



口臭、便秘、烂嘴角、流鼻血…… 这些症状不一定是『上火』了

■本报记者 吴艳

“孩子这不是上火了，是结膜炎。”因为1岁的儿子明明(化名)眼屎特别多，还有流泪症状，市民李雅莉带着儿子来到沧州市妇幼保健院就诊，经过认真检查后，医生告诉这位年轻的妈妈。正确用药后，明明已经痊愈。

李雅莉有些后悔：明明眼屎多、流泪等症状有一段时间了，家中老人告诉她，孩子这是喝水少，上火了。于是，她一直在哄着孩子喝水，给孩子吃水果，没想到症状丝毫不见减轻，反而更加严重了，这才想到去医院就诊。

生活中，不管宝宝是身上起了个包，还是嘴巴有异味，不少家长总会认为，这肯定是孩子“上火了”，并且会想出各种各样的调理妙方。实际上，上火源于传统医学或民间对某些炎症症状的统称。据沧州市妇幼保健院相关专家介绍，门诊中，经常能遇到被家长们“误诊”的小患者。



烂嘴角——对症处理多漱口

据沧州市妇幼保健院皮肤科主任庞超介绍，孩子烂嘴角的原因其实挺多的，有天气干燥引起的口角炎，也有病毒感染导致的疱疹，虽然两者都会造成嘴角破溃疼痛，但却完全不同。

如果仔细观察，就会发现孩子烂嘴角的表现会有些不同，例如有的只是嘴角处出现

了干裂，有的则是在嘴角处长出了水泡，甚至有脓水流出。虽然两种症状都能造成嘴角破溃，但实际上这是两种病症的表现，前者是口角炎，后者是疱疹。

口角炎多是气候干燥导致的皮肤皲裂，因此需注意预防，如涂抹润唇膏。如果已出现口角炎症症状，就可涂一些润

肤露来缓解症状，严重的可涂些抗菌素。另外，宝宝出现口角炎还可能因为饮食不均衡，摄入的肉多菜少，导致维生素缺乏，此时可口服维生素B2，同时注意饮食均衡，多吃些新鲜蔬菜。

如果患上的是疱疹，最好就不要沾水。疱疹破裂有时具有传染性，此时要注意不要通

过亲吻、共用唇膏等传染给家人。疱疹一般两周时间就会自然愈合，若要加快愈合，可外用或配合口服抗病毒药物。

普通的口腔溃疡治疗主要是对症处理，期间多漱口，保持口腔卫生即可，一般在7天一14天可以自行愈合。



流鼻血——抹点金霉素药膏

据沧州市妇幼保健院五官科李英来主任介绍，流鼻血，其实大多是受环境因素影响引发的。孩子的鼻黏膜本来就很薄，里面布满了毛细血管，不像其他血管通常埋在厚厚的皮肤、脂肪下，当受到刺激时，比如抠鼻子、鼻腔异物、空气干燥等，血管就很容易破裂出血。

另外，一些常见疾病，如感冒、鼻窦炎和鼻子过敏(过敏性鼻炎)还有些少见的血液系统疾病，如血小板减少或凝血功能异常，都有可能引起鼻出血。

预防孩子鼻出血，家长应帮助纠正挖鼻的不良习惯，积极防治鼻炎、鼻窦炎等疾病。平时应多吃蔬菜、新鲜水果、

含粗纤维的食物、多喝白开水。排便要定时，不能干燥。在寒冷干燥的季节，对有鼻出血史的孩子，家长应备有金霉素眼药膏，每天在鼻腔内均匀地涂抹，或是喷生理海水，或涂抹复方薄荷油滴鼻剂滋润鼻黏膜。

发生鼻子出血时，不要让孩子躺下，应直立端坐，不要

吞咽血液，可将孩子头低垂。接下来，可用食指和拇指将鼻前部两侧软骨部分向中间捏紧，压迫鼻中隔前下部10分钟—15分钟(其间不能松手)，达到压迫止血的目的。同时，可用冷水毛巾敷前额和后颈部，使血管收缩减缓出血。大部分儿童用此方法可达到止血目的。



