

手足口病进入高发季节 家庭防治必不可少

本报记者 任小杰 通讯员 夏军国

随着气温的升高,又到了手足口病多发的季节。手足口病是由多种人肠道病毒引起的一种儿童常见的感染性疾病,也可引起成人感染。大部分患儿的症状比较轻微,以发热及手、足、口腔等处出现疱疹或皮疹为主。目前无特异性的治疗方法,以对症支持治疗为主。绝大多数患者可自愈,少数患儿可发生神经源性肺水肿、脑炎、无菌性脑膜炎、心肌炎、急性弛缓性麻痹等症状,个别重症患儿的病情进展快,甚至会导致死亡。

手足或臀部出现疱疹不要刺破

手足口病主要通过密切接触传播,如患儿玩具、食物、已污染的手等,对于一般患儿,居家隔离至体温正常,皮疹基本消退,大约需7至10天。

对于已经出现发热的患儿不论其温度高低,都应嘱咐多喝水,给予温水擦浴,额头敷凉毛巾,腋窝、腹股沟处放置冰袋等物理降温,如高热予退热剂降温,持续高热者应及时送定点医院就诊。对于手足或臀部出现的疱疹,应避免刺破疱疹,引起皮肤感染及病毒扩散,等待病情恢复,皮疹自行消退;已破溃者涂抗生素软膏或碘酊等消毒,防止诱发细菌感染。口腔疱疹往往导致患儿疼痛、流涎、拒绝进食、哭闹等,应注意保持患儿口腔清洁卫生,溃疡者可予锡类散喷患处,给予易消化、柔软食物,以补充能量和营养,持续不能进食者应住院,尤其对于幼小患儿,避免出现脱水、电解质紊乱等。

及早识别重症手足口病例:家长是患儿病情变化的第一观察者,对已经诊断为手足口病或疑似手足口病的患儿更应注意以下病症并及早就诊:持续高热或体温反复波动,精神萎靡不振或异常哭闹、惊恐;出现肢体抖动,尤以入睡后显著;出现肢体活动障碍如下肢无力、站立行走不稳;出现手足发凉等症均提示重症化,需立即住院。

预防手足口病做到“四个行动”

预防手足口病关键是家长和儿童要做好“四个行动”。“洗手行动”,正确洗手是最简便有效的健康干预,家长在接触儿童前,处理粪便、呕吐物或更换尿布后都要用肥皂或洗手液及流动的水洗手,外出归来、饭前便后都要给儿童洗手。“清洗行动”,要及时清洗、曝晒或消毒尿布,勤晒衣被;经常清洗、消毒儿童使用的餐具、奶瓶、奶嘴、玩具和其他物品。“开窗行动”,经常开窗通风,保持室内空气清新。“保护行动”,做好自我保护,幼儿在手足口病的高发季节应尽量少去人多拥挤的公共场所。

手足口病具有一定的季节性,自限性的特点,家长既要充分重视也不必惊慌失措,轻症手足口病可以居家隔离治疗,密切观察病情演变极为重要。

滥用抗生素 危及儿童生长发育

本报记者 吕增霞 通讯员 于朋

目前抗生素滥用已成为很严重的问题,曾有新闻报道自来水中检出多种抗生素,现在又有新闻说对上海、江苏等地的在校学生尿液检测,有58%的孩子尿中可检出一种抗生素,四分之一的孩子检出两种。

造成如此现状,有两种原因,一是人为乱服,二是被动吃入。第一种现象的存在主要是目前我国抗生素管理不合理,药店可以不用处方随意购买,老百姓对抗生素缺乏了解,认为只要是病了就应该用抗生素。抗生素曾一度被称为消炎药,老百姓很容易就接受了,只要是病就认为有炎症,似乎给应用抗生素找到了合理的依据。

