

带你了解儿童肺炎的防治

□古玉玉

儿童肺炎是指肺部组织中的炎症反应,导致肺泡和支气管受损。儿童肺炎是全球最常见的传染病之一,特别是对于5岁以下的儿童而言。根据世界卫生组织的数据,每年约有1500万名儿童因肺炎而住院治疗,其中超过100万名儿童因此丧失了宝贵的生命。尽管在许多国家已经实施了针对肺炎的预防措施,但儿童肺炎仍然是一个重要的公共卫生问题。

儿童肺炎的主要病因包括细菌和病毒感染。最常见的细菌病原体是肺炎链球菌、流感嗜血杆菌和肺炎支原体等。而病毒感染则包括呼吸道合胞病毒、腺病毒、流感病毒和副流

感病毒等。其临床表现多种多样,通常包括发热、咳嗽、呼吸急促、胸闷、乏力等。有些患儿还可能出现食欲不振、睡眠障碍及呼吸困难。儿童肺炎的诊断通常依靠临床症状和体征,结合实验室检查和影像学检查。对于轻度病例,通常采取支持性治疗,包括休息、充足的水分和退热药物。对于中度至重度病例,可能需要住院治疗,并给予抗生素或抗病毒药物。基于此,儿童肺炎的防控策略就显得格外重要。

正确的预防知识 儿童肺炎的预防需要正确的知识指导。家长、幼儿园教师和医护人员应该接受相关培训,了解

儿童肺炎的病因、传播途径及预防方法。可以通过宣传手册、健康教育课程等形式将知识传递给更多的人,提高公众的预防意识。

疫苗接种 疫苗接种是预防儿童肺炎最重要的措施之一。目前,有两种主要类型的疫苗可用于预防儿童肺炎:肺炎链球菌疫苗和流感疫苗。肺炎链球菌疫苗可以预防由肺炎链球菌引起的肺炎,包括肺炎、中耳炎和脑膜炎等。流感疫苗则可以预防由流感病毒引起的肺炎。及时接种这些疫苗可以大大降低儿童肺炎的风险。

勤洗手 良好的卫生习惯对于预防儿童肺炎同样至关重

要。儿童经常接触各种细菌和病毒,而洗手是最简单有效的防止感染途径。家长应教育孩子养成勤洗手的好习惯,特别是在接触口鼻、进食前和使用公共厕所后。使用肥皂和温水洗手,并彻底搓揉双手,至少持续20秒,然后用干净的纸巾擦干或吹干。

改善室内空气质量 室内空气质量对于儿童肺炎的预防同样很重要。确保室内通风良好,并定期清洁和更换空调过滤器,有助于减少空气中的颗粒物和污染物。此外,避免使用有害的化学物质和香料,尽量使用无味或低刺激性的清洁剂和洗涤剂,以减少对儿童呼

吸系统的刺激。

避免接触病原体 儿童肺炎通常是由细菌、病毒或真菌感染引起的,因此避免与患有呼吸道感染的人密切接触非常重要。如果有家庭成员感染了呼吸道疾病,应尽量减少他们与儿童的接触,并保持良好的个人卫生习惯。另外,避免带孩子去拥挤不洁的地方,尤其是在流感季节或疫情期间。

值得注意的是,以上措施可以帮助降低儿童肺炎的风险,但不能百分之百预防。如果孩子出现呼吸道感染症状,应及时就医,并遵循医生的建议进行治疗。
(作者供职于鱼台县人民医院)

孩子的成长发育是一个复杂而精密的过程,牵涉到许多医学领域的知识,如生长激素、骨骼发育、营养等。本文就来探讨一下儿童生长发育的医学知识,揭示其背后的奥秘。

遗传因素

遗传因素在儿童生长发育中起着重要作用,孩子的身高、体型、生长速度等特征往往受到父母基因的影响。身高是一个复杂的性状,会受到多个基因的共同作用。父母身高越高,子女身高越有可能达到较高水平。但并非一切都由基因决定,环境因素同样重要。遗传倾向只是一个潜在的趋势,后天的营养、生活习惯等也会对儿童的生长发育产生影响。

生长激素

生长激素是儿童生长发育的重要驱动力之一。这种由脑下垂体分泌的激素直接影响着骨骼和肌肉的生长。在儿童的成长过程中,生长激素促使骨骼的骨母细胞分裂和骨化,从而促使骨骼的纵向增长。生长激素还通过促进蛋白质的合成,对肌肉的发育起到关键作用。因此,正常的生长激素分泌对于儿童身高和体重的增长至关重要。

