

宅家儿童发热、咽喉肿痛

谨防 EB 病毒感染

近日,长沙市雨花区4岁的东东发热5天后,父母带他到医院发热门诊就诊。妈妈说,东东5天前开始发热乏力,体温在38.5℃~39.3℃之间。疫情期间孩子一直待在家里没下楼,也无武汉亲戚来访,服用退烧药后体温可降至正常,可第二天又会烧起来。近两天,东东眼睑出现轻微浮肿,伴咳嗽。经检查,医生发现东东不仅眼睑浮肿,且扁桃体及颈部双侧淋巴结肿大。经鼻咽拭子、血液检测,东东被确诊EB病毒(一种人类疱疹病毒)感染所致的传染性单核细胞增多症。

据发热门诊医师介绍,因近期新冠肺炎疫情,来医院就诊的患儿仅为平时的1/4,往年冬春季常见的甲(乙)型流感、腺病毒、肺炎支原体等呼吸道感染病例明显减少,但EB病毒感染病例却屡见不鲜。

很多人对EB病毒感到很陌生,其实它和感冒病毒一样,一直存在于我们身边,主要通过空气、飞沫等途径传播,儿童常见唾液传播,好发于4~6岁。我国约90%的成人感染过EB病毒,大多数人因抵抗力强而不会发病。病毒携带者可通过亲吻、喂饭等方式传染给抵抗力弱的孩子,引发传染性单核细胞增多症,这种疾病比普通感冒严重得多,它侵犯人体各个脏器组织,引发如扁桃体肿大、脑膜炎、肺炎、胸腔积液、心肌炎等,甚至会合并嗜血细胞综合征、肝功能受损,严重者危及生命。

EB病毒感染的早期症状与

新冠病毒肺炎、普通感冒等呼吸道感染相似,易被混淆。提醒家长,孩子有下列症状时,一定要多留个心眼,及时送医治疗。

症状一:发热。体温一般在39℃左右波动,发热持续一周左右,有些儿童可持续发烧10余天;症状二:肿痛。可出现咽喉痛、咽扁桃体及淋巴结肿大、眼睑浮肿,约20%的患病儿可以出现肝脏肿大;症状三:出现食欲减退、恶心呕吐、腹泻、皮疹等其他临床表现。

EB病毒对于儿童易感,临床表现无特殊但合并症多,加之疫情防控期间孩子不便来医院就诊,令家长十分揪心,因此提醒家长要特别注意以下几点:

1. 家里要勤通风,每天至少通风两次,每次不少于30分钟。因孩子在密不透风的室内玩太长时间,室内空气流通不畅,若家长为病毒携带者,就容易传染。



2. 因无法外出锻炼身体,宅家不仅要注意孩子合理膳食、睡眠,还需让孩子适度运动增强体质,提高免疫力。

3. 让孩子多注意个人卫生,接触玩具、电子产品、饭前便后勤洗手。

4. 最要紧的是要做到:不要随意亲吻、口对口喂食孩子。因EB病毒有个别称叫“亲吻病毒”,它可经携带病毒的成人唾液(含几百种病菌)传给孩子。而且很多幼儿爱吸手脚指头,很可能把刚刚被大人吻过的小手脚放进口中吸吮,增加病毒感染的机会。

湖南省儿童医院
主任检验师 莫丽亚

外阴瘙痒
多因生殖道、外阴病变

近日,王女士到妇科门诊就诊,自诉被外阴瘙痒困扰了2年,已严重影响工作、生活。医生建议王女士行阴道镜检查,明确诊断后再决定如何治疗。

医生介绍,在临床上,外阴瘙痒是某些疾病的症状,比如外阴硬化性苔藓、外阴慢性单纯性苔藓、外阴炎等,均表现为外阴瘙痒。最常见的有以下几种情况:

生殖道炎症 生殖道滴虫、真菌感染可引发炎症,易出现白带增多、外阴瘙痒;肥胖、阴毛旺盛或常穿紧身化纤内裤、尿液刺激,外阴常处于潮湿环境中,皮肤会出现慢性瘙痒。除此之外,阴虱、疥疮也可致外阴瘙痒。