很多来儿科就诊的发热孩子超过一半都在家先服用了抗生素,很大一部分孩子为病毒性感冒并不需要使用抗生素。我有一个朋友的孩子9个月大了,体温高达39度,要求开点消炎药,而实际上并没有使用,经过我半个小时的解释工作,孩子家长依然不肯放弃,“都烧这么高了,不用点消炎药行吗?”其实,病毒感染引起的发热往往比细菌感染更常见,也更为重些。以上抗生素的使用是人为现象,源于公众科普知识的缺乏,需要公众媒体做正面引导。第二种原因是被动吃入,主要来源于食物,一些动物性食物中的抗生素残留,这是为了给动物治病或防病,如禽蛋奶等。这种现象也是很普遍,也是前面说的学生群体中尿检抗生素超标的主要原因。

抗生素被叫消炎药由来已久,就这样在民间流传开来,甚至有的医生也把抗生素叫做消炎药,真正的消炎药并不是抗生素,而是指糖皮质激素及布洛芬等药物。感冒的孩子使用抗生素主要危害是身体内细菌耐药率会增高,真正需要使用的时候往往需要使用更高级的药物才能控制。另外是对肠道正常菌群的破坏,由此会引起肠功能的紊乱,有的还会引起真菌感染,孩子的鹅口疮就是这样引起的。还有就是肝脏肾脏的毒副作用也是比成人要大得多,因为孩子正是生长发育阶段,各脏器均不成熟,而药物都需要经过肝肾代谢才能排出体外。有的家长可能会觉得输液不行,吃点药没事吧,口服药也不行的,你想想孩子为什么加辅食都需要6个月以后呀,还不是因为身体发育未成熟的原因吗,食物都是这样,药物就更不可随意吃了,特别是6个月前的孩子。

抗生素不是万能药。只对细菌感染有效,并不能包治百病。儿科什么样的病可以用抗生素呢?如肺炎、化脓性扁桃体炎、猩红热、细菌性痢疾,这些疾病一般来讲是需要用到抗生素的,而且足疗程足量应用。而对于儿童的上呼吸道感染、幼儿急疹及正在就行的手足口病等明确为病毒感染的疾病,是不能用抗生素的,这时候可能是越用越麻烦。

想和大家说的是,其实不单抗生素的使用,只要是药物就不可随意乱用,孩子处于生长发育阶段,药物的毒副作用较之成人会更严重。孩子感冒后出现的发热等表现是体内免疫机能活跃的标志,对身体是有益的,是机体抗病的过程,且不可一见发热就用抗生素,具体的使用标准由专科医生掌握。为了孩子的身体健康,同时也呼吁社会控制饲养业的抗生素使用。

市人民医院与山东省立医院成功实施 省内首例远程优生遗传咨询会诊



孕妇正在做远程优生遗传咨询会诊。 本报记者 吕增霞 摄

本报6月10日讯(记者 吕增霞 通讯员 康秀芹) 6月1日,东营市人民医院产前诊断中心远程优生遗传咨询门诊正式开诊,两名患者通过市人民医院远程会诊中心视频与山东省立医院产科主任王谢桐进行了面对面交流、咨询,得到满意答复,这是省内首例远程优生遗传咨询会诊。截止到目前,已经有四位孕妇做了远程优生遗传会诊。

据东营市人民医院产科副主任薄其芳医生介绍,首次开诊的两位孕妇,胎儿均为染色体异常(俗称“傻孩子”),分别为2号染色体三体、21号染色体三体(嵌合型),属于罕见病例,山东省立医院产科主任王谢桐就病人病情进行了详细询问和认真分析,建议终止此次妊娠,并对再次妊娠注意事项、夫妇双方需要进一步检查项目逐一指导,消除了患者的疑虑,取得良好效果。11日,又有两名孕妇做了远程优生遗传咨询会诊。