骨骼发育与关节生长

骨骼发育是儿童生长过程中的一个重要方面。婴幼儿时期,骨骼主要由软骨构成,随着时间的推移,软骨逐渐转化为硬骨。在骨骼发育过程中,关节的生长也是一个关键环节。关节的发育不仅影响到儿童的运动能力,还关系到骨骼的整体结构和功能。适当的运动和足够的营养有助于促进骨骼和关节的健康发育。

营养的重要性

营养是儿童生长发育的基础,蛋白质、碳水化合物、脂肪、维生素和矿物质是儿童正常生长所需的关键营养素。蛋白质是构建肌肉、骨骼和其他组织的基本材料,碳水化合物则为能量提供者。脂肪在细胞膜的形成功能。维生素和矿物质是许多生化反应的催化剂,影响儿童的各种生理功能。

激素与性征发育

除了生长激素,性激素也在儿童的成长过程中发挥着重要作用。在青春期,性激素的分泌逐渐增加,引发了次生性征的出现,如乳房发育、男子胡须的生长等。这个时期的变化与骨骼的生长、身高的增加及体型的塑造密切相关。激素的平衡和正常分泌对于儿童青春期的正常发育至关重要。

心理与生长发育

儿童的生长发育不仅仅是身体层面的变化,还涉及心理和认知的发展。随着年龄增长,儿童的认知能力、情感管理能力及社交技能都在不断发展。正向的家庭环境、充分的学习和适度的社交,有助于促进儿童全面健康成长。

儿童生长发育是医学领域一个复杂而充满挑战的过程,从生长激素的分泌到骨骼的发育,再到营养的供应和心理的发展,每一个方面都与儿童的健康密切相关。家庭、医疗机构及社会应共同努力,提供支持和关怀,为孩子们打造一个良好的生长环境,帮助他们健康快乐地成长。
(作者供职于枣庄市市中区妇幼保健院)

影响孩子健康成长的因素有哪些

□唐柳

盆腔炎对女性健康的影响

□张雅平

盆腔炎是一种常见的妇科疾病,由多种细菌感染引起。盆腔炎早期症状通常比较轻微,病情的严重程度因细菌感染的种类和数量不同而有所不同。如果没有及时医治,盆腔炎病情会逐渐加重,给女性的身体健康带来很大的危害。那么,盆腔炎的临床表现有哪些,又会引起哪些并发症呢?

盆腔炎的临床表现

下腹部不适 盆腔炎的一个主要症状是下腹部不适或疼痛。这种不适与痛经很相似,但是不同之处在于它通常会持续时间较长,并可能随着病情的加重而变得更加剧烈。

不正常的月经 盆腔炎会导致患者月经周期不规律,有时甚至会引起月经量减少或月经停止。这是因为盆腔炎破坏了正常的卵巢功能,影响到女性生殖系统的正常运作。

白带异常 盆腔炎通常会导致阴道分泌物增多,并且这些分泌物会呈现出变化。患者可能会感觉到分泌物的颜色或质地与平常不同,这表明细菌感染已经影响了阴道内的自然菌群平衡。

发热 盆腔炎会引起轻微的发热,这是身体应对和控制感染的一种正常反应。然而,发热如果得不到及时控制,会导致热量积累,并可能引起相关并发症。

同房不适或疼痛 盆腔炎会侵犯阴道和子宫内壁组织,导致同房时出现不适或疼痛。这种情况会特别影响妇女的生活质量。

尿频、尿急 盆腔炎可能会影响膀胱的正常功能,导致尿频或尿急。当病情进一步加重时,可能会引起膀胱炎或者肾盂肾炎等感染性疾病。

盆腔炎的常见并发症

不孕症 盆腔炎是造成妇科疾病的主要原因之一,与不孕症的发生密切相关。盆腔炎引起子宫内膜或输卵管形成瘢痕,使卵子不能在输卵管内顺利通过,导致不孕症。

输卵管积水 盆腔炎引起的子宫内膜或输卵管瘢痕,使卵子不能在输卵管内顺利通过,导致不孕症。部分患者盆腔炎发展迅速,去医院做检查时,已经发现了严重的输卵管积水,导致输卵管完全失去功能,这时候再通过手术治疗也无法改变不孕的后果。

盆腔脓肿 盆腔炎严重起来,会发生盆腔脓肿,症状会比较明显,下腹部疼痛加重,体温不断上升,往往需要紧急手术处理。如果不及时治疗,脓肿可能会扩散到其他器官,给患者的身体健康带来极大的危害。

腹膜炎 盆腔炎如果不及时治疗,可能会发展成为严重的腹膜炎,表现为发热、腹部剧烈疼痛、呕吐、腹泻等,病情严重的可能会危及生命。

其他疾病 在发展过程中,盆腔炎有时会对患者的尿道造成影响和困扰,导致尿道炎。

总的来说,盆腔炎是一种危害较大的疾病。当出现下腹部不适、发热、白带发黄等症状时,应该第一时间去医院就诊,避免因拖延治疗导致并发症,对身体健康造成更大伤害。平时要注意个人卫生,缓解工作压力,增强自身抵抗力,以减少盆腔炎等疾病对女性健康带来的影响。
(作者供职于滕州市中医医院)

哪些情况预示孕妇要临产了

□王宇

分娩是每个孕妇都要面临的问题,那么,当出现什么情况时,可能意味着孕妇临近分娩呢?

