

怎样护理先心病患儿?

先天性心脏病(先心病)是儿童最常见的心脏病,发病率约为0.7%~0.8%,轻者可无明显症状,仅查体时发现,重者可有活动后呼吸困难、紫绀、晕厥等,并伴有生长发育迟缓。怀疑先心病该如何确诊,治疗方法又有哪些呢?

先心病有哪些症状?

心衰表现 面色苍白、憋气、呼吸困难、吃奶费力、心动过速(每分钟可达160~190次)、血压偏低。

紫绀 鼻尖、口唇、指(趾)甲床最明显,哭闹或活动后会更加明显。

“蹲踞”现象 特别是法乐氏四联征的患儿,常在活动后出现双腿屈曲、蹲下片刻的特殊体位,后又恢复正常行走,称为“蹲踞”现象,活动能力明显低于同龄儿童。

杵状指(趾)和红细胞增多症 紫绀型先天性心脏病几乎都伴杵状指(趾)和红细胞增多症。

肺动脉高压 也被称为艾森曼格氏综合征,主要表现为呼吸困难、气急、咳嗽,甚至咳血、颈静脉怒张、肝肿大,这时患者往往已经丧失了手术的机会。

发育迟缓 先心病的患儿往往发育迟缓,表现为瘦弱、营养不良等。

哪些检查方法可确诊?

确诊先心病可以通过心导管造影、多普勒超声心动图、心电图、胸片等。常见典型的先心病通过症状、体征、心电图,X线和超声心动图即可作出诊断,并能估计其血液动力



学改变、病变程度及范围;对于合并其他畸形以及复杂的先心病,可结合心导管造影等检查,了解其异常病变程度、类型及范围。

先心病有哪些治疗方法?

少数类型的先天性心脏病可以自愈,但大多数患儿会随着年龄的增加而逐渐加重,目前先心病主要有保守治疗、介入治疗和手术治疗三种方式。

保守治疗 直径较小、无肺动脉高压倾向的继发孔房缺、小的肌部及膜周部室间隔缺损,早产儿的动脉导管未闭,可随访,如无闭合倾向可内科行介入治疗。

介入治疗 由于介入治疗无疤痕、无需体外循环、对患儿创伤小、住院天数少、费用相对少等优势,故被患儿家属优先选择。

手术治疗 对于复杂的心脏畸形及无介入指征的先心病需外科手术,具体方法要根据心脏畸形的种类和病理生理改变的程度等综合因素来确定,手术方法可分

为根治手术、姑息手术、心脏移植等。

先心病患儿如何护理?

1. 应合理安排患儿的日常生活,既要增强锻炼,提高机体的抵抗力,又要适当休息,避免劳累过度。同时应教育儿童对治疗疾病抱有信心,减少悲观恐惧心理。

2. 室内空气要流通,定时打开窗户,有持续青紫的患儿,应避免室内温度过高,以免患儿出汗、脱水。

3. 给予高蛋白、高热量、富含维生素的饮食,以增强体质,避免过饱。对青紫型心脏病患儿须给予足够的饮水量,以免脱水导致血栓形成。

4. 避免患儿情绪激动、哭闹,减少不必要的刺激,以免加重心脏负担。

5. 保持大便通畅,对青紫型患儿注意大便时勿太用力,以免加重心脏负担,必要时可用开塞露通便。

上海市儿童医院
主任医师 肖婷婷

孩子频繁尿床 警惕脊髓栓系

2岁以前的孩子由于神经系统发育不全,不能控制排尿,这属正常现象,如果2~3岁以后还有频繁的尿床,甚至大便失禁,那就不正常了。一般来说,脊髓栓系、脊柱裂、脊髓损伤、骶部神经功能障碍、癫痫等都会导致大小便失禁。这里我们着重了解一下脊髓栓系。

脊髓栓系是指由多种脊髓先天性发育异常导致的一系列临床综合征,主要表现为腰骶部皮肤隆突或凹陷,可能伴有分泌物或感染;多毛发、隐性脊柱裂、皮毛窦、脊膜膨出,皮下脂肪瘤等;行走异常、下肢力弱、踝变形(马蹄内翻足);下肢、会阴部和腰背部的感觉异常和疼痛;尿潴留、排尿困难、尿失禁、尿频,少数患者有便秘或大便失禁。

