

■儿保频道

疱疹性咽峡炎不比手足口病可怕

“近期流行一种疱疹性咽峡炎，是新型病毒，传染性极强，比手足口病还要厉害……”近段时间，类似帖子在网上流传甚广，引起不少父母恐慌。到底什么是“疱疹性咽峡炎”？它真的比手足口病还可怕吗？

什么是疱疹性咽峡炎？

疱疹性咽峡炎是由肠道病毒引起的疾病。特征为急起的发热和喉痛，在软腭的后部、咽、扁桃体等处可见红色的晕斑，周围有特征性的水疱疹或白色丘疹。一般来说，疱疹性咽峡炎是疾病如手足口病、传染性单核细胞增多症（急性EV病毒感染）、口腔单纯疱疹病毒-1型感染、急性上呼吸道感染等疾病表现的一部分。

它与手足口病有什么关系？

它和手足口病的关系很紧密。首先，可以引起疱疹性咽峡炎的病毒有很多，其中包括了可引起手足口病的柯萨奇病毒和肠道病毒。其次，不少手足口病患儿会出现咽峡部疱疹、溃疡，也就是存在疱疹性咽峡炎。和手足口病类似，引起疱

疹性咽峡炎的病毒也以粪-口或呼吸道为主要传播途径。

如何区分二者？

可以说，儿童家属难以分清两者区别。人们常以为嘴巴有疱疹，手足没有，就是疱疹性咽峡炎；如果手足也有疱疹就是手足口病。但是他们忽略了一点，不是所有的手足口病患儿都会出现手足疱疹，有些患儿仅仅有咽峡炎（口腔疱疹或溃疡）。因此，还是建议去医院就诊。

疱疹性咽峡炎比手足口病严重吗？

两者都是由一些病毒所致。其中手足口病常见病毒是柯萨奇病毒CoxA-16/肠道病毒EV71。其中EV71病毒会引起患儿一些比较严重的表现，如心肌炎、肺水肿、脑膜脑炎，甚至死亡。通俗来说，人们将手足口病比喻为“新型小儿麻痹症”。因此，基本上肯定，手足口病（EV71所致的）比较严重。

用抗生素、抗病毒药物治疗都无效吗？

用抗生素是无效的，因为这是病毒引起的。用抗病毒药物则要看感染的病毒是哪个品种，如果是单

纯的疱疹病毒感染，那抗病毒药物是有效的，如阿昔洛韦、更昔洛韦、伐昔洛韦，甚至有些干扰素也是有效的。但还是建议去医院检测，再用药。

如何护理患儿？

无论是手足口病还是疱疹性咽峡炎，因为有传染性，必须隔离。有些疱疹性咽峡炎患儿会有发热，如低热，也有的无发热，然后上颌黏膜出现水疱，随后低烧，口腔溃疡。出现发热时采取物理降温，如温水擦浴等等；体温超过38.5℃，可服用退烧药。注意口腔卫生，保持口腔清洁，可用淡盐水漱口，用10%硝酸银涂于溃疡或用咽喉灵丹、冰硼散等吹播咽部以减轻咽痛症状。嘴巴里有水疱时会很疼，从而影响进食，可以让患儿吃一些温凉的流质或较软不需要咀嚼的食物，比如牛奶、蛋羹、肉沫等。少数患儿如果出现高热、抽筋、心慌、呕吐、气促等，则需要马上去到医院救治。

暨南大学附属第一医院
感染科门诊主任医师 陈友鹏

■喂养宝典

年长高不足5厘米可能患矮小症

现今，导致身材矮小的原因很多，大致可分为疾病性矮小（甲状腺功能减退、生长激素缺乏症等）、非疾病性矮小（遗传、早产等）。就目前医疗水平而言，矮小症治疗难度并不大，但是需要准确掌握治疗时机，因为人的生长有时间限制，青春期后骨骺线一旦闭合，就会停止生长，身材高度也基本定型。所以，当小儿年长高度不足5厘米的时候，一定要引起家长的注意。

判断标准：儿童矮小症的判断标准为两点，即（1）身高低于同年龄、同性别平均身高的2个标准差；（2）每年生长速度低于4-5厘米。只要满足其中一个指标，就表示小儿存在生长障碍，应尽快到医院进行详细检查，如骨龄检查、头颅检查、生长激素水平检测、染色体检查、甲状腺功能检查等，以此明确小儿生长状况。在查明小儿矮小原因之后，给予正确治疗。

矮小症防治：家长发现小儿矮小不要惊慌，也不要乱投医、乱用药。在详细分析病史、全面检查体格后，才可以对小儿是否为矮小症予以确定。只要查明矮小症病因，就可以通过规范的治疗达到增高的效果。矮小儿童需要原发病治疗以外，还要具有良好的后天环境，以此充分发挥遗传潜能。