临产指征 是指分娩即将开始的征兆和症状,包括以下几种常见的情况。

宫缩 真正的宫缩是子宫肌肉收缩和放松,常表现为腹部下坠、紧绷、疼痛或不适等感觉。宫缩逐渐变得规律,并且在一段时间内变得频繁、有节律、持续时间更长,这可能是即将临产的征兆。

破水 由于子宫收缩加强,胎儿压力增大,导致羊膜破裂,阴道流出液体,通常称为破水。破水后,羊水会不断流出,可能是一滴一滴,也可能是量较大的液体。破水是临近分娩的重要征兆,但并非所有的分娩都以破水开始。

腹痛或胎动变化 有些孕妇可能会在临近分娩时感到腹部不适或腹痛,这可能是子宫收缩和宫颈扩张的征兆。同时,孕妇还可能感觉到宝宝的胎动模式发生变化,

胎动可能减少但更有力,或者出现规律的胎动等。

宫颈变化 宫颈变化也是临产指征。宫颈逐渐扩张和变软,有时会出现黏液栓,通常带有粉红、棕色或微量鲜红色的血迹。这些变化表明子宫正在为分娩做准备。

阴道出血 在临产前1天~2天,阴道会分泌血性黏液,俗称“见红”。这是子宫收缩,宫颈部及子宫内黏膜和血液混合后产生的黏液。

压力感 临产前,孕妇可能会感觉到骨盆区域的压力和沉重感,这是因为宝宝开始下降到骨盆中,给骨盆造成了压迫感。

每个孕妇的情况不同,临产迹象和表现也会有所不同。如果怀疑自己或家人即将临产,请及时与医生或产科护士联系,获取专业的指导和建议。

一般情况下,生产会经历以下过程。

规律宫缩 当出现规律宫缩时,标志着孕妇正式进入产程,第

一产程一般需要8小时~14小时,初产妇可能更长。

羊膜破裂 羊水从阴道流出,标志着分娩的开始,当孕妇宫口开到十指,即宫口开大10厘米时,产妇可以开始用力,此时是第二产程。初产妇在第二产程一般不超过3小时,经产妇不超过2小时。

胎儿娩出 当胎儿头部通过阴道口时,产妇会有明显的轻松感。

胎盘剥离 胎儿娩出后,胎盘一般会在5分钟~15分钟内从子宫剥离出来。如果超过30分钟没有剥离,医生就要进行人工剥离。

产程结束 胎盘出来后,整个产程完成。

需要注意的是,生产的过程可能会因个体差异和医疗条件等因素而有所不同。但请相信医生和护士,一定会尽全力保障产程顺利和母婴安全。
(作者供职于山东省菏泽市鄄城县人民医院)

什么才是科学的孕育方式

□张彦敏

怀孕是女性一生中的特别时期,需要身边的人给予特别的关注。本文将介绍妊娠期需要注意的事项和科学的孕育方式,帮助准妈妈迎接新生命的到来。

妊娠期间的注意事项 妊娠期间,孕妈妈要注意以下几点。

均衡饮食 妊娠期间需要保证营养均衡和充足,建议多摄取富含蛋白质、铁质、叶酸和钙质等营养素的食品,如鸡蛋、鱼肉、奶制品和蔬菜。同时,要避免食用油炸、熏制和高糖食品等,避免影响胎儿健康。

适度运动 适度的锻炼有益于孕妇和胎儿的健康,还可以缓解身体不适,减少妊娠糖尿病的风险。建议选择适合孕妇的运动方式,如散步、瑜伽和强度较弱的体育活动等。

远离环境污染 妊娠期间应避免接触或暴露在空气污染、放射性物质和有毒化学物质等环境下,保护胎儿和母体的健康。

注重个人卫生 妊娠期间需要注重个人卫生,经常洗手、漱口和洗澡,保持身体清洁和健康,有助于避免感染和疾病。

定期产检 妊娠期间需要定期进行产检,检查胎儿的生长情况,检测孕妇的各项指标,如血压、血糖等。

如何科学孕育宝宝

孕育宝宝是一段非常充实的过程,也是家庭目标之一。

首先,孕前科学进行性生活。定期性生活可以提高宝宝孕育成功率,建议在排卵期进行性生活,通常在月经后的第11天~21天。女性可以用排卵试纸来确定排卵周期。其次,要均衡饮食。男女双方应保持健康的饮食习惯,饮食中可以加入适量的蛋白质和铁质。男性可以多吃含锌的食物,如瘦肉、坚果等,避免过量饮酒和吸烟。研究表明,过量饮酒和吸烟会影响生育能力。在怀孕期间,酒和烟也会影响胎儿的健康,要避免这些不良习惯。最

