手足口病传染性强

3 岁以下儿童易中招

手足口病是由柯萨奇病毒和肠道病毒引起的急性传染病，好发于3岁以下的儿童，主要表现为手、足、口腔等部位的斑丘疹、疱疹，少数病例可出现脑炎、脑脊髓炎、肺水肿、循环障碍等。该病四季均可发病，传染性强，传播快，在短时间内即可造成大流行，因此，一旦怀疑手足口病，一定要及时带孩子到医院检查。

【临床表现】

1. 普通病例 急性起病，伴发热、口痛、厌食等症状，口腔黏膜会出现散在疱疹或溃疡，尤以舌、颊黏膜等处为多，也可波及软腭、牙龈、扁桃体和咽部。手、足、臀部、臂部、腿部出现斑丘疹，后转为疱疹，疱疹周围可有炎性红晕，疱内液体较少。皮疹少则几个，多则几十个，消退后不留痕迹，无色素沉着；部分病例仅表现为皮疹或疱疹性咽峡炎，多在一周内痊愈，预后良好。

2. 重症病例 少数病例（尤其是小于3岁者）病情进展迅速，往往在发病1~5天左右可出现脑膜炎、脑炎（以脑干脑炎最为凶险）、脑脊髓炎、肺水肿、循环障碍等，极少数病例病情危重可危及生命，多留有后遗症。

【治疗】

1. 一般治疗 （1）隔离患儿，接触者应注意消毒隔离，避免交叉感染；（2）做好口腔护理；（3）衣服、被褥要保持清洁，衣着要舒适、柔软，并经常更换；（4）勤给宝宝剪指甲，防止抓破皮疹；（5）臀部有皮疹的宝宝，应随时清理其大小便，保持臀部清洁干燥；（6）适当补充维生素B、维生素C等，如无并发症，预后一般良好。

2. 对症治疗 （1）密切监测病情变化，尤其是脑、肺、心等重要脏器功能；危重病人要特别注意监测血压、血气分析、血糖及胸片；（2）维持水、电解质、酸碱平衡；（3）有颅内压增高者给予降颅压处理；（4）出现低氧血症、呼吸困难等呼吸衰竭征象者，宜尽早进行机械通气治疗；（5）如出现DIC、肺水肿、心力衰竭等重症，应给予相应处理。

3. 抗病毒治疗 抗病毒药物在发病24~48小时前使用效果最佳，但目前往往确诊的时候，都已经过了最有效的治疗阶段，故现在一般不太提倡使用抗病毒药物。

【预防】

1. 饭前便后、外出回家后要给宝宝洗手，避免喝生水、吃生冷食物，避免接触患病患儿；2. 婴幼儿使用的奶瓶、奶嘴使用前后应充分清洗；3. 手足口病流行期间不要带儿童去人群聚集、空气流通差的公共场所；4. 家庭环境要保持卫生，经常通风，勤晒衣被；5. 出现相关症状时要及时到医疗机构就诊，不要接触其他儿童；6. 患儿衣物要及时进行晾晒或消毒，患儿粪便及时进行消毒处理，患儿的玩具、餐具等物品也要进行清洗消毒。

长沙市妇幼保健院
急诊科 习纯

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/

5个信号 提示宝宝发育迟缓

0~3岁是孩子的快速生长发育期，但宝宝的发育是否正常呢？当宝宝出现以下情况时，家长要注意了，可能是发育迟缓。

1. 一岁还不能逗笑 对于4个月以上的正常婴幼儿来讲，只要逗乐方法得当，一般都能逗笑。但是如果宝宝1岁了，不管你怎么逗，他就是不笑，一脸的淡定和漠然，那就要重视了，最好带宝宝去医院做个检查，查看宝宝的发育状况。

2. 睡眠时间过长 一般情况下，新生儿的睡眠时间会比较长，每天甚至可达20个小时以上，但如果宝宝5个月后还是睡眠时间很长，就要怀疑宝宝的发育状况，或有无生理性问题等。

