



宝宝发烧不一定是坏事

4大治疗误区你有吗?

■ 本报记者 侯赛 通讯员 王妹琴

宝宝发烧,是儿科门诊中的常见症状。“孩子一发烧,很多家长紧张、不知所措,老担心发烧会烧坏小宝宝的大脑。”三亚市人民医院新生儿科主任林毅表示,不少家长遇到孩子发烧,都急着喂退烧药、打针退烧等,力求达到立竿见影的退烧效果,其实,这种做法是不太科学的。

“普通的发烧通常不会损伤孩子的大脑,相反,如果采用过激的方式来退烧,反而不利于孩子的健康。”



孩子年龄不同 发热症状有差异

3个月以下的婴儿发热超过39℃需立即就医

■ 本报记者 马珂 通讯员 肖侨芳

发热是孩子常见的症状,也是家长最担心的病症。不同年龄的孩子发热的症状也不尽相同。

海南省妇幼保健院儿科医生王琦告诉记者,3个月以下的婴儿,尤其是新生儿,由于发热机制发育不成熟,很少发热,即使有严重的感染,发热也不明显。对于新生儿,有一种发热称之为“脱水热”,是因为孩子进食太少引起的,孩子会有明显的缺水症状,如口唇发干,前囟凹陷,多喝水就可以解决。这个年龄段的孩子高烧,最好使用物理降温,解开衣服散热,或者用温水(35℃~39℃)洗澡降温,最好不要使用酒精。本年龄段的发热一般由细菌感染引起,建议到医院就诊。

6—10个月的婴儿,发热的主要原因是病毒感染,最常见的是幼儿急疹,孩子高烧39℃~40℃,耳后淋巴结或枕后淋巴结肿大(也就是在脑后可以摸到疙瘩),孩子精神好,不影响吃和玩。

发热3—4天。主要降温方法是服用退热药物和物理降温。

1岁以上的婴儿,正是脑神经发育的阶段,很容易出现高热惊厥。所以当孩子发热超过38.5℃的时候,一定要给孩子服用退热药物,不要急于去医院,也不要把孩子包裹得严严实实。因为孩子的出汗功能发育还不成熟,越捂孩子,发热就越厉害。很多孩子的高热惊厥都是发生在去医院的途中或者就诊期间。如果孩子的便大比较干,除了给孩子服用退热药物以外,还可以使用开塞露来达到通便降温的效果,对于有高

热惊厥的孩子来说尤其需要如此。

退热药物可以交替使用,以便减少单一药物使用的次数和副作用。孩子高热伴有头疼、头晕、口臭或者恶心呕吐时,首先要考虑急性鼻窦炎,尤其是白细胞总是高于15,或者中性粒细胞百分率高于85%,首先要进行抗感染治疗,抗生素最少需要使用5—7天。高热伴有咳嗽,尤其是当孩子深呼吸就诱发剧烈咳嗽时,就要考虑是否为肺炎。高热伴有脓血便、肚子疼,要考虑细菌性痢疾或者大肠杆菌感染。

如果孩子出现以下情况,家长要马上带孩子去医院:3个月以下的婴儿发热超过39℃;高烧39℃以上,伴头疼、呕吐;精神差、烦躁、嗜睡;出现皮疹或者出血点;剧烈头疼,脖子发硬,频繁呕吐;呼吸困难,或者前囟饱满凸出,高热惊厥。

林毅说,正确的做法是孩子体温如

小儿睡觉鼾声如雷

可通过调整睡姿、规律生活、减轻体重预防

■ 本报见习记者 周晓梦

爸爸妈妈们,你们身边有没有一个鼾声大作的“呼噜娃”?从医学上讲,打呼噜又叫“阻塞性睡眠呼吸暂停综合症”,是睡眠过程中发生的一种呼吸障碍。如果孩子患有儿童鼾症或者长期打呼噜,睡眠质量、生长发育都会受到影响。对此,记者咨询了省妇幼保健院儿科副主任医师张胜吉。

