

专家连线

扁桃体炎的治疗方法

□张志勇

人的口、咽内部容易受到细菌的侵袭而发炎;当机体因寒冷、烟酒过度、潮湿、过度劳累等原因造成抵抗力下降,细菌大量繁殖加强,导致扁桃体防御机能减弱,遭受细菌感染而发炎。这些病菌可能隐藏于扁桃体隐窝内,也可能是外界侵入的。

病因

扁桃体炎是咽部扁桃体发生急性或慢性炎症的病症,为儿童时期常见病。现代医学认为,扁桃体是人体咽部两个最大的淋巴组织,一般四五岁后逐渐增大,到12岁以后开始逐渐萎缩。正常情况下扁桃体能抵抗进入鼻和咽腔的细菌,对人体起到保护作用。但是,小儿由于身体抵抗力低,加上受凉感冒,就会使扁桃体抵抗细菌的能力减弱,从而导致口腔、咽部、鼻腔内的细菌以及外界细菌侵入扁桃体而产生炎症。该病临床上分为急性和慢性两种,主要症状是咽痛、发热及咽部有不适感等。该病可引起耳、鼻以及心、肾、关节等局部或全身并发症。引起扁桃体的细菌以溶血性链球菌为主,其他如葡萄球菌、肺炎球菌、流感杆菌以及病毒等也可引起。

临床表现

根据其病理改变不同可分为

卡他性和隐性以及滤泡性扁桃体炎等。一般就诊断和治疗而言,分为急性充血性扁桃体炎和急性化脓性扁桃体炎两种。

全身症状:起病急、恶寒、高热达39~40摄氏度,尤其是幼儿可因高热导致抽搐、呕吐或昏睡、食欲不振、便秘以及全身酸痛等。

局部症状:咽痛明显,吞咽时尤甚,严重时疼痛可放射至耳部,幼儿常因不能吞咽而哭闹。儿童扁桃体肥大影响呼吸时可妨碍其睡眠,夜间常惊醒不安。

体格检查:急性病容,面颊赤红,口有臭味,舌苔厚,颈部淋巴结特别是下颌角处淋巴结肿大,且有触痛感,白细胞明显增多。

急性充血性扁桃体炎,主要表现为扁桃体充血、肿胀、表面无脓性分泌物;急性化脓性扁桃体炎,表现为扁桃体及腭弓明显充血,扁桃体肿大;慢性扁桃体炎,表现为隐窝口有黄白色脓点,有时渗出物可成膜状,不超出扁桃体范围;滤泡性扁桃体炎主要表现为扁桃体实质之淋巴滤泡充血、肿胀、化脓,有蛋白小隆起。

治疗方法

扁桃体炎患者,如果有发热等全身症状较重,应立即卧床休息。扁桃体炎患儿高热时在39摄氏度以上时,应在就医之前先行物理降温,用凉水袋或冰袋冷敷头颈部、腋窝、腹股沟处。

常用西药

复方新诺明:成人首次服用2克,以后每次1克,每天服用两次;儿童每公斤体重首次50毫克,以后每次25毫克,每天服用两次。

阿莫西林:口服,成人一次0.5克,每6~8小时1次,每天剂量不超过4克;小儿每天剂量按体重每公斤20~40毫克,每8小时1次;3个月以下婴儿每天剂量按体重每公斤30毫克,每12小时1次。青霉素过敏及青霉素皮肤试验阳性患者禁用。