湖南省儿童医院
胎儿与新生儿外科 刘笑容

宝宝多大可与大人同盘吃菜

宝宝长大一些以后，有些家长不懂得如何给宝宝烹调饭菜，也有许多家长认为孩子不用养得那么精细，吃得杂吃得糙反而不娇气。所以很多宝宝在一岁甚至更早，就和大人同盘吃饭菜。究竟宝宝多大才可以跟大人吃一样的饭菜呢？

虽然辅食添加的最终目的是让宝宝适应家庭饭菜，但宝宝的咀嚼能力需要一定时间才能发育得像成人那么好。与我们所想象的不同，虽然宝宝能把食物“咽下去”，但远不及成人咀嚼得那么细致到位，也会给消化食物带来更大的难度。

宝宝大约在2.5岁左右才会出齐20颗乳牙，从这里开始咀嚼功能才比较完善。但即使牙齿已经长好，可宝宝面部肌肉的咀嚼强度远不及成人，所以即使到7岁，咀嚼

力也只有成人的45%。如果在一岁左右就给予他们和成人食物相同硬度的饭菜，显然是不利于消化的。

一般说来宝宝2-3岁左右就可以吃大人的食物了，但是食物需要单独做，需要更软更烂。很多妈妈觉得饭菜不咸，但是宝宝的口味是很敏感的。所以给宝宝吃大人食物时少放盐之类的调味料或者不放，太重的口味对宝宝的肾脏不好。

如果宝宝吃了成人饭，出现腹泻、呕吐等症状，那就是宝宝消化不了大人的食物，所以此时应该让宝宝不适合吃大人饭。一般2-3岁左右的宝宝，才可进食部分成人食物。因而，妈妈们不要操之过急。

湖南省儿童医院
胎儿与新生儿外科 刘利爱

给孩子喂药 别用这些招

搭配果汁/牛奶/母乳 果汁中大都含有维生素C和果酸，而酸性物质容易导致药物提前分解和溶化，不利于药物在小肠的吸收，影响药效；有的药物在酸性环境中还会增加副作用。如布洛芬、对乙酰氨基酚等。

牛奶富含钙质，容易与药物发生化学反应，生成稳定的络合物或难溶性盐类，使药物难以吸收；有些药物甚至会被这些离子破坏，降低药物的血药浓度从而影响疗效。如牛奶和钙易结合形成凝块，影响两者的吸收。乳母与牛奶相似，更

得不偿失的是，孩子本来对母乳充满好感，一旦将药物混入后，一些味觉敏感的宝宝会因为异味从此抗拒母乳。

包在食物里 把药物夹在食物里，像汉堡包一样哄孩子服用。看似有效，但其实食物中的成分过于丰富，难以确定是否会与药物发生作用，且食物会影响胃的排空，两者会共同影响药物的吸收。更重要的是，有些药物绝对不能这样做，如不能掰开服用的缓控释制剂以及强调空腹服用的药物。

长沙市妇幼保健院药剂科 陈娜

本版协办单位
长沙市妇幼保健院
湖南省长沙市雨花区城南东路416号
电话：0731-84136959
网址：www.cssfybjy.com/

■育儿心得

如何判断乳牙是否正常？

在临床上，经常会有新手妈妈问：宝宝怎么还没有出牙？宝宝的牙齿正常吗？其实，宝宝的牙齿是否正常，可以从以下三个方面来观察：

观察出牙时间 婴儿牙齿萌出是一个漫长的过程，从第一颗乳牙萌出到最后一颗乳牙萌出，一共需要大约两年的时间。一般婴儿在6-8个月开始长牙齿，且一般先长下颌牙齿，紧跟着长上颌相对应的牙齿。第一颗萌出的牙齿应该是下颌乳正中牙齿，然后长上颌的正中牙齿，再以后按照规律长侧面的牙齿。婴儿牙齿过早萌出也是可能的，如3-4个月龄婴儿乳牙萌出。如果宝宝到9个月龄时仍未有长牙，就需要注意孩子是否存在全身性疾病，如营养不良（维生素D缺乏）、佝偻病、克汀病等。

观察乳牙形态 儿童乳牙的形态和成年人恒牙形态基本上是一样的，只是牙齿体积较小。如果乳牙体积过大或体积过小，都属于牙齿发育异常。有些乳牙呈圆锥形态或不规则形态，往往属于多生的牙齿。不过，乳牙形态异常相对少见，一般也不需要治疗，因为乳牙在口腔中行使功能的时间较短，等待恒牙萌出后就自然替换了形态异常的乳牙。

观察乳牙色泽 刚萌出的乳牙一般呈白色。婴儿牙齿患病的首要特征是色泽变化。例如，牙齿呈褐色时，往往是龋病的早期阶段，此时可以采取补牙的方法进行早期治疗。

湖南省儿童医院
急诊综合二科 曾方玲