眼屎多——由三类疾病导致

据李英来介绍，如果眼屎突然明显增多或长时间反复，在婴幼儿中常见的有三类疾病：结膜炎、鼻泪管阻塞和倒睫。最常见的是结膜炎，不论宝宝还是成人，都可以出现眼屎泛滥的症状，同时还会有眼红、眼痛、畏光、流泪等症状。结膜炎也有细菌、病毒等不同的致病原，应由小儿眼科医生

评估后指导治疗，勿随意滴用抗生素眼药水。

第二类鼻泪管阻塞，在六个月之前的宝宝身上多见。鼻泪管阻塞的宝宝眼部分泌的泪液，无法沿正常通路经鼻泪管排走，滞留在泪囊内，甚至向眼睛外溢出，就会形成持续流泪，甚至继发感染，出现眼部分泌物。通过泪道冲洗，可

以确诊是否为鼻泪管阻塞。6个月以内的宝宝可以先采取保守治疗，进行泪囊区按摩，合并分泌物时可用抗生素滴眼。大多泪道阻塞会随着宝宝长大而逐渐开放，如果宝宝6个月—7个月还没好转，就需要再次就诊，必要时可实施泪道探通或插管手术。

第三类倒睫，是指睫毛不

是向外向上生长，而是向下向后生长，会接触并刺激到角膜和结膜，导致流泪、畏光和眼部分泌物增多。这需要医生根据孩子年龄，倒睫的轻重程度进行评估，决定是否接受药物或手术治疗。



常便秘——由多种原因引起

据沧州市妇幼保健院儿内二科王健主任介绍，孩子小便色黄、量少的时候，家长都会想到多喝水，这是完全正确的，但并非完全是因为孩子“上火”了，可能就是简单的饮水过少导致的。一些药物或者食物也会引起尿液颜色的变化，比如大量摄入胡萝卜、南瓜等食物，或者

B族维生素、利福平等药物。

还有许多家长认为好几天不排便也是“上火”，实际上宝宝几天不排便，也分很多情况，对于小宝宝来说，几天不排便可能是在攒肚，等到肚子里的大便多起来密度变高再排出去，是正常现象。

即使明确诊断是便秘，

也不一定是“上火”引起的，有些是因为饮食结构过于单一，膳食纤维和水分不足，肠蠕动减少造成的；有时候食物过敏也会表现为便秘；反复发生且顽固的便秘更不能“上火”来解释，一定要及时就医，排除器质性疾病的可能。

如果孩子是冬天天气干

燥引起的便秘，那就给孩子冲蜂蜜水(1岁以内不能吃)，或者做南瓜粥、地瓜粥。但是这种情况，一般都是季节性、阶段性的，不会持续很长时间。如果孩子长期便秘，要改善的是孩子整体的体质，如通过饮食调理、药物治疗、心理调节等方式治疗。



常口臭——给宝宝消消积食

据李英来介绍，上火固然可能引起口臭，但引起口臭的原因还有多种，孩子口臭不能全靠降火。比如孩子哺乳过急过量、冷热不调，或添加辅食过多过快，或过食肥甘厚味、煎炸之品，超越了脾胃的运化功能，发生积滞，就会出现口中酸臭。积滞的宝宝除口中酸臭外，还可能伴有脘腹胀满，呕吐酸臭乳块或不消化食物等症状。

可以给宝宝口服小儿化食丸、神曲消食口服液、四磨汤口服液等具有消食、理气、通便作用的药物，或煮山楂水、白萝卜水等给宝宝少量多次频服。同时，一定要注意饮食清淡，如果宝宝暂时不想进食，切不可强喂。

现代医学中的化脓性鼻窦炎，又称鼻渊，也可能出现

口臭的症状，因为鼻腔急性炎症后，鼻窦开口处通气引流不畅，化脓细菌会在鼻窦大量繁殖而致病，从而使宝宝出现口中腥臭，鼻涕量多

等症状。这样的宝宝最好到医院就诊用药。

孩子口中呼出气味如烂苹果味，可见于糖尿病酮症酸中毒；呼出气味呈苦杏仁

味，可见于氰化物中毒等。是哪种情况不可一概而论，要结合宝宝的面色、病史、舌脉等综合考量，这样给药才更有针对性。

