

如何识别和处理小儿哮喘

□刘庆华

小儿哮喘症状很多,有些症状很容易跟气管炎、肺炎等呼吸道疾病混淆,导致延误最佳治疗时间,造成严重后果。家长要了解小儿哮喘这一疾病的发病特点,才可以避免耽误治疗时机。那么,如何识别小儿哮喘,小儿哮喘又有哪些处理措施呢?

如何识别小儿哮喘

儿童受到冷空气或其他诱因的刺激时,会出现上呼吸道过敏反应,比如眼睛发痒、鼻子发痒、打喷嚏、流鼻涕等。此类症状通常在哮喘发作前数小时或几天出现,家长如果发现孩子出现以上症状,要密切

观察孩子的变化并及时就医检查。

哮喘发作时,患儿会出现喘息症状,通常情况下,在过去的一年中,孩子喘息发生的次数 ≥ 4 次,或是在过去的2年~3年中平均每年喘息 ≥ 2 次。喘息症状会根据哮喘严重程度发生差异。通过肺部听诊能听到喘鸣音,并伴随着人体呼吸而延长。

咳嗽属于呼吸系统常见症状,但哮喘发作时,咳嗽症状一般会超过4周,主要在夜间或清晨时咳嗽症状发作或是加重,受到冷空气或烟雾刺激时,也会诱发咳嗽症状,经过抗生

素等药物治疗后症状无法缓解。

哮喘严重发作时,患儿表现为烦躁不安、发绀、浑身出冷汗、面色苍白,出现呼吸频率加快、呼吸困难,婴幼儿表现为张口呼吸、鼻翼翕动。

排除其他疾病因素导致的咳嗽、胸闷、气喘等不适症状,此类症状经过一段时间的抗生素等药物治疗无效,使用治疗哮喘药物后症状可以得到缓解,或是去除引起哮喘的诱因后症状自行缓解。

小儿哮喘发作时的处理措施

药物治疗 小儿哮喘需要使用哮喘控制药物进行治疗,

如吸入性糖皮质激素和支气管扩张剂等。在使用药物期间,需要按照药品说明书或医嘱规定的方法和剂量正确服用药物。同时还可以配合使用哮喘缓解药物,目的是缓解哮喘症状及缓解支气管痉挛。

饮食调节 小儿哮喘需要保持良好的饮食习惯,以清淡饮食为主,可以多吃鸡蛋、瘦肉、牛奶等营养丰富的食物,尽量避免生冷、辛辣、刺激的食物或油炸食品。过敏性体质者可检测过敏原,生活中尽量避免接触或食用过敏原。

生活护理 家长要根据天气变化及时给孩子增减衣

物,避免感冒。通过合理的运动提高孩子的身体素质,根据孩子的身体情况,选择游泳、慢跑等强度较低的运动项目。切记锻炼不可过于剧烈,要循序渐进,避免诱发哮喘。致敏因素是哮喘发作的主要诱因,如粉尘、花粉、烟雾、动物毛发等。因此,家长要特别注意,在日常生活中尽量不要让孩子接触这些致敏因素。呼吸道疾病是诱发哮喘的重要原因之一,在疾病高发期,尽量不要带孩子到人员流量大的地方,预防呼吸道感染引发哮喘。

(作者供职于淄博市中医医院)

早产的危害及预防措施

□卢永收

早产新生儿死亡是大家最不愿看到的事情。一旦面临早产,很多孕妈妈常因缺乏相关知识,表现为过度自我否定、紧张、焦虑、配合度不佳,担心对新生儿和自身健康造成不良影响。那么,早产的危害及有效预防措施都有哪些呢?下面我们具体聊一聊。

早产有哪些危害

对宝宝的危害 通常情况下,早产儿的体重偏低,若低于1千克,其生存概率较小。早产儿吮吸能力较差,吞咽功能不协调,喂养十分困难,有的早产儿甚至需用鼻饲喂养。因宝宝没有足月出生,导致从母体获得的免疫球蛋白数量较少,对病毒、细菌及其他病菌的抵抗力严重不足,容易发生肺炎、败血症、低血糖等疾病,增加死亡率。早产儿身体各项器官发育不成熟,容易导致各种健康问题,如脑部疾病、肺部疾病、心脏病等。例如肺部未发育成熟,在宝宝出生后肺部无法正常膨胀,就会发生呼吸困难的状况,严重时还可导致死亡。因早产出现的健康问题严重影响早产儿的生长和发育,导致智力发育迟缓、行为问题、学习障碍等长期后遗症。

