



# 沧州中西医结合医院儿科一区 儿科专家为孩子的健康护航

随着冬季来临,呼吸道疾病进入高发时期。监测显示,目前呼吸道感染性疾病以流感为主,此外还有鼻病毒、肺炎支原体、呼吸道合胞病毒、腺病毒等引起。近期急性呼吸道感染疾病持续上升与多种呼吸道病原体叠加有关。它的主要症状有哪些?出现什么情况需及时就医?如何做好居家护理?家长怎么尽早识别重症……关于这些常见疑问,沧州中西医结合医院儿科一区专家为您解答。

## 不同年龄群体流行的主要病原体不同

多病原监测结果显示,不同年龄群体流行的主要病原体不同:1~4岁人群以流感病毒、鼻病毒为主;5~14岁人群以流感病毒、肺炎支原体、腺病毒为主;15~59岁人群以流感病毒、鼻病毒、新冠病毒为主;60岁及以上人群以流感病毒、人偏肺病毒和普通冠状病毒为主。

## 如何区分不同病原体感染?

**流感病毒:**流感一般表现为急性起病,出现畏寒、头痛、肌肉关节酸痛、极度乏力等症状,可伴有咽痛、咳嗽等症状。少数患者有食欲减退,伴有腹痛、腹胀、腹泻等消化道症状。重症病例可出现病毒性肺炎、继发细菌性肺炎、急性呼吸窘迫综合征、休克、弥漫性血管内凝血、心血管和神经系统等肺外表现及多种并发症,甚至死亡。

**肺炎支原体:**肺炎支原体感染是儿童常见的呼吸道感染性疾病,多见于5岁及以上儿童,但5岁以下儿童也可发病。肺炎支原体感染患儿的临床症状轻重不一,大多起病不急。轻者可无症状,或仅表现为上呼吸道感染;重者可致肺炎、肺实变、胸腔积液等。

**呼吸道合胞病毒:**呼吸道合胞病毒是一种常见的呼吸道病毒,好发于冬季及早春季节。呼吸道合胞病毒感染比较容易在婴幼儿中流行,感染后早期症状类似于普通感冒,可出现鼻塞、流涕、打喷嚏、咳嗽、声哑、低烧等症状,多数感染患儿症状会在1~2周内自行消失。1岁以内婴儿可表现为支气管炎、毛细支气管炎、肺炎的症状,需密切关注患儿病情变化。

**腺病毒、鼻病毒、副流感病毒:**这些也是呼吸道感染中常见的病原体。这些病毒感染没有特效治疗药物,以观察病情变化和对症治疗为主。

## 感染流感病毒与普通感冒有何区别?

秋冬季节流感病毒来势汹汹,虽然轻症流感与普通感冒表现相似,但相比普通感冒病毒它的传染性更强,而且婴幼儿、老年人、体弱多病者又容易发展为重症病例,引发心肌炎、肺炎等并发症,甚至有生命危险。

## 孩子出现哪些情况一定要去医院就医?

近期各类呼吸道感染较多,如果孩子发热持续三天,体温未见好转或病情反复,有明显咳嗽、呼吸频率增快,或伴有喘息、呼吸困难、发绀、头痛、恶心、呕吐、腹泻、皮疹、精神差、抽搐等要及时就医。

## 孩子发热时怎样处理?

发热期间,应给孩子补充足量的水分,要吃清淡易消化的食物,避免剧烈运动,保证休息和睡眠。发热可以调动孩子的免疫力去杀灭一些病菌,当孩子明显表现不舒服或者体温超过38.5℃就需要用药。

退烧药的使用注意事项:首先,不推荐同时使用两种退烧药物,其次,布洛芬与对乙酰氨基酚不推荐常规交替使用,可以观察孩子对哪种退烧药反应更好一些就以哪种为主,更换退烧药物或交替用药应在医生指导下使用。

通常退烧药使用间隔为4~6小时,24小时内不超过4次;发现孩子体温超过38.5℃后,先摸摸孩子的手脚,如果手脚冰冷则体温还将呈上升趋势,在服用退烧药后为孩子搓手搓脚,适量喂温水,可有助于退热及缓解不适;如果手脚暖和,可以10~15分钟后再次测量体温,仍高于38.5℃予以退烧药。

