

孩子得了荨麻疹怎么办

□张潇

荨麻疹是一种皮肤上的红色风团和瘙痒性斑块，在儿童中的发病率较高，通常会在几个小时内消失，但会在其他部位重新出现。这种皮疹通常是突发性的，并且会伴随着不同程度的瘙痒。荨麻疹的症状轻重不一，有的仅出现少量皮疹，而有的则全身泛发，甚至累及喉头、支气管，引发呼吸困难。

荨麻疹的病因

荨麻疹的病因复杂多样，最常见的是过敏反应。当孩子接触到过敏原，如食物、药物、尘螨、花粉等，身体会产生过度的免疫反应，导致皮肤炎症和瘙痒。此外，感染、冷热刺激、精神压力等也可能引发荨麻疹。

荨麻疹对儿童的影响

荨麻疹看似只是一种普通的皮肤病，但实际上可能对儿童的身心健康产生深远的影响。首先，持续的瘙痒会严重影响孩子的睡眠质量，导致白天疲劳和注意力不集中。长期下来，可能会影响孩子的生长发育和学习成绩。

此外，荨麻疹可能导致孩子产生自卑和社交焦虑。因为荨麻疹的红肿和皮疹会受到同龄人的嘲笑或排斥时，孩子可能会开始逃避社交活动，逐渐变得孤僻。

荨麻疹的治疗

避免过敏原：了解并避免接触可能的过敏原是预防荨麻疹的关键。家长应仔细观察孩子的日常生活，找出可能引起过敏反应的物质，如某些食物、药物或环境因素。

药物治疗：如果孩子的荨麻疹症状严重，可以在医生的指导下使用抗组胺药物，如扑尔敏、氯雷他定等。这些药物可以减轻过敏反应和瘙痒症状。

局部止痒：对于瘙痒明显的部位，可以使用炉甘石洗剂、止痒药膏等局部止痒药物。注意不要用力搔抓，以免引发皮肤感染。

增强免疫力：保持充足的睡眠、均衡的饮食和适当的运动有助于增强孩子的免疫力，降低荨麻疹的发作风险。

荨麻疹的预防与护理

保持室内清洁：定期清洁室内环境，减少尘螨和霉菌的生长。定期更换床单、枕套等床上用品，保持室内通风良好。

衣物选择：选择宽松、柔软、透气的衣物，避免穿着紧身或粗糙的衣物。

饮食调理：鼓励孩子多喝水，多食用富含维生素C和维生素E的食物，如柑橘类水果、绿叶蔬菜和坚果等。尽量避免食用过多加工食品和高过敏食物。

儿童支气管肺炎的护理要点

□郭妍妍

作为一种常见的儿童呼吸系统疾病，儿童支气管肺炎常常让家长倍感焦虑和担忧。通过了解儿童支气管肺炎的护理要点与注意事项，家长可以更好地照顾和护理孩子，促进孩子早日康复。

护理要点

呼吸道护理 对于支气管肺炎患儿来说，保持呼吸道通畅至关重要。家长应鼓励孩子多喝水，以稀释痰液，促进痰液的排出。同时，定期为孩子拍背，有助于痰液松动和排出。如果孩子出现呼吸困难或憋气的症状，应及时就医，可能需要使用吸氧或雾化治疗来缓解症状。

饮食调理 在患病期间，孩子的食欲可能会受到影响，因此饮食调理也是护理的一项重要。家长应提供营养丰富、易消化的食物，如瘦肉、鱼、蛋、新鲜蔬菜和水果等。避免给孩子食用油腻、辛辣等刺激性食物，以免加重咳嗽和痰液分泌。同时，注意少食多餐，避免一次性进食过多，导致消化不良。

休息与睡眠 患病期间，孩子需要充足的休息来恢复体力。家长应确保孩子有足够的睡眠时间，并为其创造一个安静、舒适的睡眠环境。同时，避免让孩子进行剧烈运动或过度劳累，以免加重病情。

观察病情变化 家长应密切关注孩子的病情变化，包括咳嗽、咯痰、发热、呼吸困难等症状的改善情况。如果孩子的症状持续加重或出现新的症状，如呼吸急促、胸痛等，应及时就医，以便医生调整治疗方案。

注意事项

遵医嘱用药 家长在为孩子用药时，应严格遵循医生的指导，不得随意更改药物的剂量或种类，以免影响治疗效果。同时，注意药物的副作用和不良反应，如有异常应及时就医咨询。

避免交叉感染 支气管肺炎患儿在患病期间免疫力较低，容易感染其他疾病。因此，家长应尽量让孩子去人群密集的场所，减少交叉感染的风险。同时，家庭成员也要保持良好的个人卫生习惯，如勤洗手、戴口罩等，以降低孩子感染其他疾病的可能性。