对产妇的危害 早产会给宝宝带来危害,同样也会影响产妇的身体健康。如果分娩条件良好,产妇产后发生危险的概率会减少,但如果出现胎位异常或产道内感染等,则会增加分娩难度,增加难产的概率。早产后女性身体会比较差,如果不注意调养很容易发生产后出血、产褥感染、手术创伤等,严重时则会危及生命。

准妈妈如何有效预防早产

定期做好孕期检查 在怀孕期间,需要积极配合医生定期进行产前检查,保证胎儿和自身健康。通过检查,医生可以及时发现可能导致早产的问题,并及时采取相应治疗措施。

积极防治妊娠期合并症 孕期要积极预防和治疗妊娠期并发症,如心脏病、肾病、高血压病、贫血等,如果孕妇患有心脏病、肾病、糖尿病、高血压病等合并症,应积极做好孕期保健工作,及时发现异常,并尽早就医。

避免过度劳累及重体力劳动 孕期要注意休息,避免疲劳,减少体能消耗,避免长途旅行、驾车等运动,以免增加腹部压力,引发早产。

防止腹部受到撞击 妊娠期间,尤其是后期,尽量减少外出,如需外出尽量避免到人多拥挤的地方,乘坐公共交通工具时要注意保护腹部,以防腹部被挤、被撞。

保持良好的生活状态 怀孕期间,孕妇要注意改善生活环境,保持个人卫生。在怀孕期间要保持心境平和,避免不良精神刺激。日常饮食要合理,保证充分营养的同时注意控制好体重,多吃新鲜的水果、蔬菜,避免摄入过多的油炸、高糖、高盐等食品。

(作者供职于临沂市妇幼保健院)

宫颈柱状上皮异位有哪些表现

□秦新穎

宫颈柱状上皮异位,以前叫宫颈糜烂,是一种很常见的生理现象。因为宫颈颜色发红,看起来像是糜烂的状态,所以将这种表现称为宫颈糜烂,其实并非真的糜烂。但如果是病理性糜烂,则需要引起重视,积极治疗。那么,宫颈柱状上皮异位是怎么引起的?有哪些表现?会自愈吗?下面就来详细了解一下。

宫颈柱状上皮异位是怎么引起的 激素水平增高 大多数的宫颈柱状上皮异位是女性体内激素增高导致的,比如青春期的女性、妊娠期间的孕妇等,容易出现宫颈柱状上皮异位的现象。

宫颈炎 平时性生活不注意卫生,容易出现继发感染的情况。随着炎症的加重,宫颈部位会出现水肿及充血等情况,从而造成宫颈表面出现类似糜烂现象。

宫颈癌 随着病情的加重,癌细胞容易侵袭其他部位器官,在宫颈组织受损之后,也可能出现糜烂症状。

宫颈柱状上皮异位有哪些表现 白带异常 白带增多或者出现黏稠性白带,以及脓性白带,还有一些患者可能会出现血性白带,即白带中带有血丝。

外阴不适 因为分泌物增多,容易刺激外阴,出现瘙痒、灼热或者灼痛等不适感。

接触性出血 患者在进行妇科检查的时候,或者是同房之后,阴道容易出现出血的情况,这种就是接触性出血。

疼痛 反复出现腰背部疼痛,还有下腹部疼痛等。

宫颈柱状上皮异位会自愈吗 会自愈的情况 如果是因为激素水平增高,或者是服用避孕药导致的宫颈柱状上皮异位,一般来说在激素水平调整之后,或者停止服用避孕药之后,宫颈柱状上皮异位的情况是会消失的。

另外,如果是轻度的宫颈柱状上皮异位,症状并不严重,且患者自身的免疫力比较高,同时做好相应的卫生措施,宫颈柱状上皮异位的表现也有可能自行消失。

不会自愈的情况 宫颈炎或者是宫颈癌引起的宫颈柱状上皮异位,症状严重,比如出现接触性出血或者是严重疼痛症状,这种情况下自愈的可能性是比较小的。患者需要经过相应的检查,积极配合医生治疗,比如用药治疗、微波治疗等,必要的情况下还需要手术治疗。

