

小小宝贝
欣·爱宝宝
小儿按摩馆
电话:61689727
地址:波南路天力商厦604室

“三看”判断宝宝是否患秋季腹泻

□记者 朱娜 见习记者 马文双 通讯员 李冰磊

秋季是儿童腹泻的高发期,一般多发生在每年的中秋节以后。该病常见于1岁左右的婴幼儿,原因是这个年龄段的孩子抵抗力较弱,感染轮状病毒而导致的。尤其是中秋节过后,天气越来越凉,轮状病毒开始活跃,儿童秋季腹泻更是来势汹汹,许多宝宝可能前一天还好好的,第二天就开始腹泻。如果家长不重视,可能会导致宝宝脱水,从而引起体内电解质紊乱。

怎样才能判断宝宝是否患了秋季腹泻?市妇女儿童医疗保健中心急诊科医生秦亚黎说,家长做好“三看”,基本能判断出宝宝是否患上秋季腹泻。

一看精神:家长要注意观察宝宝的精神好不好。如果宝宝平时生龙活虎,忽然变得头耷拉着,食欲也不好,吃进去的食物会吐出来,甚至喝点水也会吐出来。出现此症状时,家长先不要慌张,继续观察



宝宝的情况。

二看大便:主要看宝宝大便的性状和次数。普通的拉肚子为稀糊状,量不大,次数也不多,有时还会伴有奶瓣和黏液。如果宝宝的大便看上去呈水样或蛋花汤状,次数比平时有所增加,有的可能增加4至6次甚至更多次,这时,家长就要注意了,宝宝极有可能是患上了秋季腹泻。家长要多给宝宝喂糖盐水,以补充丢失的水分,防止脱水。有的家长认为孩子腹泻需要多喂奶,这是错误的认识。这时一定要给宝宝减少喂奶次数,平均每4小时喂一次即可。进行奶粉喂养的宝宝,可以选择腹泻奶粉。腹泻奶粉的乳糖含量不高,不会给宝宝的肠胃造成负担。

三看脱水:宝宝腹泻的同时,家长要密切观察是否有脱水现象。当宝宝出现嘴唇干燥、眼窝凹陷、尿量减少、精神不振时,家长要带宝宝及时到医院就诊,进行液体补充。

很多家长往往认为,宝宝送到医院用药,秋季腹泻就会痊愈。其实,秋季腹泻是一种自限性疾病,发病过程为3至8天,有的宝宝可能会时间更长,其间家长要及时给宝宝补充液体,防止脱水,发病期结束后秋季腹泻便会痊愈。

此外,有的宝宝患秋季腹泻还合并有上呼吸道感染的症状,初期不太好判断,许多家长都会误以为是感冒或发烧,宝宝到了后期才出现腹泻症状。如果家长无法判断,最好及时到医院治疗。

孩子扁桃体反复发炎 摘除它好吗?

□记者 杨寒冰

5岁的圆圆扁桃体又发炎了,这已是今年的第五次发炎了,吃药、输液,孩子受罪,大人受累。好心的邻居给圆圆的妈妈出主意说:“孩子扁桃体老发炎,干脆切了算了!免得孩子遭罪,大人花钱。”

圆圆的妈妈听后犹豫不决,到底是切,还是不切?不切吧,圆圆的扁桃体一年能发炎七八次,每次都要吃药、打针,看着小手上扎的针眼,妈妈真是心疼。切了吧,不知道对孩子好不好。带着疑问,圆圆妈妈咨询了解放军534医院医务处主任石宏伟。

为何小孩老是扁桃体发炎呢?石主任说,扁桃体是人体呼吸道的防卫机关之一,可以过滤病菌并产生抗体,保护呼吸道和食道不受病菌侵入。在3岁~5岁这个时期,扁桃体是最发达的时期,就如同其他的淋巴腺体一样,受到病菌侵袭后,容易肿大、发炎。所以,很多呼吸道感染疾病都会伴有扁桃体和咽喉淋巴腺体红肿发炎的症状,在扁桃体发炎特别严重的情况下,会有化脓现象。

石主任说,扁桃体发炎不用太担心,它是一种良性疾病,之所以在人体表现出症状的轻重程度不同,是因为与病原菌本身、受感染的轻重和人的机体抵抗力的强弱有很大关系。

如果致病菌只是造成扁桃体局部感染,感染病程过去就没事了。如果感染范围大、程度重的话,则会有全身性的影响,



就可能比较复杂,或者留下后遗症,如关节炎、肾炎、心肌炎、心内膜炎等。

扁桃体反复发炎要不要摘除?石宏伟说,一般情况下,扁桃体不能随便摘除,特殊情况下,可以考虑摘除。

扁桃体是咽部最大的淋巴组织,在儿童身上,它是个活跃的免疫器官,含有各个发育阶段的淋巴细胞,如T细胞、B细胞、吞噬细胞等。所以它具有体液免疫作用,产生各种免疫球蛋白,也有一定的细胞免疫作用。扁桃体产生的免疫球蛋白IgA免疫力很强,可抑制细菌对呼吸道黏膜的黏附,并可抑