增强免疫力 为了预防支气管肺炎的复发，家长应重视增强孩子的免疫力。可以通过合理膳食、适量运动、保持充足睡眠等方式来提高孩子的免疫力。此外，定期接种肺炎疫苗也是预防支气管肺炎的有效手段之一。

心理关爱 患病期间，孩子可能会因为身体不适而感到烦躁、焦虑或恐惧。家长应给予孩子足够的关爱和支持，鼓励他们勇敢面对疾病，积极配合治疗。同时，保持良好的家庭氛围和亲子关系，有助于孩子更快康复。

(作者供职于山东省冠县新华医院)

无痛分娩是否影响孩子智力

□刘昂 苏斌

无痛分娩是近年来在产科广泛推广的一项技术。通过使用麻醉药物，可以大大减轻产妇在分娩过程中的痛苦。然而，许多人对无痛分娩存在疑虑，特别是担心这种麻醉方式会影响孩子的智力发育。

无痛分娩主要通过椎管内麻醉实现。这种麻醉方法是在产妇的脊椎区域注射麻醉药物，使腰部以下的感觉神经暂时失去痛觉，从而减轻分娩时的疼痛。椎管内麻醉不会影响大脑的功能，也不会通过胎盘进入胎儿体内，对胎儿的直接影响非常有限。

关于无痛分娩是否会影响孩子智力，目前已有大量的研究结果表明，无痛分娩不会对孩子的智力发育造成负面影响。研究人员通过对接受无痛分娩和自然分娩的儿童进行长期随访，发现两组儿童在智力、语言、行为等方面没有显著差异。这说明，无痛分娩不会影响孩子的智力发育。

此外，分娩过程中控制疼痛对产妇和胎儿都有益处。产妇在剧烈疼痛中分娩会导致体内应激激素水平升高，这些激素可以通过胎盘传递给胎儿，可能对胎儿产生不利影响。无痛分娩通过减轻产妇的疼痛和压力，可以帮助她们更好地应对分娩过程，从而减少应激激素的释放，这对胎儿是有益的。

当然，无痛分娩也不是完全没有风险。椎管内麻醉可能会带来一些并发症，如低血压、头痛和腰痛等，但这些并发症发生率较低，且大多数情况下是可以控制和处理的。选择无痛分娩时，产妇应与医生充分沟通，了解相关的风险和益处，做出最适合自己的决定。

此外，无痛分娩还有助于改善产后恢复情况。无痛分娩减轻了分娩时的疼痛和紧张，有助于产妇缓解心理压力，并在产后更快恢复体力。这不仅对母婴健康有利，还能提升整体分娩体验。

无痛分娩的另一个好处是能够降低剖宫产的概率。在很多情况下，产妇因为无法忍受分娩疼痛而选择剖宫产，而无痛分娩可以有效缓解疼痛，使更多的产妇能够顺利完成自然分娩，从而减少手术带来的风险，并缩短恢复期。

综上所述，无痛分娩作为一种成熟的麻醉技术，已经在临床上广泛应用，并得到充分的验证和认可。它不仅能够有效减轻产妇的分娩疼痛，不会对孩子的智力发育造成负面影响。

(作者供职于菏泽市立医院/山东省立医院菏泽医院麻醉科)

不孕不育的中医疗法

□马海燕

许多夫妇在生育的道路上遭遇重重困难，不孕不育问题日益受到人们的关注。中医疗法为这些夫妇提供了一种全新的选择。

在中医理论中，不孕不育的原因多种多样，主要包括肾虚、肝郁、痰湿、血瘀等。这些因素导致人体气血不和、脏腑功能失调，从而影响生殖系统的正常运作。中医治疗不孕不育注重整体调理，通过平衡阴阳、调和气血、祛邪扶正等方法，帮助患者恢复生育能力。

中医疗法的优势

个性化治疗：中医强调因人而异，根据患者的具体病情和体质制定个性化的治疗方案。这种针对性的治疗方法有助于提高治疗效果，减少不良反应。

综合调理：中医治疗不孕不育不仅关注生殖系统的问题，还注重全身脏腑的调理。通过改善整体健康状况，提高生育能力。

自然安全：中医疗法主要采用

中药、针灸、推拿等非侵入性手段，避免了对生殖系统的损伤和不良反应。同时，中药治疗具有较好的耐受性和长期安全性。

中医疗法的实践

中药治疗：中药在不孕不育治疗中发挥着重要作用。根据患者的具体病情，中医师会开具具有补肾、疏肝、化痰、活血等功效的中药方剂。这些药物能够调节内分泌，改善卵巢功能，促进精子生成等，从而提高生育能力。

针灸疗法：针灸是中医治疗不孕不育的另一种有效方法。通过刺激特定的穴位，针灸可以调节神经系统，改善血液循环，促进生殖器官的功能恢复。针灸治疗通常每周进行数次，持续数月至半年左右。