红霉素:口服,成人每天0.75~2克,分三四次服用;儿童每天剂量按体重每公斤20~40毫克,分三四次服用。对青霉素过敏者可选用。

青霉素片:口服,每次0.5~1克,每天三四次;小儿体重每公斤0.05~0.1克,分三四次服用。

常用中药

患者咽部疼痛逐渐加剧,吞咽不便,吞咽或咳嗽时疼痛加重,喉核红肿,咽部鲜红,并伴有发热恶寒、头痛、鼻塞、咳嗽咯痰时,可以选择中成药治疗。

羚翘解毒丸:每次9克,每天2次,温开水送服。

清咽片:每次4~6片,每天3次,温开水送服。

清咽利膈丸:每次6克,每天2次,温开水送服。

清咽润喉丸:每次9克,每天2次,温开水送服。

日常护理

一、扁桃体发病时,应多注意休息,多喝水,避免细菌感染后在体内产生毒素等。

二、注意个人卫生,尤其是口腔卫生,应保持口腔清洁无异味。患者可用淡盐水漱口,每天多次。

三、应用抗生素治疗扁桃体炎时,若患者持续高热,应及时向

医生说明,以便及时得到处理,以尽量缩短治疗周期。如果小儿体温过高,应物理降温,用冰袋敷头颈部,也可以用酒或低浓度酒精擦拭头颈、腋下、四肢,帮助散热,防止患儿发生惊厥。

四、急性扁桃体炎不是一种单纯的局部疾病,当细菌或病毒毒素进入血液循环后,会引起一系列的并发症,如风湿热、心肌炎、肾炎、关节炎等;此外,邻近器官也可能并发淋巴结炎、中耳炎等。因此,在发生急性扁桃体炎时,如果患者有特殊症状,应及时向医生反映,以便及时得到处理。

五、为了预防疾病的反复发作,注意做些力所能及的运动,以增强体质和增强抗病能力,避免扁桃体炎反复发作等。

六、注意室内光线充足,空气流通;保持适宜的温度和湿度。值得注意的是,为了避免小儿出现抵抗力下降,产妇应注意坚持母乳喂养,因为母乳中的免疫因子对提高小儿的免疫能力有重要作用。

(作者供职于武汉市人民医院)



寻医问药

Xun Yi Wen Yao

专家团队 答疑解惑

专家:郑州大学第一附属医院 苏卫国



网友:

我的父亲因患脑梗死瘫痪在床。由于我们缺乏护理知识,导致父亲出现了压疮。我想了解一下关于压疮的护理知识,以及如何避免压疮发生。

苏卫国:

预防压疮主要在于消除其发生的原因与诱因。因此,护理要做到七勤,即勤观察、勤翻身、勤擦洗、勤按摩、勤整理、勤更换、勤交班。

避免局部组织长期受压

一、鼓励和协助卧床患者经常更换卧位,一般每2小时翻身1次,必要时可将换位间隔时间缩短。翻身时应抬起患者,避免拖、拉、推等动作。

二、患者身体空隙处垫软枕、海绵垫,可使用气垫、水垫等,从而降低骨突出处所受压力。不宜使用可引起溃疡的圈状垫,如橡胶气圈和棉圈等。

三、对使用石膏、夹板、牵引固定的患者,要检查衬垫是否平整、位置是否适当。还应随时观察患者局部和肢端皮肤颜色改变。

促进局部血液循环

护理人员要经常查看患者受压部位,定期用50%乙醇或红花酒精进行按摩。

全背按摩:协助患者侧卧或侧卧,露出背部和臀部并观察。先用热水擦洗,再用50%乙醇做全背按摩。按摩从患者骶尾部开始,双手沿脊柱两侧向上至肩部后环形向下按摩,回到尾骨处,反复数次。

局部按摩:用50%乙醇,以手掌大小紧贴患者皮肤做环形按摩,压力由轻到重,再由重到轻,每次三五秒。

改善营养状况:患者病情许可时,应给予高蛋白、高维生素膳食,适当补充矿物质。口服硫酸锌口服液可增强机体抵抗力和组织修复能力,还可促进慢性溃疡愈合。



苏卫国

实用验方

治疗久咳不愈验方

川贝母12克,罗汉果1个(捣烂),水煎,每天1剂,分2次服用。

治疗感冒验方

葛根50克,水煎,每天1剂,分2次服用。

治疗跟骨痛验方

川芎50克,研磨成粉末,用醋搅拌成泥,每天晚上用纱布包裹在脚跟处,连续应用7天。

治疗产后乳汁缺少验方

通草15克,炒王不留行30克,漏芦30克,当归15克,猪蹄1个。水煮,待猪蹄熟透后,去掉药渣,吃猪蹄、喝汤。

(以上验方由孙炳甫提供)