制细菌的生长和扩散,对病毒也有中和与抑制作用。IgA还可通过补体的活化,增强吞噬细胞的功能。这些在孩子2岁至5岁时表现最为活跃。

从免疫的观点来看,由于扁桃体对身体的免疫作用,不应随便将扁桃体摘除。儿童扁桃体肥大是正常生理现象。如果肥大但未影响呼吸和吞咽,没有产生较重的临床表现,不应摘除。因为切除后可能会影响局部的免疫反应,降低身体抗感染的能力。对于那些对扁桃体反复发炎不胜其烦,要求摘除的患者,得等到12岁以后手术最佳。

如果扁桃体反复发炎,妨碍到了呼吸和吞咽,引起风湿及肾炎等疾病时应及时切除。这类儿童扁桃体切除术应在5岁以后进行,而且要等炎症消退后两周至三周切除比较适宜。但若发作过于频繁,不能久等,可考虑在发作消退后数天施行手术。

怎样在秋季有效预防孩子的扁桃体发炎呢?石宏伟提醒家长,秋季天气转凉,气候干燥,是很容易引起感冒的季节。家长们要注意室内与室外的温差,及时给孩子增减衣物,保持室内空气流通,尽量不要让孩子感冒。

保持口腔卫生,养成良好的生活习惯。家长要督促孩子每天早晚刷牙、饭后漱口,避免食物残渣存在口腔中。按时就餐,多喝水,多吃青菜、水果,不可偏食肉类,尤其不可过多食用炸鸡、炸鱼,因为这些食物属于热性食物,孩子吃了易“上火”,从而诱发扁桃体炎。

对于本身就有慢性扁桃体肥大的孩子,除了以上措施外,还要额外加强保护措施。早晚用淡盐水漱口,不宜太咸,以能感到微咸为宜。

儿科门诊
洛阳市妇联会
健康宝贝·课堂
热线电话:63296975

温馨提醒

6岁前孩子如何喝水有学问

儿童保健专家指出,6岁之前是大脑发育最旺盛、最具可塑性的时期,这一阶段的营养摄入影响孩子今后的人生。所谓“饮食”,以“饮”为先,儿童健康的生活应该从喝水开始。

专家认为,6岁之前的儿童对营养的需求量很大,其中喝水也是关键的一环。很

多营养物质溶于水后才能分解,体内新陈代谢也需要水,所以不要等到孩子渴了才喝水。

专家说,尽量不要让孩子用塑料杯、纸杯,少喝纯净水、桶装水,不要喝没烧开的水和反复烧开多次的陈水。现在一些家长把糖饮料、奶饮料当水给孩子喝,这是

一种误区,易造成儿童肥胖,成年后也容易患上糖尿病、高血压等慢性疾病。

专家说,不同年龄阶段儿童每天的需水量不尽相同,1岁至2岁为600毫升到1000毫升,3岁至6岁为1000毫升到1500毫升。专家提醒家长和幼儿园老师,健康生活从清晨起床的

第一杯水开始,每天可均匀分成五六次,让孩子摄入量分。

专家建议,应注意培养儿童主动喝水的习惯,多喝烧开的在12小时之内的适温白开水,不喝隔夜水。喝水最好用玻璃杯或不锈钢杯,这样既环保,又健康。

(保生)

秋季提高孩子抵抗力三秘诀

时下,昼夜凉爽,中午炎热,正是小儿容易发生呼吸道感染的时节。这与小儿体温调节中枢和循环系统发育尚不完善,不能及时调节体内和体外温度的变化有关。此外,处暑节气后,小儿容易舌干口渴,大便干结,鼻塞干咳,一派“秋燥”表现。家长要注意替宝宝调整生活起居。

秋季宝宝穿衣要领

俗话说:“春捂秋冻”也就是指衣服不要穿得太多,被子不要盖得太厚,让宝宝有一个适应的过程。由于气温变化较大,在外出时给宝宝备一件

外套和一顶小帽,降低宝宝的受凉概率。回家后,别急着给宝宝脱外套,因为秋天的天气常是外面闷热而室内凉爽,很快给宝宝脱去外套就容易受凉诱发感冒。

秋季尝试冷水锻炼

当气温稍有回落,就给宝宝添上厚衣服,造成一种恒温环境,没有得到寒凉锻炼,进而容易感冒。在秋天开始耐寒锻炼是提高对寒冷反应灵敏度的最有效方法。开始可用冷水给孩子洗手擦脸,小儿一般都能适应。以后可用冷毛巾擦身,

待习惯后用冷水冲浴,约数分钟,然后用干毛巾擦干。在锻炼时要把握适度 and 渐进的原则,当孩子出现寒战时应立即停止。

秋季食疗防燥健身

秋季各种传染病增多,为了增强孩子的免疫力,秋季饮食应以优质蛋白为主,适当增加含热量高的食物,以增加体能。食物的选择可考虑增加鱼、鸡、鸭、牛肉和豆制品的比重,多吃些汤类和粥类食品,以减少气候干燥给孩子带来的不良影响。新鲜的时令蔬菜和水果要注意补充。(秋叶)