患者在手术之后需要保持卫生,不能让创口沾水,避免出现感染。同时注意保持良好的心态,不要有太大的心理压力,积极配合医生进行治疗。平时还需要调整饮食,多吃新鲜的蔬菜水果,多喝水,不要吃辛辣油炸食物,也不要吃刺激性过大的食物。在身体条件允许的情况下,可以适当运动,比如散步、快走或者是练习瑜伽等,适当运动可以提高免疫力及抵抗力,对于疾病的治疗很有帮助。且注意定期到医院复查,了解身体恢复情况。

(作者供职于河南省安阳市安阳县中医院)

腺样体肥大,需要做手术吗

□李俊霞

暑假来临,医院耳鼻喉科腺样体肥大患者增多,家长焦虑的问题是:到底是什么是腺样体?腺样体要不要切?不切行不行?

腺样体位于鼻咽顶壁与口咽交界处,出生后就在存在,3岁以后开始增长加快,6岁~7岁时增长达到顶峰,10岁以后逐渐萎缩。因此,腺样体疾病多发生于儿童。

腺样体为什么会肥大

腺样体是一个重要的免疫器官,是咽淋巴环的一个重要组成部分,也叫咽扁桃体。当病原体入侵孩子的上呼吸道时,腺样体就会开启防御机制,进入“斗争”状态,出现短暂性肿大。通常情况下,一旦病原体被清除,它们就能恢复成原来的大小。但如果病原体经常来犯,腺样体就会反复受到刺激,成为病理性肥大。

腺样体肥大有哪些表现 造成腺样体面容 长期张口呼吸,面部发育就会变形,颌骨

变长,腭骨高拱,牙齿不齐,门牙突出,上唇变厚外翻,缺乏表情。

引起邻近器官的局部症状 鼻子症状:肥大的腺样体堵塞后鼻孔,引起鼻子不通气,逐渐导致慢性鼻炎、鼻窦炎等疾病。耳朵症状:腺样体肥大压迫咽鼓管,严重时耳内积液,会导致分泌性中耳炎,引起听力下降。嗓子和呼吸道:腺样体肥大的分泌物向下流向咽喉,引起异物感、阵咳及支气管炎刺激性刺激症状。

全身症状 腺样体肥大造成打呼噜、通气差,睡眠时长期缺氧,会损伤孩子大脑,影响智力发育、全身发育和营养状态,导致睡眠差、易惊醒、反应迟钝、注意力不集中、生长缓慢、学习差。

家长如何判断孩子需要就医

如果孩子有这三类症状,要及时带到医院进行诊治。一是夜间总是打呼噜,一周至少

3个晚上出现睡眠打鼾。二是睡眠时呼吸暂停,至少10秒以上才恢复呼吸,且反复发作。三是长期张口呼吸,已出现腺样体面容,睡眠时总是被憋醒。

在医院可以做哪些检查

鼻咽部侧位片、鼻咽部CT和电子纤维喉镜检查,其中,电子纤维喉镜检查被认为是最新准确且没有辐射的检查。

腺样体肥大的治疗

并不是孩子查出腺样体肥大,都需要手术切除。如果检查发现孩子腺样体肥大,但没有任何鼻塞、打呼噜、张口呼吸症状,可以先观察。如果孩子这些症状不严重,没有腺样体面容,没有憋气,可以在医生的指导下,口服或外用药物治疗。如果孩子已经形成腺样体面容或者睡眠憋气、听力下降、习惯性张口呼吸,则需要手术干预。

(作者供职于菏泽市牡丹人民医院)

患儿输液的护理要点

□秦莎

输液一般指的是静脉输液,通俗来说就是打点滴,利用液体静压原理,还有大气压的原理,将电解质、药物及无菌液体通过静脉输入体内。输液的优点在于可以使药物达到疗效的浓度,且维持疗效,还可以迅速补充体内所需要的液体。当然,如果输液过量、过快,则可能导致电解质紊乱,或者出现其他的不良影响。患儿输液需要谨慎,如果不是必要的情况,不建议给患儿输液。那么,患儿输液的护理要点包括哪些呢?