本版药方需要在专业医生指导下使用

经验分享

干燥综合征的护理

□梅志敏



干燥综合征是一种主要累及外分泌腺体的慢性炎症性自身免疫疾病。该病分为原发性和继发性两种。

对症护理

眼睛干燥的护理:眼睛干燥是该病常见的临床表现,表现为眼睛有异物感和灼灼感,或眼前幕状遮蔽感等。针对该症状,医护人员要嘱咐患者避免受强光刺激,外出应戴遮阳镜、举遮阳伞等。患者要坚持每天用生理盐水冲洗眼部以保

持湿润,必要时可滴眼药水或人工泪液,减少看书、看报、看电视等活动,防止视疲劳。眼部一旦发生感染,要及时对症治疗。

口腔干燥的护理:由于口腔唾液分泌减少,细菌生长,会导致口干、龋齿。因此,医护人员要嘱咐患者经常用液体湿润口腔,多食用促进唾液分泌的食物,如杨梅、山楂等酸性食物。患者每天早晚用软毛牙刷刷牙、漱口,注意动作轻柔。患者要经常到口腔科检查,防止或延迟龋齿发生。重症干燥综合征患者要做好口腔护理,注意预防口腔霉菌感染。

鼻腔干燥的护理:鼻腔干燥者,可用生理盐水滴鼻,保持鼻腔湿润,但禁用油性润滑剂,避免引起类脂性肺炎。当鼻腔干燥不适时,禁止用手指抠鼻,避免损伤毛细血管从而引起鼻腔出血。

皮肤干燥、发热的护理:患者皮肤干燥及发热是由皮脂腺分泌减少,散热机制受影响所致。患者尽可能不要在炎热的地方停留,预防高热中暑;内衣选择纯棉材质,并经常更换;洗浴后涂抹油脂类护肤膏,保持皮肤湿润以预防干裂;发热时,多饮水,补充电解质,采取冰敷等物理降温措施。

特殊护理

唇腺活检术后护理:唇腺活检是确诊干燥综合征的有效诊断措施。患者唇腺活检标本应规范保存送检,唇腺活检后应注意口腔及局部清洁,给予流质饮食,适当应用抗生素,避免局部感染。

免疫抑制剂治疗护理:应用免疫抑制剂时,要注意观察患者有无中性粒细胞减少,服用激素类药物时注意血压是否升高,有无血尿及霉菌感染等。患者长期应用激素类药物时要注意预防骨质疏松症,适量补充钙剂。

(作者供职于登封市人民医院)

家长如何正确引导叛逆期的青少年

□王体宾

升入初中以后,有些青少年常会出现严重的叛逆现象,家长明显感觉到孩子没有以前那么容易管教了。为什么出现这种现象呢?

其实,这就是人们常说的叛逆期现象。叛逆指对旧的规矩、事物、观点不满,认为不再适用于现在。他们虽然认识到新事物有不完善之处,并且不验证其相对于旧事物的具体优越性,在不满新事物的情况下,优先选择尝试新事物。对老事物的否定带有较大片面性和盲目性,往往默认老事物等同于无用、过时、腐朽等。

青少年处于孩童与成人之间的青少年期,在儿童走向成年的过渡期中,由于体格急剧变化和知识以及活动领域的扩大,心理与生理上发生了较大变化,经常会遇到感情困惑和概念冲突。他们经历简单、思想单纯,考虑问题常因疏于周密而导致容易走向极端。叛逆期一般形成年龄在10~16岁之间。