张胜吉指出,一般健康的孩子是不打鼾的,若儿童打呼噜,意味着睡眠障碍,长远来看,这会导致以下影响:一方面是对身体发育的影响,另一方面是对智力发育的影响。此外,儿童的骨骼、胸廓、肺功能都处于生长发育过程中,如果发生睡眠呼吸障碍,胸廓内的负压增加,可能造成轻度的畸形。

导致儿童打鼾症状的原因有多种,比如说睡姿不好、支气管炎、扁桃体、增殖体、腺样体肿大,甚至是遗传等原因都可能让孩子在睡觉时打呼噜,应该如何预防孩子打鼾,提高孩子的睡眠质量呢?张胜吉建议,家长可尝试从以下几个方面来做:

调整睡姿,在睡觉的时候尽量让孩子侧睡。因为仰睡时,舌头容易滑到后方,阻塞住咽喉,不利于睡眠呼吸。注意孩子的枕头不要太低,这样易使下颌向上抬,造成以口呼吸,也易导致打鼾。

帮助孩子养成规律的生活习惯。保证作息时间的规律性。

控制孩子的体重,减重能够有效改变打呼噜的情况,比如营养方面要保持均衡,防止因营养过剩而出现肥胖导致

阻塞,从而造成孩子睡觉时出现呼吸障碍。

许多父母和孩子大多分室睡觉,如不细心观察,家长根本不知道孩子会打鼾。张胜吉认为,有些家长不把孩子打鼾当回事,这是很大的误区。家长发现孩子有打鼾现象,尤其是鼾声响、不规则时,应尽早去正规医院检查。如果致病原因是扁桃体或腺样体肥大,造成部分或完全性上气道阻塞,从而导致睡眠中出现低氧血症,通过手术治疗是可以完全治愈的。

家长们还要注意增强孩子的身体抵抗力,减少各种急慢性呼吸道传染病的发生,避免炎症引起的上呼吸道



通过“捂热”出汙退热

正确做法:当孩子发烧时,把孩子的衣服略微解开,使其充分散热。

一些家长认为:“孩子发烧后吃点药,捂一会,等汗出来就不烧了”,也有人觉得“孩子发烧怕冷,因此要穿多点、盖多点,于是里三层、外三层地把孩子包裹得严严实实的,只露出一个憋得红彤彤的小脸蛋”。其实,这些做法是不科学的。

林毅告诉记者,孩子发烧时,末梢循环变得较差,手脚摸起来可能有些凉凉的,但这并不是因为孩子穿得不够多。孩子发烧时,包得严严实实反而会影响到机体的散热,使体温上升,甚至处于高热状态。孩子高热时末梢血管可代偿性扩张,使出汗增多,同时机体代谢亢进,耗氧量增加,加之宝宝长期在这种闷热的高热环境中,处于缺氧状态,长时间下来,极有可能会导致机体多器官、多系统受累。正确做法是,当孩子发烧时,把孩子的衣服略微解开,使其充分散热,并注意室内空气保持流动,但要注意宝宝手脚的保暖。

有些家长觉得孩子发烧了,不能洗澡,洗澡的话很容易着凉;还有一些家长则认为,孩子发烧的话,帮他用冷水擦浴一下,可以帮助孩子降温,其实这两种做法都不正确。林毅表示,孩子发烧时,洗温水澡更有利于散热。如果不便洗澡,用温水擦浴也是一个非常有效的降温方法。值得注意的是,用温水洗浴或擦浴后,要迅速擦干全身,并换上干爽的衣服,以免着凉。

林毅说,如果孩子已经发到38.5℃以上,就应该积极先给孩子降温。已经高烧的宝宝,如果长时间高烧不处理的话,容易造成孩子高热惊厥、晕厥等发生。

林毅说,如果孩子已经发