推拿按摩：推拿按摩是一种辅助治疗方法，可以帮助缓解压力，改善气血流通。对于因肝郁气滞导致的不孕不育患者，推拿按摩可以起到疏肝解郁的作用。

饮食调养：中医认为，饮食与生育密切相关。患者应根据自身体质选择适合的食物，如多吃富含蛋白质、维生素和矿物质的食物，避免过多摄入高糖、高脂肪和刺激性食物。

注意事项与误区

选择正规医院和有经验的医生：患者在寻求中医疗法时，应选择具有良好口碑的正规医院和经验丰富的医生，以确保治疗的安全性和有效性。

遵循医嘱：患者应严格遵循医生的治疗建议，按时服药、针灸等，不要自行更改治疗方案或停药。

避免盲目跟风：不要盲目相信偏方、秘方等非科学治疗方法，以免延误病情和造成不必要的损失。

在治疗过程中，患者应保持良好的心态和生活习惯，积极配合医生的治疗建议。

(作者供职于山东省邹平市精神卫生中心)

妊娠期高血压 科学护理保健康

□孟静静



资料图片

妊娠期高血压是孕期可能遇到的一种常见并发症，会对母婴健康构成严重威胁，不仅可能导致早产、低出生体重等不良后果，还可能增加围产儿死亡的风险。

妊娠期高血压，是指孕妇在怀孕期间出现的高血压症状。其病因复杂，涉及多种母体基础病理状况和环境因素。妊娠期高血压的病情缓急不同，可呈现进展性变化并可迅速恶化。因此，对于妊娠期高血压的早期识别、及时干预和科学护理至关重要。

一般护理

保持房间安静、舒适，避免声光刺激，为孕妇营造一个宁静、温馨的环境，有助于减轻其紧张情绪，降低血压波动。

指导孕妇保持左侧卧位，减轻子宫对下腔静脉的压迫，改善子宫胎盘血液循环。这一体位有助于缓解孕妇的不适感，同时也有利于胎儿的健康。

监测孕妇的生命体征、体重、腹围、宫高及水肿情况，及时发现异常并处理。通过定期测量血压、体重等指标，可以及时了解孕妇的病情变化，为科学护理提供依据。

饮食护理

指导孕妇进食富含维生素、低盐、低脂、易消化的食物，如瘦肉、鱼类、豆类、新鲜蔬菜和水果

等，保证孕妇和胎儿的营养需求。

增加膳食纤维摄入，预防便秘。膳食纤维可以促进肠道蠕动，减少便秘的发生，有助于减轻孕妇的不适感。

保证足够的水分摄入，但避免短时间内大量饮水。适当的水分摄入有助于维持孕妇的体液平衡，但过量饮水可能导致水肿加重，不利于病情控制。

用药护理

妊娠期高血压孕妇需遵医嘱使用降压药物。在用药过程中，应密切观察药物疗效和不良反应，确保用药安全有效。

对于使用硫酸镁治疗的孕妇，需监测其膝反射、呼吸和尿量等指标，以防硫酸镁中毒。硫酸镁虽然具有较好的降压效果，但过量使用可能导致中毒反应，因此应严格控制用药剂量和监测指标。

症状护理

针对头痛、视物模糊等症状，

应给予相应的对症处理，如采取适当休息、降低光线刺激等措施，减轻孕妇的不适感。

对于上腹部疼痛等症状，注意观察疼痛的性质、部位和程度，警惕HELLP综合征(溶血、肝酶升高、血小板减少)的发生。一旦发现异常症状，应及时就医处理。

心理护理

关注孕妇的心理状态，及时给予心理疏导和支持。妊娠期高血压孕妇往往存在焦虑、恐惧等情绪问题，应耐心倾听其诉说，了解其内心需求，并给予积极回应和支持。

鼓励孕妇积极参与自我护理和管理，提高自我保健能力。通过教育指导，让孕妇了解妊娠期高血压的相关知识和管理方法，提高自我保健能力，从而更好地控制病情发展。

(作者供职于山东省聊城市人民医院)

乳腺癌，作为女性常见的恶性肿瘤之一，近年来发病率逐年上升，给广大女性的身心健康带来了严重威胁。面对这一疾病，中西医结合治疗已成为越来越多患者的选择。那么，什么是中西医结合治疗？它又是如何帮助乳腺癌患者的呢？

西医疗法的方法与进展

西医疗法乳腺癌，主要包括手术、化疗、放疗、内分泌治疗和靶向治疗等手段。随着医学技术的不断进步，西医疗法乳腺癌的效果也在不断提高。

手术治疗：手术是乳腺癌治疗的主要手段之一，通过切除肿瘤及周围组织，达到根治目的。近年来，保乳手术、乳房重建等技术的普及，使手术对患者生活质量的影响大大降低。

化疗与放疗：化疗和放疗能够杀灭癌细胞，防止肿瘤复发和转移。化疗主要通过药物杀灭癌细胞，而放疗则利用高能射线破坏癌细胞。随着药物的不断更新和放疗技术的改进，化疗和放疗的疗效和安全性得到了显著提高。