对于炎症性疾病,需加强个人卫生,改变生活习惯。穿纯棉、透气的内裤,保证外阴清洁透气,勿使用肥皂水等刺激性物品清洁外阴。发现白带异常增多、异味、呈豆渣样、泡沫状等,应及时就医。

外阴病变 如外阴硬化性苔藓若治疗得当,外阴萎缩、白色样变等可有效改善;但若置之不顾,则会出现皮肤增厚、白色样改变、外阴烧灼感等,发展严重者甚至会出现外阴萎缩,不经正规治疗还可发展为外阴癌。

如外阴瘙痒时间久、严重,外因皮肤出现明显变化,就要及时就医,在医生的诊断下可通过仪器来治疗。目前治疗外阴瘙痒效果显著的,有外阴海扶及点阵式CO₂激光两种治疗方法。

激素水平 对于已绝经的老年女性,体内激素水平下降,也可以出现外阴瘙痒。在排除禁忌症的前提下,可通过局部应用雌激素软膏治疗。另外,点阵式CO₂激光的治疗效果也很好。

长沙市妇幼保健院
副主任医师 范幸

HPV 疫苗打一针后不打了,
会有用吗?

25岁的娟娟约定了打HPV疫苗,结果打完第一针后发现自己怀孕了,就不想打了。那么,只打一针疫苗有作用吗?专家解释,只打一针可能有用,但不要轻易尝试。

研究发现打一针与三针效果相当。一项研究显示,HPV疫苗打一针的效果可能与三针相当。与未接种疫苗的女性相比(感染率为12.5%),接种过HPV疫苗者感染HPV 6、11、16或18这四种高危亚型的几率更低。而在接种1剂、2剂和3剂的女性中,感染率分别为2.4%、5.1%和3.1%,没有显著差异。

青少年女孩接种,国际推荐2剂。世界卫生组织已推荐对于9~14岁的男孩和女孩,可只接种2剂HPV疫苗,而对于15岁以上儿童及成年人仍推荐3剂疫苗。

另外,小年龄组的接种者接种疫苗剂数少,其效果也比较好;而大年龄组(指15周岁以上)接种剂数少的话其效果可能并不理想。对于实在没打够3剂的人来说,只打1剂或2剂也可能有效,但年龄越小效果才会越好。因此HPV疫苗还是需按照接种要求打满3剂,

湖南省常宁市中医院 白洁

儿童骨折后不可盲目补钙

儿童活泼好动,容易发生骨折,那么儿童骨折后的饮食应注意什么呢?

首先,骨折患儿的饮食应保证高蛋白、高维生素、高钙质和低脂肪,尤其是骨折情况较为严重或出血量较大的患儿,饮食营养补充更要充足。

饮食需讲究色香味的搭配,以促进患儿食欲,有助康复。通常对于骨折患者都要给其补充骨头汤,因其中有丰富的钙磷等营养素,也可多摄入奶制品、鸡蛋或豆制品等食物。通过补充维生素C可促进胶原纤维的形成,更有利于纤维骨痂的连接。但脂肪酸与钙质结合会影响钙的吸收,因此,饮食中需要低脂肪。

骨折后饮食有哪些禁忌呢?首先,不可盲目补充钙质。有研究表明,增加钙的摄入量不能加速断骨愈合,且对长期卧床的患者来说,还有引起其血钙增高的危险,因此,骨折后盲目补充钙质,不仅无



益还会有害。

其次,骨头汤不可多喝。因为骨折后骨再生需依靠骨膜及骨髓的作用,而骨膜以及骨髓只有在增加骨胶原的情况下才能更好发挥作用。骨头汤主要成分是钙和磷,如大量摄入会导致骨质中有机质比例失调,进而对骨质愈合起到一定阻碍作用。

通常来说,骨质会伴局部肿胀、出血或肌肉损伤等情况,保证骨质快速愈合的关键是充足的营养,还要尽量多吃一些西红柿、萝卜等富含维生素的蔬菜,促进伤口愈合。

湖南省儿童医院骨科 刘尧喜