3. 不会抓取物品 通常情况下，3~4个月的宝宝就会有主动抓物的意识了，如果宝宝10个月了还不会抓取物品，甚至连主动抓取的意识都没有，那也要带宝宝去医院检查一下大脑发育情况。

4. 运动发育迟缓 一般来说，2个月的宝宝会抬头，4个月的宝宝会翻身，7个月的宝宝能独自坐立，8个月的宝宝会爬行，1岁左右的宝宝基本会走路了……当然，落后几周或提前几周也是正常的，但如果宝宝明显落后，就应该带宝宝去检查一下。

5. 语言发育迟缓 一般情况下，5~6个月的宝宝会用声音表达自己的情绪，8个月左右的宝宝开始牙牙学语，1岁多到2岁的宝宝会叫爸爸妈妈。如果宝宝2岁了还不能说简单的词语，三四岁了还不会表达自己的想法，宝妈就要带孩子去医院检查了。

湖南省儿童医院普外科 文佳冰

宝宝肝火旺怎么办？

肝火大的宝宝平素性情急躁，烦躁易怒，大便干，手足心热，食欲较差，喜欢俯卧而睡。那么宝宝肝火过旺，妈妈该怎么办呢？

练习拍手 可以一边听有节奏的音乐，同时让宝宝拍手，空心掌和实掌交替拍，一岁以下的宝宝每次拍50下，1~3岁的宝宝每次100下，3~6岁每次200下，力度以把掌边拍红为宜。此方法可以加快气血循环，带动肝气游走全身，对宝宝的生长发育特别有好处，宝宝若能长期坚持，可以开阔心胸、乐观豁达、增强抗压能力。

小儿推拿（清肺平肝法） 肺经（肺金）位于无名指罗纹面，从无名指指根向指尖方向直推100~300次，称为“清肺”；肝经（肝木）位于食指罗纹面，从食指指根向指尖方向推100~300次，称为“平肝”。需要提醒的是，对于年龄较小的宝宝而言，最好带他到医院，请专业的医生进行有针对性地调理。

饮食调理 宝宝的饮食应以低热量、高植物蛋白、低脂肪的食物为主，如豆制品、深海鱼类等，每餐都要配备足够新鲜的绿色蔬菜，应至少占整个饮食结构的1/3以上，如果能够达到1/2，效果更好；不要给宝宝吃过酸或辛辣、油炸、煎烤食物，水果应以新鲜的、多甜少酸的为主。

湖南省儿童医院肝病中心 颜丽

儿童手术麻醉风险高于成人

儿童因为各种脏器还没有发育成熟，所以手术和麻醉的影响肯定高于成年人，而且年龄越小，手术麻醉风险也越高，其原因主要有以下几点。

1. 一般特点 小朋友主动配合的意识较差，面对危险和不适不能很好地表达和沟通，而且因为他们的脏器尚没有发育完善，在遇到病情变化时会加大医护人员的观察难度。

2. 情绪不稳定 面对手术，小朋友更容易出现紧张、恐惧等不良情绪，这会降低小朋友的抵抗力，增加麻醉风险。

3. 解剖结构 小朋友具有口鼻小，而舌体相对较大的特点，在气管插管时声门不易暴露，会增加插管的难度。而且小朋友的肺泡表面积只有成人的1/3，储氧低耗氧高，麻醉期间发生低氧血症的概率会更高。

4. 耐受能力差 小朋友如果在手术中遇到刺激和出血等问题，要比成人更严重。一个成人如果在术中出1000毫升的血液，可能不会危及生命，但是一个孩子全身的血液也只有1000毫升左右，因此哪怕只有少量出血也可能危及生命。

5. 呕吐和误吸 小朋友的胃肠道没有发育完善，加上术前哭闹不止或吸入大量气体，则会使胃内压力增大，从而引发呕吐，容易误吸入气管，增加吸入性肺炎或窒息的风险。

湖南省儿童医院
麻醉手术科 彭拓超