## 肺炎支原体感染后持续性咳嗽怎么办?

适量喝水,避免辛辣刺激性强、过甜、过咸等食物。

避免剧烈运动,减少冷空气、过敏原、油烟等刺激。

遵照医嘱,按时服药,必要时雾化吸入治疗。

对于痰多不易排出的儿童,可以帮助其拍背排痰。

有效咳嗽:坐位,手压腹部,鼻深吸气,充分扩张胸腔,短暂屏气1~2秒,上身慢慢稍向前弯,声门打开,肺内形成高速气流咳出分泌物。咳嗽后恢复原位,平静呼吸后,可再次重复上述动作,直至痰液咳出。

## 如何帮助孩子排痰

叩背可以帮助清理呼吸道炎症性分泌物。可以振动气道,保持气道通畅,减少肺部感染,从而帮助肺部炎症更好地吸收。

建议最佳时间选择在晨起,因为夜间由于体位的关系,呼吸道会沉积大量的痰液,所以,清晨起床之后是拍背排痰的最佳时期。注意拍背时间与进餐时间间隔开,防止引起呕吐。一般建议在餐前半小时或餐后2小时进行。部位:为了更好地帮助宝宝排痰,在拍背时需要在两肺的上、下、左、右、前、后拍,由下往上,由两边向中间有次序拍打,避开脊柱及肾区,不要有遗漏。着重拍背的部位应该是在肺部比较靠下的区域,因为这些区域比较容易沉积痰液。

## 儿童呼吸道感染时家庭雾化有哪些注意事项?

家庭雾化可以节省家长时间与交通成本,避免医院交叉感染,弥补医院资源不足等。备有雾化机的家庭应根据医师处方并遵医嘱为孩子进行雾化吸入治疗。家庭雾化治疗时应注意以下事项。

(1)雾化药物不含抑菌剂,不能长时间存放在雾化器中,需打开后立即使用。每次雾化用量以3~4毫升为宜,体积过大会造成雾化时间过长影响儿童的依从性。

(2)雾化治疗前30分钟避免过度进食,激素类药物使用前不要涂抹油性面霜。

(3)儿童宜在安静状态下进行雾化吸入治疗,最好选择坐位,对不能采取坐位者,应抬高其头部并与胸部呈30度,婴幼儿可半坐卧位。

(4)雾化结束后及时清洁面部,以除去附着在面部的药物。用清水立即漱口3次及以上,并把漱口口水吐出,对于不会漱口的小婴儿,用棉签擦拭口腔进行护理。

## 呼吸道感染时鼻塞怎么办?

鼻塞可影响饮水、睡眠,造成儿童激惹状态,是最令人烦恼的症状之一。对于令人烦恼的鼻部症状,可以选择生理盐水清洗鼻腔。对于清洗鼻腔疗效差的患儿,可以在医师指导下短期使用鼻用减充血剂。常用的鼻用减充血剂包括羟甲唑啉(2岁以下儿童禁用)、0.05%赛洛唑啉(3岁以下儿童不推荐使用)等。连续使用不超过7天,否则可能引起药物性鼻炎。萎缩性鼻炎及鼻腔干燥者禁用鼻用减充血剂。

## 对于支原体肺炎,中医中药效果如何?

本次支原体肺炎的患儿,属于中医“肺炎喘嗽”范畴,临床早期、极期以风热、痰热、湿热证多见,临床中发现,中医药早期介入治疗支原体肺炎,不仅可以使发热、咳嗽、精神状态等症状得到有效控制,而且可以明显缩短病程。因此,辨证使用中医中药十分重要。二医院自制剂如小儿咳喘糖浆、小儿肺炎支原体方等经过多年临床实践,疗效确切,家长可在医生辨证指导下,合理使用中医中药。

此外,小儿推拿、穴位贴敷、中药熏洗等中医外治疗法的辅助可以明显改善患儿症状,缩短疗程,提高孩子生活质量,对于恢复期患儿的调理,提高自身免疫力,防止复发也尤为重要。

