策

为进一步加强中等职业学校中医类专业招生管理和人才培养工作，国家中医药管理局办公室、教育部办公厅印发的《关于加强中等职业学校

中医类专业招生管理和人才培养工作的通知》指出，经备案后招收的中等职业学校中医类专业学生所取得的学历，可作为参加中医医师资格考试和乡村全科执业助理医师资格考试的学历依据。

国家资助

根据财政部、国家发展和改革委员会、教育部、人力资源和社会保障部《关于扩大中等职业教育免学费政策范围进一步完善国家助学金制度的意见》及国家《秦巴山片区区域发展与扶贫攻坚规划》精神，在该校就读的学生均可享受免学费及助学金政策。1.所有全日制在校学生免交学费。2.国家贫困县所有学生及城乡经济困难学生，第一、第二学期均可享受每年2000元的助学金。3.根据国家精准扶贫政策，凡属精准扶贫建档立卡贫困户家庭的学生，每年可以享受

国家教育扶贫“雨露计划”助学金3000元。

学生待遇

普通中专毕业生由河南省教育厅颁发普通中专毕业证书，河南省人力资源和社会保障厅发给职业技能等级证书，国家承认学历，可参加国家执业助理医师、执业护士、执业药师及相关医疗技师资格考试，应届毕业生均可参加全国对口高考(或单招考试)。

报名须知

参加中招考试的应届毕业生，直接到该校招生办报名，也可以通过网上统一招生平台报名。未参加中招考试的应往届初中毕业生、高中毕业生、社会青年及医学爱好者可直接到该校招生办报名。年龄在15岁以上，不限学历，均可报名。

2023年招生计划一览表

专业	专业代码	招生人数	学制	招生对象	收费标准
中医	720401	450	3年	应往届初(高)中生及社会青年	执行国家免学费政策
护理	720201	800	3年	应往届初(高)中生及社会青年	
药剂	720301	50	3年	应往届初(高)中生及社会青年	
中药	720403	50	3年	应往届初(高)中生及社会青年	
医学检验技术	720501	50	3年	应往届初(高)中生及社会青年	
口腔修复工艺	720504	50	3年	应往届初(高)中生及社会青年	
康复技术	720601	250	3年	应往届初(高)中生及社会青年	
制药技术应用	690201	50	3年	应往届初(高)中生及社会青年	
生物制药工艺	690202	50	3年	应往届初(高)中生及社会青年	
中医护理	720402	100	3年	应往届初(高)中生及社会青年	
中医康复技术	720408	100	3年	应往届初(高)中生及社会青年	

地址:洛阳市嵩县城关镇开发区·北元,在县城乘2路公交车到终点站(卫校)下车
联系人:杜建芳 15136391899 杨新杰 13938866519 刘建成 13783181393

招生专线:(0379)66301346 66300360
网址:http://www.lyszyyxx.cn

邮编:471400
E-mail:lyzyyxx@188.com