

家有宝贝

又到咳咳咳的季节
这些干货家长必读

□洛健融媒首席记者 曾宇凌 通讯员 高鸽

天气转凉,又到孩子们咳嗽高发期,反复折磨孩子的慢性咳嗽,常见的“元凶”有哪些?激素类止咳药物安全吗?不想孩子半夜狂咳嗽,有些事睡前做不得?来看看洛阳市中心医院儿科副主任高佩琦的见解。

孩子为啥咳咳咳
咳嗽竟然分干湿

昼夜温差逐渐加大,咳嗽的孩子多了起来。“是不是感染了?赶紧买两盒消炎药备着!”听到孩子咳不停,很多家长会有这样的想法。

“孩子出现咳嗽不一定是感染了。”高佩琦说,引起咳嗽的原因有很多,既包括感冒、支气管炎、肺炎、百日咳等感染性因素,也包括上气道咳嗽综合征、过敏性咳嗽、咳嗽变异性哮喘等,前两种跟鼻炎、过敏等因素有关,而咳嗽变异性哮喘属于一种特殊类型的哮喘。另外,胃食管反流、药物刺激等也可能引起咳嗽。

还有一个知识点,建议家长关注:咳嗽分干湿。顾名思义,湿性咳嗽就是指有痰的咳嗽,有些婴幼儿因无法咳痰,仅表现为喉中痰鸣;干性咳嗽是指咳嗽无痰或痰量很少。家长要留意孩子咳嗽时是否有痰,并在就医时准确告知医生,帮助判断孩子的咳嗽类型。

慢性咳嗽难对付
“元凶”可能联手“作案”

除了分干性、湿性,孩子咳嗽还分急性、慢性。通常感染性因素引起的咳嗽都是急性咳嗽,一般比较好诊断,病程相对短,而慢性咳嗽就难缠多了,病程通常超过4周以上。

高佩琦说,引起儿童慢性咳嗽的常见病因,按照发病率的高低,依次为咳嗽变异性哮喘、上气道咳嗽综合征、呼吸道感染后咳嗽、过敏性咳嗽、胃食管反流性咳嗽等。

“前面四种慢性咳嗽在门诊上都常见,尤其是到秋冬季。”高佩琦说,咳嗽变异性哮喘虽然算是哮喘,但主要症状是刺激性干咳;上气道咳嗽综合征多见于有鼻炎、慢性扁桃体炎、腺样体肥大等上气道疾病的孩子,多由痰液倒流刺激咽峡部引发;过敏性咳嗽在换季时尤为多见,眼下正是这类咳嗽高发季,多与接触过敏原有关。

高佩琦说,虽然慢性咳嗽治疗周期长,有些孩子还可能同时中招两种或多种慢性咳嗽,比如上气道咳嗽综合征合并咳嗽变异性哮喘、感染后咳嗽合并上气道咳嗽综合征等,不管是哪种情况,现在临床上都有比较成熟的治疗方法,家长不必过度焦虑。

3 治疗咳嗽用激素安全吗?
儿科医生有话说

高佩琦说,激素的副作用确实需要警惕,但不必谈激素色变,治疗慢性咳嗽多用的是吸入式激素,它跟口服和静脉用的激素不同,主要作用在气道局部,经全身吸入的比例非常少。

低剂量的激素使用不超过5年,对生长速率几乎是没有影响的,中、高剂量长期使用可能对生长发育有一定影响,但停药后会有追赶性生长,即便影响到生长速度,一般来说每年也不会超过1到2厘米,“和担忧激素副作用相比,更重要的是遵医嘱规范合理使用激素,帮助孩子尽快恢复”。

延伸阅读

不想孩子晚上咳不停
注意这四件事

咳嗽往往容易在夜间发作或加重,不想孩子晚上咳不停,有四件事尽量避免。

●别着凉

上呼吸道感染容易引起咳嗽,现在晚上越来越凉了,家长要给孩子做好保暖工作,不要着凉感冒。

●别平卧

上气道咳嗽综合征的孩子,可垫高枕头侧卧位睡,减少鼻涕倒流刺激咽喉引发咳嗽。

●别剧烈运动

剧烈或高强度的运动,会增加需氧量,加重咳嗽症状,甚至引发呼吸困难。

●别喝奶、吃零食

处在咳嗽发作期的孩子,尽量不要在睡前吃东西,尤其是比较稀的,比如奶类,以免引起胃食管反流性咳嗽的发生。

孩子扁桃体肿大
不妨试试中医疗法

□洛健融媒记者 谷伊珂 通讯员 刘冰

扁桃体是人体的免疫器官,随着环境和饮食的不断变化,扁桃体发炎、肥大的情况越来越多见。当发现孩子扁桃体或腺样体肥大只能“一切了之”吗?近日,市民赵女士带女儿来洛阳市妇幼保健院儿童耳鼻咽喉科中医门诊复查。她的女儿因扁桃体肥大接受中医治疗,效果还不错。

赵女士的女儿小月(化名)今年5岁半,患有过敏性鼻炎。半年前,小月的鼻塞和睡觉打鼾症状加重,今年7月,赵女士带她到医院就诊。鼻内镜检查显示:小月的扁桃体2度肥大,腺样体肥大,堵了双后鼻孔约3/4。

“当时医生建议我们做手术,但孩子这么小,我真不舍得她受罪。后来我们了解到市妇幼保健院儿童耳鼻咽喉科有中医门诊,就觉得试试中医治疗。”赵女士说,经过8次扁桃体挑割治疗和一个月的中药雾化,现在小月的扁桃体已基本恢复正常,肥大的腺样体也缩小到原来的1/2,“现在秋天了,女儿的鼻炎一直都没犯”。

“扁桃体挑割法是一种传统的中医疗法,采用微针、挑割刀等对扁桃体进行啄治、挑割等,能够疏通扁桃体局部气血,达到化瘀消肿、疏通经络的作用。这样不仅能够有效治愈扁桃体炎症,消除扁桃体的慢性肿大,还可以保留扁桃体的正常免疫功能。同时,根据患者体质,配合中药雾化吸入、口服中药等手段,能收到很好的治疗效果。”该院儿童耳鼻咽喉科中医门诊主治医师李海翠说,这种治疗方法在门诊即可操作,无须住院,针刺及挑割手法基本上不会触及扁桃体上的痛觉神经,成人及儿童都易于接受。

她提醒,扁桃体肥大通常会伴有腺样体肥大,从而引发小儿鼾症,这就有可能影响孩子生长发育。对于保守治疗效果不明显的孩子,建议由专业的耳鼻咽喉科医生决定是否采取手术治疗,以免病情进一步恶化。她表示:“脾为后天之本,家长应帮孩子保护好脾胃,同时患儿避免吃辛辣、甜腻、生冷的食物,预防上呼吸道感染,积极治疗鼻炎。”



绘制 吴芳