输液前护理:给患儿输液的难度比较大,要求护士有丰富的临床经验,且有专业的穿刺技术。在给患儿输液之前,就需要做好护理措施,护士需要跟患儿沟通交流,获得患儿的信任,让患儿放松心情,不要太紧张。同时,护士需要引导患儿勇敢面对,不要害怕。对于年龄比较大的患儿,可以多采用表扬的方式,也可以适当给患儿送一些小礼物,

这样可以让孩子在轻松的状态下输液。

穿刺护理:学龄前的患儿对于疼痛是比较敏感的,大多数的患儿在进行静脉穿刺之前会非常恐惧,采用哭闹等方式反抗,拒绝输液。在这种情况下,可以适当分散患儿的注意力,比如让患儿观看动画片,或者给患儿讲故事。在患儿安静的状态下,护士需要快速完成静脉穿刺,注意在穿刺之前选好合适的穿刺点,特别是头皮静脉穿刺,一定要对准血管。穿刺固定之后,对于出汗多、或者发热的患儿,需要使用棉棒擦干皮肤,然后使用胶布固定。

输液中护理:在患儿输液期间,护士要特别注意加强巡视,观察患儿输液之后的反应,特别是观察是否有药物过敏的情况,护士需要引导患儿勇敢面对,不要害怕。对于多动、烦躁的患儿,可以提供活动输液架,改变输液场景,消除患儿的厌倦感。

输液后护理:患儿输液结束后的护理很重要,需要正确拔针,拔针的动作一定要轻柔,可以在患儿注意力分散的时候进行拔针。拔针之后需要对穿刺口进行消毒,并告知家长正确的按压姿势,不能揉搓,避免出现血肿。同时要注意告知家长按压针口5分钟左右,止血之后也不要马上离开医院,需要等待20分钟左右,在患儿没有出现不适症状的情况下才能离开。

输液确实可以快速治疗一些疾病,也可以补充液体,但是如果可以通过吃药的方式治疗疾病,还是不建议给患儿输液。如果必须输液,也要注意正规的医院输液。输液之后注意不要让穿刺口沾水,如果采用的是留置针口,一定要注意做好护理措施,避免出现血肿情况。患儿输液之后需要多休息,饮食清淡一些,多吃新鲜的蔬菜水果,不要吃辛辣油炸食物。

(作者供职于招远市人民医院)

瘢痕妊娠是如何发生的

□张玉灿

瘢痕妊娠属于异位妊娠的一种,指的是曾经通过剖宫产分娩的女性,在二次怀孕的时候受精卵着床在上次手术切口瘢痕位置,部分或全部妊娠物存在于宫腔外,导致子宫基层包绕纤维瘢痕组织。这种情况对产妇的健康造成严重不良影响,甚至会导致孕妇及新生儿死亡。现阶段,随着剖宫产率的上升,瘢痕妊娠发生率也有了明显的升高。那么,瘢痕妊娠会引发什么症状,又该通过什么检查进行准确判断呢?

瘢痕妊娠症状和检查方法 瘢痕妊娠早期表现为阴道出血,出血量比较少,不会有明显的疼痛感,仅有少数患者会感觉腹部疼痛不适,还有少部分患者腹部出现剧烈疼痛。由于大部分患者早期没有任何不适感,因此无法尽早发现瘢痕妊娠。由于女性子宫下段没有足量的肌纤维,再加上瘢痕的影响,一旦在妊娠早期植入了绒毛,在实施人工流产操作的过程中,很多患者会出现大出血,使治疗难度大增,或增加子宫切除风险,严重时甚至会导致患者死亡。

目前,临床中主要综合患者病史、临床表现、影像学结果等诊断瘢痕妊娠。超声检查为瘢痕妊娠的首选检查方法,尤其是选择经腹超声及经阴道超声联合诊断,可以提升诊断准确性。明确妊娠囊具体位置,以及其和子宫组织之间的关系,并明确分型后,确定后续治疗方案。针对超声

不能明确诊断者,可接受核磁共振检查。此外,实验室测定血清人绒毛膜促性腺激素水平,也可以作为疾病判断及治疗效果的评估标准。

如何预防瘢痕妊娠风险

首次妊娠分娩时,无剖宫产指征者尽量选择自然分娩,避免子宫手术造成子宫损伤。这是降低瘢痕妊娠最为有效的手段。有剖宫产史的女性如果无生育要求,需要选择长期且稳妥的避孕方法,避免瘢痕妊娠的发生。如果有怀孕计划,建议到专业医院进行检查和评估,评价瘢痕妊娠发生风险。妊娠后,在孕早期接受超声检查,高风险人群建议接受阴道彩超检查,提升诊断准确性。