内分泌治疗：内分泌治疗是一个重要的手段，特别适用于雌激素受体或孕激素受体阳性的乳腺癌患者。内分泌治疗主要通过调节患者体内的激素水平，抑制癌细胞的生长，达到控制病情的目的。

靶向治疗：靶向治疗是针对乳腺癌细胞特定的分子靶点进行治疗，具有针对性强、副作用小的特点。目前，已有多种靶向药物应用于乳腺癌的治疗，为患者提供了新的治疗选择。

中医疗法的特色与优势

中医治疗乳腺癌，强调整体观念和辨证论治。中医认为，乳腺癌的发生与人体正气虚弱、邪气内侵密切相关。因此，中医治疗乳腺癌的主要目标是调整人体阴阳平衡，增强正气，以抵御邪气。

扶正祛邪：中医治疗通过补益气血、调理脏腑功能，提高患者免疫力，从而增强机体抗癌能力。同时，采用清热解毒、活血化瘀等方法，消除肿瘤产生的病理因素，抑制肿瘤生长。

个体化治疗：中医注重个体差异，根据患者的体质、病情、年龄等因素，制定个性化的治疗方案。通过辨证论治，针对性地调理患者身体，达到最佳治疗效果。

减轻症状：中医治疗能够缓解乳腺癌患者常见的疼痛、乏力、失眠等症状，提高患者的生活质量。同时，还能减轻化疗、放疗等西医疗法带来的不良反应。

中西医结合治疗乳腺癌的优势

中西医结合治疗乳腺癌，能够充分发挥中医和西医各自的优势，实现优势互补，提高治疗效果。

减轻西医疗法的不良反应：中医治疗能够缓解化疗、放疗等西医疗法带来的恶心、呕吐、乏力等不良反应，使患者更好地耐受治疗。

提高治疗效果：中西医结合治疗能够同时从多个角度攻击癌细胞，提高治疗效果。中医调整患者整体状态，增强免疫力，西医直接杀灭癌细胞，二者结合，共同作用于肿瘤，提高治愈率。

(作者供职于山东省潍坊市市中医院)

如何预防婴儿湿疹

□王海敏



资料图片

婴儿湿疹，又被称为婴儿特应性皮炎，是新生儿和婴儿期常见的皮肤病之一。这种病症主要表现为皮肤红斑、丘疹、水疱、糜烂、渗液和结痂，通常伴有剧烈瘙痒，给宝宝带来不适，也让父母感到焦虑。

婴儿湿疹的成因复杂，主要包括遗传、环境、饮食和护理等多种因素。遗传因素指的是有特应性皮炎家族史的宝宝更容易患上湿疹。环境因素如空气污染、气候变化等也可能诱发湿疹。饮食因素如牛奶、鸡蛋、海鲜等过敏食物也是湿疹的常见诱因。而护理不当，如过度清洁、使用刺激性强的洗护用品等也可能导致湿疹。

预防婴儿湿疹的措施有以下几点：
保持室内环境清洁：定期清洁宝宝的居住环境，减少尘螨、动物皮毛等过敏原的滋生。保持室内湿度适宜，避免过于干燥或潮湿。

选择合适的洗护用品：为宝宝选择温和、无刺激、低敏的洗护用品，避免使用含有香料、色素等化学成分的产品。洗澡时水温不宜过高，一般控制在36摄氏度~38摄氏度之间，避免过度清洁和搓揉皮肤，避免使用过多的清洁产品。

注意情绪管理：情绪紧张、焦虑等不良情绪也可能诱发湿疹。因此，父母要保持良好的心态，避免将负面情绪传递给宝宝。同时，给予宝宝足够的关爱和陪伴，帮助宝宝保持健康的情绪状态。

保持适宜的室内温度：避免室内温度过高或过低，以免刺激宝宝的皮肤。可以使用加湿器或空调等设备来调节室内湿度和温度。

适当晒太阳：阳光中的紫外线有助于杀死皮肤表面的细菌，增强皮肤的抵抗力。但要注意避免在中午时分直接暴露在阳光下，以免晒伤宝宝的皮肤。

如果宝宝已经出现湿疹症状，父母要及时就医，寻求医生的帮助。医生会根据宝宝的病情和体质，制定个性化的治疗方案。在治疗过程中，父母要遵医嘱，按时用药，注意观察宝宝的病情变化。同时，要注意避免使用含有激素的外用药膏。

(作者供职于山东省东营市利津县北宋镇卫生院)

中西医结合治疗乳腺癌

□王海敏