薄其芳医生告诉记者,随着国家生育政策调整,生“二胎”的高龄、高危孕妇增多,导致胎儿出生缺陷高发。这四名孕妇都是高龄产妇,年龄在40岁以上,都是生“二胎”。做好产前诊断及优生遗传指导,最大限度的降低缺陷儿出生,提高人口素质,已到了刻不容缓的地步。为此山东省立医院产前诊断中心于今年5月份面向全省开设了远程优生遗传咨询门诊,使其精湛的技术和优良的服务惠及更多需要帮助的患者,促进县市级医院与山东省立医院之间的资源共享、优势互补。患者足不出户,在家门口通过网络视频,就能解决遗传病产前诊断疑难问题,大大方便了患者,缓解就医难问题。

药食同源佳品——大蒜

本报记者 任小杰 通讯员 罗玉梅

大蒜,又叫蒜头、大蒜头、胡蒜,是蒜类植物的统称。呈扁球形或短圆锥形,有浓烈的蒜辣气,味辛辣,有刺激性气味,可食用或供调味,亦可入药,是天然的药食同源佳品。大蒜的作用与功效有以下几个方面。

1. 抗癌

国外研究发现,大蒜中的含硫化合物能促进肠产生一种酶或称为蒜臭素的物质,通过增强机体免疫能力,阻断脂质过氧化形成及抗突变等多条途径,消除在肠里的物质引发肠道肿瘤的危险。大蒜中的锗和硒等元素可抑制肿瘤细胞和癌细胞的生长,实验发现,癌症发生率最低的人群就是血液中含硒量最高的人群。美国国家癌症组织认为,全世界最具抗癌潜力的植物中,位居榜首的是大蒜。

2. 抗衰老

大蒜里的某些成份,有类似维生素E与维生素C的抗氧化、防衰老特性。

3. 抗疲劳

有人研究发现猪肉是富含维生素B1的食物之一,而维生素B1与大蒜所含有的大蒜素结合在一起,能很好的发挥消除疲劳、恢复体力的作用。

4. 保护心血管

流行病学研究结果显示,在每人平均每日吃生蒜20克的地地区,人群因心脑血管疾病死亡的发生率明显低于无食用生蒜习惯的地区。研究发现大蒜中的精油具有抑制血小板凝聚的作用,达到预防血栓形成的效果。临床研究显示,受试者每日食用生蒜50克,连服6天后血清总胆固醇、甘油三酯及低密度脂蛋白胆固醇的含量均明显低于试验前的含量。有多项研究显示,抽烟及酗酒会使血液粘稠度明显增加,但如果同时食用生蒜,就会部分抵消这一不良作用。

轻度高血压患者,如果每天早晨吃几瓣醋泡的大蒜,并喝两汤勺醋汁,半月后血压会降低。此外,经常食用生蒜的高血压患者,也有益于血压降低。

5. 杀菌作用

大蒜是天然的植物广谱抗菌素,大蒜约含2%的大蒜素,大蒜素有很强的杀菌作用,它进入人体后能与细菌的胱氨酸反应生成结晶状沉淀,破坏细菌生存所必需的硫氨基生物中的巯基,使细菌的代谢出现紊乱,从而无法繁殖与生长。大蒜的杀菌能力是青霉素的1/10,是当前发现的天然植物中抗菌作用最强的一种。对多种致病菌如葡萄球菌、脑膜炎、肺炎、链球菌及白喉、痢疾、伤寒、副伤寒、结核杆菌和霍乱弧菌,都有明显的抑制或杀灭作用,可预防感冒,减轻发烧、咳嗽、喉痛及鼻塞等感冒症状。另外,它还能杀死多种致病真菌与钩虫、蛲虫、滴虫等寄生虫。因此生吃大蒜是预防流感及预防肠道感染病的有效方法,但应注意大蒜素在高温下易被破坏,而失去杀菌作用。

大蒜所具有的这些潜在功效,对预防和改善粥样动脉硬化、防治心脏病、降低高血压、预防和治疗感冒等都有一定的辅助作用,是防病治病的药食同源佳品。