发生瘢痕妊娠如何处理

一般情况下,瘢痕妊娠预后不佳,甚至部分患者情况较为凶险,临床确诊为瘢痕妊娠后,通常建议及时终止妊娠。目前,针对瘢痕妊娠可选择药物、手术及新型治疗方案进行治疗。用药治疗时多选择甲氨蝶呤等药物。手术治疗主要包括开腹手术、腹腔镜/宫腔镜手术、清宫术。其他治疗方法包括子宫动脉栓塞术、海扶刀等。确定治疗方案时,需要综合考虑患者的年龄和生育需求、疾病分型及阴道出血情况等,确定个性化治疗方案,必要时可选择联合治疗,保证女性健康及安全。

(作者供职于梁山县人民医院)

需重视婴幼儿母乳喂养和预防接种

□张瑜

婴幼儿阶段,身体和大脑发育迅速,良好的健康状况能够为孩子建立一个强壮的身体基础,支撑他们开展各种学习和探索活动。

母乳喂养对婴幼儿的营养摄入和免疫系统发育都有非常重要的作用。母乳中含有对人体所需的营养成分,如蛋白质、脂肪、碳水化合物、维生素和矿物质等,这些营养物质可以促进婴儿大脑发育。同时,母乳中还含有非常丰富的抗体和其他免疫物质,可以帮助婴儿预防各种疾病。此外,研究表明,经过母乳喂养的孩子患哮喘、糖尿病、肥胖症和其他慢性疾病的风险更低。此外,在智力方面,母乳喂养也与较高的认知发展和学业成就相关联。

预防接种是我国婴幼儿健康预防保障体系中强有力的一环。截至目前,我国免疫规划覆盖的疫苗可预防15种不同类型的传染病(包括乙型肝炎、结核病、脊髓灰质炎、百日咳、白喉、破伤风、麻疹、甲型肝炎、流行性脑脊髓膜炎、流行性乙型脑炎、风疹、流行性腮腺炎、流行性出血热、炭疽和钩端螺旋体病)。自1978年国家免疫规划项目成立以来,我国传染病防控取得了卓有成效的进展,免疫规划疫苗接种率达到了95%

以上,疫苗可预防的传染病的发病率和死亡率大幅降低。接种疫苗,不仅是最有效、经济、便捷的预防和控制方式,甚至是最终消灭某一种传染病的途径。

相对于国家免疫规划疫苗,非免疫规划疫苗为尚未纳入国家免疫规划的疫苗,主要分为替代类和普通非免疫规划疫苗两大类。替代类非免疫规划疫苗一般是多联苗,如无细胞百白破灭活脊灰b型流感嗜血杆菌联合疫苗(DTaP-IPV/Hib)可替代免疫规划疫苗的脊灰疫苗、百白破联合疫苗。普通非免疫规划疫苗则是公众为实现

某种特殊预防目的自愿自费接种的疫苗,如肺炎球菌(PCV)疫苗、人乳头瘤病毒(HPV)疫苗、流感嗜血杆菌(Hib)疫苗、轮状病毒疫苗等,分别能有效预防儿童因肺炎球菌导致的疾病(如肺炎、脑膜炎、菌血症等)、宫颈癌、儿童因流感嗜血杆菌导致的疾病(如肺炎、脑膜炎等)及儿童因轮状病毒导致的感染性腹泻。

非免疫规划疫苗作为国家预防接种策略的重要组成部分,从1985年起开始正式进入国内市场,在传染病防控中同样发挥着重要作用。截至目前,我国报告的非免疫规划疫苗有36

种,主要包括HPV疫苗、PCV疫苗、Hib疫苗、轮状病毒疫苗、脑膜炎球菌疫苗、霍乱疫苗、狂犬病疫苗、肠道病毒71型灭活疫苗、流感疫苗、水痘疫苗等,可有效预防对应疾病的发生。

需要注意的是,预防接种并不是万能的。尽管它可以显著降低某些疾病的发病率和死亡率,但仍有些疾病没有可靠的疫苗可以预防,或者疫苗并不能提供完全的保护。因此,除了预防接种,还需要采取其他措施来保障婴幼儿的健康和安全。

(作者供职于莱州市疾病预防控制中心)