

挑积疗法 “挑”走小儿疳积



儿童厌食症是指以小儿较长期食欲减退或食欲缺乏为特征的儿科常见病症，以1-6岁小儿多见。不良的饮食习惯是造成儿童厌食症的主要原因，本病预后良好，但是长期不愈者，会造成儿童不同程度的营养障碍，抗病能力低下，严重的营养不良可发展为疳积，影响生长发育。

疳积是疳证与积滞的合称。疳证是指由于喂养不当或多种疾病的影响，导致脾胃受纳腐熟功能受损，各种营养精华不能吸收利用、濡养机体各器官组织，以至不能维持正常的新陈代谢，迫使机体消耗自身组织，出现体重不增或减轻，生长发育停止，导致身体虚弱羸瘦、面黄发枯的慢性消耗性疾病。“疳”有两种涵义，一为“疳者甘也”，是指小儿恣食肥甘厚味所致，此为病因；二为“疳者干也”，是指形体消瘦、肌肤干燥、毛发干枯

等临床表现。

积滞是小儿内伤乳食，积聚不化，气滞不行所形成的一种胃肠疾患，以婴幼儿多见，大部分预后良好，少数患儿可因积滞日久，迁延失治，进一步发展为疳证。

“挑积疗法”即针刺疗法中之刺四缝疗法，治疗小儿厌食、疳积有特效。四缝穴定位：双手除拇指外其余四指掌面，近端指间关节横纹的中点处。

酒精棉球消毒食指的四缝穴，嘱家长用左手捏紧孩子食指四缝穴的两侧，用消毒后的三棱针快速点刺出血，或可挤出黄白色粘液，一定要扎在手纹理的中间，然后再挤压四缝穴的周围。再用同样的方法挤其他手指的四缝穴，一只手扎完换另一只手。如果挤出的黄水多，

过7天后再扎第二次，第二次扎时挤的血液里仍有淡黄水，则需要第三次挑积治疗，直至扎出来的全是鲜血为止。

挑积疗法有消食导滞、祛痰化积作用。现代医学研究发现，针刺四缝穴，不仅可改善胃肠血液循环，刺激胃液分泌，使肠中胰蛋白酶、胰淀粉酶和胰脂肪酶的含量增加，加强胃肠道蠕动，具有促进肠粘膜吸收的作用；还可使血清锌、镁、钙、磷水平上升，有助于患儿的骨骼发育与成长，并在一定程度上治疗小儿佝偻病。

需要提醒的是，由于该疗法技术要求较高，家属最好不要轻易模仿，有类似症状的患儿，最好带其去正规医院治疗。

湘潭市妇幼保健院 胡再前

版面
协办
湘潭市妇幼保健院
地址：湘潭市东湖路295号
联系电话：0731-58532323
网址：www.xtfuyou.com

■ 喂养宝典

三妙法 助婴幼儿养胃

中秋之后，早晚温差较大，冷空气开始加快活动，胃肠道对寒冷的刺激很敏感，尤其是小宝宝脆弱的肠胃，如果爸妈防护不当，就会引发胃肠道不适，出现反酸、嗝气、恶心、呕吐、腹胀、腹泻等疾病症状。以下三妙法可帮助婴幼儿调理肠胃。

进食定时定量

父母如果不注意，无意间造成孩子饥一顿、饱一顿，就会慢慢侵蚀宝宝胃的健康。胃是一个严格遵守“时间表”的器官，胃液的分泌在一天中存在生理性的高峰和低谷，以便于及时消化食物。胃酸和胃蛋白酶如果没有食物中和，就会消化胃黏膜本身，对胃黏膜造成损害。家长应该注意，让宝宝少吃多餐，忌暴饮暴食。

注意饮食卫生

放置过久的食物则有害物质增多，甚至变质，危害多多。所以在购物时要注意，一次不要购买太多。如果宝宝吃了不清洁或不新鲜的食物，就很容易引起急性肠胃炎，出现胃痛、胃胀、呕吐和腹泻等症状。

用药防伤胃

许多药物都会损伤宝宝的胃黏膜，例如布洛芬、阿司匹林等非甾体抗炎药物，会通过抑制对胃黏膜有保护作用的前列腺素的合成起到止痛的作用。还有皮质类固醇等激素类药物，也常会导致宝宝胃炎、溃疡或胃穿孔的发生。因此，家长给宝宝服用这些药物应当遵循医嘱，最好在其吃完饭服用，或者同时服用硫糖铝等保护胃黏膜。

湖南省儿童医院 张伊缘

■ 育儿心得

怎样预防小儿反复感冒

小宝今年刚满2周岁，就已经感冒了十几次，他从断奶后几乎每个月都会感冒，医生说这是反复性感冒。小儿反复性感冒不是独立疾病，而是一种现象，关键是要加强预防。那么，需要从哪些方面着手预防呢？