后,妥善处理压力和情绪。压力和负面情绪会影响生育能力,建议男女双方通过锻炼、休息、娱乐等方式缓解压力和焦虑,保持身心健康。

产后,建议母乳喂养。母乳喂养是最好的喂养方式,母乳中含有丰富的免疫球蛋白及营养物质,有助于预防感染和促进宝宝健康成长。要注意营养均衡,慢慢引导宝宝接受不同的食物,增加营养摄入量。宝宝用药要经过医生的问诊,以防发生不良反应。定期接种疫苗,保护宝宝的免疫系统,预防常见疾病。要注意个人卫生,减少室内空气污染,保持环境整洁。

总之,科学的孕育方式对夫妻双方的身体健康和孕育宝宝都有很大的帮助。夫妻双方应健康饮食,加强锻炼,保持心情愉悦,及时检查身体等,创造更好的生育环境。
(作者供职于临沂市河东区郑旺镇卫生院)

磁共振诊断新生儿缺氧缺血性脑病的优势

□郑欣

新生儿缺氧缺血性脑病是一种常见的婴儿脑部损伤,通常是由于出生时缺氧或缺血引起的。磁共振作为一种无创、高分辨率的影像技术,在新生儿缺氧缺血性脑病的诊断中具有优势。那么,新生儿缺氧缺血性脑病磁共振诊断有什么优势,注意事项有哪些呢?

磁共振诊断有什么优势

高分辨率影像 磁共振能够提供高分辨率图像,可以清晰地显示婴儿的脑部结构和组织变化,帮助医生准确定位病变区域。

多维信息 磁共振可以提供不同序列的图像,这些不同序列

可以提供关于脑组织的多维信息,有助于准确地评估损伤程度。

早期诊断 通过磁共振可以在早期识别出新生儿缺氧缺血性脑病的异常脑部变化,有助于及早采取干预措施,最大程度地减少潜在的神经系统损害。

全面评估 磁共振可以评估不同脑区区域的异常,包括脑皮层、白质和基底节等,有助于医生全面了解脑部受损的范围和程度。

无创性 磁共振是一种无创性检查,不需要使用放射线,对婴儿的身体没有伤害。

后续随访 磁共振可以用于

后续随访,监测婴儿的脑部发育和恢复情况,以及评估治疗效果。

磁共振诊断注意事项

安全性 磁共振是无创性检查,但需要确保设备的安全性。由于婴儿的脑部组织尚未完全发育,医生需要权衡风险和收益,确保磁共振的安全性。

麻醉 由于婴儿无法自主配合,进行婴儿磁共振检查通常需要使用麻醉,确保婴儿在检查过程中保持安静。麻醉需要由专业医生进行,家长要在医生的指导下决定是否使用麻醉。

衣着 婴儿在进行磁共振检查时需要穿着适当的服装,避免

穿戴金属饰品、纽扣等物品,以免影响磁共振的图像质量。

营养 确保婴儿在磁共振检查前已经进食,以免在检查中因饥饿而不安。但也要注意不要过饱,以免影响婴儿在麻醉下的情况。

配合 尽量使婴儿保持平静和安静,避免情绪激动。

家长陪同 通常情况下,家长可以陪同婴儿进行磁共振检查,使婴儿感到安全和舒适。

专业团队 确保在经验丰富的医疗团队的指导下进行磁共振检查,医生和技术人员需要有专业知识、技术和经验,确保检查顺利进行。
(作者供职于泰安市妇幼保健院)

医疗史 在进行磁共振检查前,提供婴儿的详细医疗史,包括病史、过敏史等,以便医生更好地了解婴儿的情况。

术语解释 家长可以向医生询问关于磁共振的一些术语,以便更好地理解检查的目的和过程。

总之,进行新生儿缺氧缺血性脑病磁共振检查时,需要考虑婴儿的年龄、健康状况和医疗需求,确保检查的安全和顺利进行。家长应在医生的指导下配合医疗团队,为婴儿提供最好的护理。
(作者供职于泰安市妇幼保健院)