

# 春夏交替 谨防儿童三大疾病

■记者 叶子



近段时间,春夏交际气候冷暖无常,医院儿科病例不断上升。儿童疾病逐渐进入高峰期,让很多家长十分担心。对此,湖北科技学院附属第二医院儿科主任周红提醒,春夏交际,毛细管支气管炎、手足口病和急性喉炎是儿童春夏交替常见病,家长们要小心防范。

## 精神不好 警惕手足口病

今年3岁的小明体质较差,近段时间更是反复高烧,口腔内也出现米粒大小的疱疹。小明的父母怀疑他得了近段时间流行的手足口病,于是赶紧将小明送医诊断,果不其然,小明被确诊为手足口病。

“5岁以下的幼儿最容易感染上手足口病,3岁以下的孩子更容易得重症,家长一定要注意防范,并及时将患儿到医院做全面检查。”周红主任提醒广大家长。

“手足口病是一种典型的病毒感染。防范手段与防流感相似,主要多通风、勤洗手。家长在给婴儿换尿布后,一定要洗干净手后才能喂食。”周红主任建议,如果是轻型的手足口病,在一般医院的儿科治疗便可。但病情较重时,最好到专门有检查、治疗手足口病的医院。

## 剧烈咳嗽 当心急性喉炎

小磊平常跟小朋友玩耍时总爱大声叫喊,经常出现声音变粗、沙哑,并伴随着咳嗽,父母见习惯了,也就没有多心。直到前几日,小磊咳嗽不断,并带有微烧,咳嗽时好像胸腔有回音一样,父母才带他到医院,检查后发现,病情较重需要住院治疗。

“孩子玩耍、叫喊过多可能出现急性喉炎,但春季病毒多也可能引发这种疾病。如果孩子出现感冒发烧,咳嗽声音嘶哑不断,则要警惕是否是急性喉炎。”周红主任表示,急性喉炎严重时可能损害声带,还可能导致呼吸困难。因此,出现这些症状时,家长要注意及时治疗。

“急性喉炎多由感冒病毒引发。”周红主任建议,当孩子感冒时,家长最好不要让他到处去玩,

注意多休息、尽早治疗,不要传染给他人。平常也要注意勤通风、勤洗手,注意饮食清淡,少给小孩吃甜食、煎炸食物。

## 小儿喘憋 警惕支气管炎

“上周我接诊了一名才出生5个月的婴儿小翔,他的症状是老是出现咳嗽、有痰,有一天在睡觉时突然出现喘声,表情看似很痛苦,后来到医院诊断才发现是毛细支气管炎。”周红主任表示,痰卡在小翔的咽喉部位,如果迟一点送院,很可能出现危险。

“6个月以下的小儿更易患此病。”周红主任介绍,毛细支气管炎典型症状是出现咳嗽、喘憋。重症吸气时出现胸骨上窝及上腹部凹陷,面色苍白、口周发青、啼哭不止。

“如果孩子出现咳嗽、轻微出现喘憋,就要及时送医。以免小儿喘憋厉害,堵住了呼吸道导致不能呼吸。”周红主任提醒,碰到这种情况,家长首先可以将五指紧靠,手心形成凹洞,以这个手法,加上手腕的力度,从肩骨下方开始往上轻拍,震出孩子的痰。此外,在春夏交替季节,家长平时一定要注意勤通风、勤洗手,注意饮食清淡,少给小孩吃甜食、煎炸食物。



湖北科技学院附属第二医院

急病人之所急,想病人之所想

院办公电话:  
0715-8135247

院址:咸宁市温泉马柏大道168号

# 中医教你如何调养更年期?

■记者 叶子



48岁的市民孔女士最近总是出现失眠情况,给第二天的生活工作都带来巨大的影响。近日,孔女士去医院诊断后发现,自己是患得更年期综合征。咸安区中医医院北门分院内科主任王秀枝提醒,当女性进入更年期,雌激素水平下降,机体内分泌系统及神经血管功能都陷入紊乱的状态,便出现焦虑抑郁,心烦易怒,悲伤欲哭,情绪不受自我控制等一系列症状。

## 更年期症状因人而异

“更年期是卵巢功能逐渐衰退到最后消失的一个过渡阶段,女性一般在45-55岁之间进入更年期。”王秀枝主任介绍,在这段时期,女性内分泌功能失调及植物神经系统功能紊乱,加上心理及社会诸多因素的影响,可出现一系列如月经紊乱、心悸心慌、头晕耳鸣、失

眠多梦、心烦易怒、精神抑郁等状况,这一系列症状统称为更年期综合症。

“更年期是生活中必然经过的时期,在此期间,每个人反应的现象,只有程度轻重,时间长短的差异,而不可能不存在更年期。”王秀枝主任提醒,更年期患者和家属都要对更年期症状要有科学的认识和理解,要从知识上、精神上、思想上有准备地去迎接这一自然的生理变化。

## 积极进行检查和咨询

“更年期精神病主要表现为情绪焦虑、忧郁、妄想或植物神经症状和躯体不适,其发病与心理因素密切相关。”在王秀枝主任看来,治疗此病,用药物治疗外,心理疗法也很重要。

“由于妇女阳气不足,在治疗上,中医通常以补肺气滋肾精、益阴敛阳,调理气血的方法,使女性身体机能新的基础上达到平衡,从而消除或缓解病人的症状。”此外,王秀枝主任提醒更年期患者家属,亲情的抚慰也是改善更年期综合征必不可少的条件之一。

“更年期的人无论有无症状出现,都应该主动积极地进行医学检查和咨询。”王秀枝主任认为,一方面,通过医生的检查和治疗,能及

时帮助更年期女性机体功能的恢复。另一方面,更年期女性也可更多地了解到更年期生理变化常识和防护事项。

## 正确对待经期综合征

“患得更年期综合征的女性,首先要正确对待经期综合征,保持乐观、向上的精神,积极参与社会活动。”王秀枝主任建议,更年期的女性应该保持心情的舒畅,不应该感觉自己处在更年期自己先吓唬自己,此外还要多注意仪表,适当修饰打扮,因为良好的仪表、举止、风度会让人信心倍增。

“在饮食方面,更年期女性要注意调整饮食,应多吃谷类、动植物蛋白、新鲜蔬果等,少吃甜食、脂肪及食盐。”王秀枝主任同时提醒,更年期女性食物以清淡为主,高胆固醇高脂肪的食物建议不要多吃。

“更年期的女性都不怎么喜欢动,但是一定要参加一些体育锻炼,这样能够分散自己的注意力,对身体有好处。”王秀枝主任最后提醒,许多病在更年期发生率转高,但患者不必为此焦急不安,如果确诊有病,也要以积极的心态去面对,并积极配合医生,早些治疗。

咸宁新闻网  
www.xnnews.com.cn



扫一扫

更多精彩活动和免费礼品等你来

咸宁新闻网  
www.xnnews.com.cn



扫一扫

更多精彩活动和免费礼品等你来

咸宁新闻网  
www.xnnews.com.cn



扫一扫

更多精彩活动和免费礼品等你来

咸宁新闻网  
www.xnnews.com.cn



扫一扫

更多精彩活动和免费礼品等你来