## 如何预防呼吸道感染?

均衡饮食,充足睡眠,加强体育锻炼,增强体质,提高抵抗力。

少去人员密集、通风不良的公共场所,必要时戴好口罩。

咳嗽、打喷嚏时用纸巾掩住口鼻,将用过的纸巾扔进垃圾桶。

做好手卫生,经常用肥皂、洗手液在流动水下洗手。

注意室内通风,每次通风不少于30分钟,以保持空气新鲜。

做好卫生,床单被褥等经常清洗,在太阳底下晾晒。

学校、幼儿园等场所要做好通风消毒,避免出现聚集性感染。

## 科室简介

儿科一病区是以中西医结合为特色的,集医疗、教学、科研为一体的现代化综合科室,技术力量雄厚,拥有医护人员20余名,其中主任医师1名、副主任医师1名、主治医师7名,其中医学硕士4名。承担河北医科大学、北京中医药大学等学校本科生的临床教学及见习、实习任务。开设病床30张,对儿科常见病、多发病、疑难病、生长发育、抽动多动、学习障碍、体质调理及对危重患儿的救治拥有丰富的中西医结合临床经验。

近年来努力探索非药物疗法结合内服中药综合治疗模式:三伏贴、三九贴治疗反复呼吸道感染、哮喘等;小儿推拿、捏脊、穴位敷贴等治疗厌食、积滞、腹泻等消化系统疾病;刮痧治疗小儿发热;遗尿贴治疗小儿遗尿;以及药膳调理小儿体质等众多中医特色疗法,为广大儿童提供有益的服务。

**科室优势病种:**肺炎、脑炎、反复呼吸道感染、哮喘、小儿腹泻、肾病等。

**科室中医特色病种:**肺炎、肾病、抽动多动、矮小、肥胖、过敏性紫癜等。结合辨病,纯中药治疗,疗效满意,避免抗生素带来副作用。

**儿科服务理念:**爱孩子、敬家长、精业务。

**儿科一区地址:**病房楼D座二楼

**儿科一区电话:**医办室 2078208 护办室 2078726。

## 科室人员简介

**赵淑景** 儿科一区科主任,副主任医师。从事儿科专业20余年,河北省中医药学会儿科专业委员会委员,河北中西医结合学会儿科分会委员,河北省医师协会儿科分会委员,沧州市医学会儿科分会委员,曾多次在北京儿童医院进修学习。擅长儿科危重症、疑难症、儿科常见病、多发病的诊治。近年来发表学术论文10余篇,获省市级科技进步奖多项,出版专著多部。

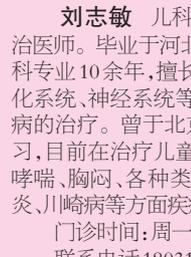


门诊时间:周一至周五全天 联系电话:18031783838



**马志平** 儿科一区,业务副主任,主治医师。从事儿科工作10余年,专业基础知识扎实,临床经验丰富。擅长儿童呼吸系统、消化系统、神经系统等儿科常见病、多发病的治疗。曾于北京儿童医院进修学习,在儿童癫痫、儿童生长发育迟缓、性早熟、语言发育迟缓、自闭症等方面积累了丰富临床经验。

门诊时间:周一至周五全天  
联系电话:18031783835



**刘志敏** 儿科一区,主治医师,主治医师。毕业于河北医科大学,从事儿科专业10余年,擅长儿童呼吸系统、消化系统、神经系统等儿科常见病、多发病的治疗。曾于北京儿童医院进修学习,目前在治疗儿童慢性咳嗽、支气管哮喘、胸闷、各种类型心律失常、心肌炎、川崎病等方面疾病经验丰富。

门诊时间:周一至周五全天  
联系电话 18031783856



**刘亭亭** 北京大学访问学者,硕士研究生,主治医师。任河北省儿科学会儿童保健专业委员会委员、河北省中医药学会儿科专业委员会委员、沧州市青少年心理咨询与辅导中心专家组成员,沧州市中医药学会委员、沧州市中医药学会仲景委员会委员。对小兒常见病及各种疑难病的诊治有自己独到的见解,尤其擅长中西医结合调理儿童抽动症、多动症、学习困难、性早熟、矮小、小儿肥胖症、癫痫、便秘、厌食、反复呼吸道感染、慢性咳嗽、过敏性紫癜、遗尿、肾病等疾病。

门诊时间:周一至周五全天 联系电话:18932789670