婴儿期重视母乳喂养 母乳中所含的免疫球蛋白A有助于提高婴儿免疫力，抵抗细菌与病毒感染，对预防感冒有独特功效。

幼儿期加强饮食调理 内容包括：多喝水，不喝饮料；多吃新鲜水果和新鲜蔬菜，少吃甜食、零食；不吃油炸、煎烤食物，杜绝刺激性食物；增加含维生素A丰富的食物摄入，如胡萝卜、西红柿、鸡蛋、猪肝、牛奶、青豌豆、橙子、杏等。研究表明，维生素A能够增强呼吸道

黏膜抵抗力，有助于减少小儿感冒次数。

规律作息 小儿处于生长发育的最快时期，但免疫力的提高相对迟缓，尤其是在小儿处于疲劳、受凉、淋雨的情况下，抵抗力明显下降，容易引起感冒的发生，因此，家长要关注小儿的作息，督促小儿按时睡觉，以保障体力和精力，避免劳累。

参加户外活动 户外活动能够增强小儿的免疫力和抵抗力，家长要鼓励小儿每天都到户外至少活动1个小时，以接受日光浴，补充维生素D，增强体质，减少上呼吸道感染机会。

计划免疫接种 按照计划免疫程序进行免疫接种，以降低传染病的发病率。

陈艳青

小儿霰粒肿 需防复发

首先，要注意眼部卫生。孩子生性好动，玩耍之后不注意手卫生，经常不自主的揉眼，增加感染的机会；家长应教导孩子接触物品后要常洗手，不随意揉擦眼睛。患霰粒肿后，每天热敷患眼2-3次，每次5-10分钟，连续5天。滴抗生素滴眼液，每天4-6次滴眼，晚上用抗生素眼膏涂眼，连续7天。

其次，不宜长时间使用电子产品。现在的孩子经常看电视、玩手机、打游戏，不注意用眼卫生。

长时间使用电子产品，不仅会增加孩子得近视的风险，还会增加眼部感染，过度疲劳用眼会使眼睛抵抗力下降，增加霰粒肿复发的风险。要鼓励孩子少玩电子产品，多进行户外活动，增强抵抗力。

此外，小儿生活要有规律，均衡营养、清淡饮食，做到不挑食、不偏食，多吃水果蔬菜，少食肉类，忌辛辣、油腻、刺激的食物。如出现眼部不适及局部肿胀，应及时就诊，不可延误或自行处理。

湖南省儿童医院眼科 杨颖灵

幼儿感冒 易并发中耳炎

秀秀是个活泼可爱的小女孩，虽然才满3岁，但已经是幼儿园小班的一员。入秋后，早晚温差大，秀秀每天在幼儿园和小朋友们一起玩，前几天因为玩得太嗨汗湿了衣服，没有及时更换就着凉了，当天晚上开始流清鼻涕、轻咳，下半夜又发起烧来，次日到附近医院打针服药。3天后秀秀感冒症状有所减轻，但又出现一个新症状——耳朵里嗡嗡响和耳痛，伴有发烧，妈妈着急带着她到儿童医院就诊，经检查后确诊为感冒后合并急性中耳炎。

婴幼儿咽鼓管较宽、直、短、呈水平位，与中耳相通，当孩子感冒时，致病菌通过开放的咽鼓管波及中耳，引起急性中耳炎。此病分为分泌型和化脓性中耳炎两种，患儿主要症状为发烧，多见高烧不退，耳朵里嗡嗡响，因耳痛而哭闹不安、摇头，有些还出现耳朵流脓（说明鼓膜已经穿孔）和听力下降。

急性中耳炎大多数是由细菌感染引起的，故不需要鉴定致病菌就可用抗生素治疗。对急性化脓性中耳炎，首选药物是青霉素G和羟氨苄青霉素，还应积极进行局部治疗，常用3%的双氧水清洗每日2-3次，泰利比妥滴耳液、4%硼酸甘油滴耳，每天2-3次，疗程1-2周。

如果治疗及时，鼓膜穿孔可以长好，急性中耳炎患儿的听力可以完全恢复。如果治疗不及时，急性中耳炎会变成慢性中耳炎，留下后遗症。

湖南省儿童医院药学部 赵文娟

霰粒肿是因睑板腺排出管道阻塞和分泌物潴留的基础上而形成的睑板腺慢性炎性肉芽肿，又称睑板腺囊肿，是常见的眼科疾病之一。该病在儿童中发病率较高，病程缓慢，眼睑表面皮肤隆起可触及硬结硬块大小不等，大如樱桃、小如绿豆，与皮肤无粘连、无压痛，相应睑结膜面呈紫红或灰红色隆起多发生在上睑，也可上下睑并发。此病进展缓慢，可反复发生，因此预防反复发作很重要。