常见的原因:一、青少年的神经系统逐渐成熟,思维能力加强,

自我意识越来越强,认为自己可以独立,不再像以往那样依赖父母;二、第二性的出现,让孩子产生了性别上的明显差异,继而影响青少年情绪稳定;三、父母要求过于严格或过于溺爱孩子,导致孩子出现反抗或过度需求;四、对日常生活中的压力无法适应;五、学习环境的影响,老师和家长教育引导方法不适合孩子的年龄;六、不良同伴关系的影响。

对逆反期的心理、行为如果不加以正确引导,会导致青少年对人和事物产生多疑、偏执、冷漠、不合群、对抗社会等病态性格,使之信念动摇、理想破灭、意志衰退、工作消极、学习被动、生活萎靡等,进一步发展还可能向犯罪心理和病态心理转变,从而走向极端。

叛逆期常见心理问题

一、青春期生理发育迅速成熟,但心理发育则相对迟缓,从而造成心理不平衡和身心功能障碍,主要表现为对身体机能的异常关注,对生理急速变化不满意

等。二、青少年情绪体验强烈而多变,经常失去平衡,难以自控,容易出现抑郁、焦虑等,甚至产生自伤的想法和行为。

三、青春期是男女性别角色分化的关键时期,也是男女两性认同其身份角色的关键时期,如果处理不慎,容易造成男生女性化和女生男性化等问题。

四、人格特征上表现为逆反、偏执、极端等。

五、经常处于和父母等成人的冲突之中,代沟问题明显。

具体分析正确引导

一、要充分理解这个时期孩子的心理特点,家长要认识到这个时期具有普遍性。青少年特别敏感。家长要了解孩子的潜在原因,避免指责,给予更多关怀,减轻孩子的压力与减少受伤

的来源。二、叛逆期是自我观念的成形与思想的启发阶段,青少年非常容易受到影响,也最需要他人对自己的认同与支持。家长要避免采用压制手段,也不要因为孩子的叛逆行为,就直接贴上叛逆期标签。老师和家长要在此时给予孩子更多的关注,千万不要用责骂的方式来处理问题。

三、要善于分析孩子的要求,即使是非常荒唐的要求,也应在慎重考虑之后,给予响应或讨论,找出充分的理由,让孩子明白道理。

四、只要与孩子有关的决定,必须先询问孩子的意见,认真倾听并共同讨论。不要强迫孩子接受大人的意见,为孩子留下学习、思考的自由空间。

五、要用真诚的态度对待孩子。孩子犯了严重的错误之后,应该给予改正的机会。作为孩子的父母,必须重新调整自己的立足点,掌握正确的方法,才能面对所谓的叛逆。让彼此处在一个平等的位置,相互尊重,帮助孩子安全度过叛逆期。(作者供职于郑州市第八人民医院)



协办:郑州市精神卫生中心 郑州市第八人民医院 心理热线:(0371) 68953120

新乡医学院副院长文建国: 小儿遗尿的诊断和治疗



扫码看视频

专家名片:

文建国,主任医师,教授,博士生导师,郑州大学第一附属医院特聘教授,新乡医学院副院长,首届中原名中医,享受国务院颁发的政府特殊津贴;任中国医师协会小儿外科医师分会副会长,《中华小儿外科杂志》副主编,国际尿控协会(ICS)儿童委员会委员,国际尿控协会小儿泌尿学校校长。他带领医院尿控团队发表专业学术论文700多篇。

征稿

为了更好地为基层医生的日常诊疗工作提供帮助,本版对内容进行了调整,设置了《专家连线》《实用验方》《误诊误治》《经验分享》《临床提醒》《急救技巧》等栏目。请您关注,并提供稿件或建议。

稿件要求:尽量原创,言之有物,具体可行;需要1000字以内;可以用小故事开头,以增加趣味性。

联系人:朱忱飞 电话:(0371) 85966391 投稿邮箱:5615865@qq.com 邮政编码:450000 地址:郑州市金水东路与博学路交叉口东南角河南省卫生健康委员会8楼医药卫生报社编辑部