脊髓栓系主要以手术治疗为主,目的是切除异常病灶,解除脊髓、马尾神经和压迫,松解脊髓马尾,使脊髓上升。该手术一般无需植骨和椎板固定术,术后可辅以应用神经营养药物和血管扩张剂。

当孩子出现以下症状时,就要尽快手术治疗:第一种,由皮毛窦引起的脊髓栓系,无论有无症状,都要尽早手术;其次,如果孩子出现两条腿走路不平衡,走路步态发生改变;或者一条腿粗一条腿细,出现足内翻;或者有尿等待、尿急迫的现象,说明神经受到损伤了,要尽早手术;第三,孩子如果经常觉得脚冷或总有麻木感,也要尽早手术。

湖南省儿童医院神经外科 张津维

补钙“黄金季”到了 四大方法助补钙

补钙还有黄金季节?没错,儿童一年四季的生长速度有所差别,3~5月是少年儿童的加速生长期,生长速度明显高于其他季节,此时补钙最容易被身体吸收。那如何给孩子正确补钙呢?

晒太阳 晒太阳不是直接补充钙质,而是能够加速人体维生素D的合成,促进食物中钙质的吸收。每天让孩子沐浴半小时阳光,既防病,又能间接补钙,但要注意避免阳光直射。

药物补钙 即直接到药房购买钙制剂,包括钙片、口服液、钙粉等。根据钙的吸收难易程度,一般来讲,氨基酸钙<葡萄糖酸钙<乳酸钙<碳酸钙,选择的药品最好含有碳酸钙成分。

食物补钙 跟药补相比,食补更加健康安全,日常生活中富含钙质的食物主要有海带、海参、虾米、虾皮、牡蛎等海洋产品;西红柿、油菜、紫菜、芥菜等蔬菜类产品;杏、桃、李子、橘子、大枣等水果类产品;动物肝脏、瘦肉、牛奶等肉类产品 and 蛋类产品。

促吸收 适当补充一些必要的矿物质和维生素,能够明显提高钙质的利用率,如服用一些维生素A+D浓缩鱼肝油滴,可促进肠道对钙的吸收与代谢。

河南省儿童医院血液肿瘤科 尚素

孩子挑食“三步”纠正

挑食是指儿童对食物种类的偏好,对自己喜爱的食物毫无节制,而对不喜欢的食物一概拒绝,这是一种不良的进食习惯,容易引起儿童营养不良、肥胖或胃肠功能紊乱。孩子出现挑食,除了寻求专科医生的帮助外,家长还应发挥父母的榜样作用、创造良好的进食氛围,通过以下“三步”改变孩子不良的进食行为。

首先,家长应耐心向孩子讲述挑食对身体的危害,让孩子自觉或愿意配合纠正挑食的坏习惯。其次,养成良好的进食习惯,避免在孩子进食时分心,不能边吃边看电视、讲故事、玩玩具等,规定每次进食的时间,一般不超过25~30分钟;为孩子提供适合其年龄的

食物,在食物的采购、制作上尽量多样化,使其保持新鲜感;鼓励1岁以上的孩子自己进食,允许“掉饭粒”等行为,不要强迫孩子进食,更不要责骂;对于孩子不喜欢吃的一些食物,可以给予一定的鼓励、表扬,尽量营造一个快乐的进食氛围。最后,可以让孩子适当体验饥饿感,如在餐前进行一些运动或体力劳动,两餐之间禁止吃零食,先给他不喜欢吃的食物,再给他喜欢吃的食物,逐渐增加不爱吃的食物,从而慢慢纠正挑食习惯。

如上述方法仍不能有效改善孩子挑食的毛病,建议家长尽早带孩子到医院的儿童保健科就诊,医生将对儿童的体格生长进



行全面评价,尤其是通过生长曲线图监测身高和体重增长情况,采用膳食频度法和24小时回顾法了解膳食营养素摄入情况,进行必要的实验室检查如微量元素、血红蛋白、肝功能、食物过敏、肠道菌群失调等,并根据结果给予相应处理。

长沙市妇幼保健院
儿童保健中心 欧阳耿