

新生儿这些“异常”不是病 宝妈别着急跑医院(上)



布洛芬 VS 对乙酰氨基酚 儿童退热药该怎么选?

发热是临床中儿童最常见的就医原因,持续高热(腋温 $\geq 39^{\circ}\text{C}$)会直接威胁患儿健康,正确使用退热药可以缓解高热引起的并发症。世界卫生组织推荐的儿童退热药主要有两种:布洛芬和对乙酰氨基酚。对于这两种药物,家长该如何选择?两者又有哪些区别呢?

布洛芬混悬液为儿童口服药物剂型,其有效成分布洛芬为芳基丙酸类解热镇痛药,具有明显的解热、镇痛及抗炎作用。布洛芬起效较快且药效持久,适合6个月以上的儿童,可随餐或餐后服用,服用间隔时间为6~8小时,24小时内不超过4次,儿童每次最大剂量为10毫克/千克。需要注意的是,孩子在服药期间会大量出汗,家长应及时给患儿补充水分。

对乙酰氨基酚为乙酰苯胺类解热镇痛药,相较于布洛芬,无抗炎作用,退热强度较布洛芬弱,但该药起效快,且安全性数据优于布洛芬,因此,对乙酰氨基酚更适3个月以上幼儿,可餐前服用,服药间隔时间为4~6小时,24小时内不得超过4次,儿童每次最大剂量为15毫克/千克。需要警惕的是,超剂量服用对乙酰氨基酚可对儿童肝脏造成不可逆的损害,应严格遵医嘱服用;对于合并肝脏疾病的儿童,应优先选用布洛芬制剂。

为保证安全,减少副作用,使用这两类退热药还应注意以下几点:1)不推荐两者联合或交替使用;2)2月龄以下的儿童出现发热,应首先到医疗机构评估,不建议自行使用退热药物;3)不要与含相同成分的复方感冒药同时使用,如氨咖黄敏口服溶液、小儿氨酚黄那敏颗粒、氨酚伪麻滴剂等,这些感冒药中均含有对乙酰氨基酚;4)自行服用退热药物3日仍有发热时,应及时就医。

宁波市第一医院 张惠

对于很多新手爸妈来说,因为缺乏经验,常被小宝宝的许多“异常”情况吓坏。其实,新生宝宝很多异常现象不是病,根本不需要跑医院,更不能乱用偏方。下面为大家总结了新生儿的20种“异常”状况,一起了解下吧。

1. 足内翻、小腿轻度弯曲

宝宝出生前,由于子宫内的空间有限,大多是头向胸,双手紧抱于胸前,腿卷曲,手紧握的姿势。出生后,宝宝的头、颈、躯干及四肢会逐渐伸展开来,但可能出现小腿轻度弯曲、双足内翻、两臂轻度外转、双手握拳,或四肢屈曲等状态,这些都是正常的,妈妈们千万不要认为宝宝是“O型腿”而强行用“打包”的方法让其双腿伸直,这样反而容易造成宝宝髋关节受伤。

2. 体重减轻

一些宝宝出生后几天内会出现体重不增反降的现象,这种现象称为“生理性体重下降”,原因主要有以下几点:胎便的排出、胎脂被吸收、体内多余的水分被排出、奶量较小等。随着宝宝对外界环境的适应、奶量的增多,体重也会慢慢增加。但是,如果10天后体重仍达不到出生时的水平,就要寻求医生的帮助,看是否由其他疾病引起。

3. 打喷嚏

新生儿及婴幼儿很容易打喷嚏,有些家长见此情景便以为孩子是着凉了而赶紧给孩子加衣被。其实,新生儿打喷嚏不一定是着凉所致,而是由其生理结构决定的。新生儿鼻腔内血管丰富、鼻黏膜薄弱、鼻腔狭小、鼻道短,容易受到温度、湿度及灰尘等的刺激引起喷嚏。因此,宝宝打喷嚏时如无其他异常情况,则无需处理。

4. 阴道出血

有些新生女婴在出生后不久会出现阴道出血,俗称“假月经”,这并非是病理现象,而是由于新生女婴出生前体内有一定量的雌激素,这些雌激素大部分来自母体,少部分是由胎儿自身分泌的。出生后,体内雌激素的来源突然中断,激素水平急剧下降,5~7天降至最低水平,使生殖道原来增殖、充血的细胞脱落,出现阴道流血现象。如果流血不多,一般不需要特殊

治疗,只要勤洗外阴,勤换尿布即可。

5. 粉红色尿 新生儿出生后几天内尿液颜色较深,稍有混浊,有时尿布上还可看见淡淡的红色,这是尿液中的尿酸盐引起的,属正常现象。家长应及时为宝宝补充水分,如症状持续无改善,则需要及时就医。

6. 乳房增大 不论男宝宝,在出生后4~7天时常会出现乳腺肿大的现象,这是由于母亲怀孕时体内雌激素和催乳素的含量增多,到分娩前达最高峰,而胎儿在母体内受到这些激素的影响,出现胸部突起。这属于正常现象,一般2~3周会逐渐消退,不需要特殊治疗,父母不要去挤压宝宝乳头,以免引起感染。

7. 肤色频繁变化 新生儿的血管收缩功能和末梢循环尚未健全,因此肤色的变化非常频繁。如天冷时手脚会稍稍发紫,哭泣时会满脸通红,有时甚至会因为睡姿的关系,身体两侧或上下半身出现不同的肤色,这些属于正常现象。但如果长期皮肤青紫,特别是伴有呼吸困难或喂养困难的情况,则需及时就医。

8. 新生儿黄疸 新生儿出生后2~3天会出现面部、巩膜黄染,甚至全身皮肤黄染,4~6天达到高峰,7~10天左右完全消退,无其他不适,这种现象称为生理性黄疸,属正常现象。早产儿黄疸消退时间要比足月儿慢一些,但3~4周左右也能完全消退。需要注意的是,如果宝宝黄疸出现时间早,消退时间明显延迟,程度重,且伴有其他不适表现时,应警惕是否为病理性黄疸,需要及时就医。

9. 体温波动 新生儿的体温调节中枢尚未发育完善,体温波动较大,衣物穿少了可能体温过低,穿多了可能引起暂时性低热。因此,要保持新生儿体温正常,应让其处于通风及温度适中的环境内。

10. 腹式呼吸为主

新生儿肋间肌较为柔软,鼻咽部及气管狭小,肺泡顺应性差,呼吸运动主要靠横隔肌肉的升降,所以主要以腹式呼吸为主,胸式呼吸较弱。另外,由于新生儿呼吸表浅,每次呼气与吸气量较小,不能满足身体需求,所以呼吸频率较快,约40~60次/分。

长沙市妇幼保健院儿童保健中心

副主任医师 张梅



父亲一耳光 打穿儿子鼓膜

医生:多数外伤性鼓膜穿孔可自愈

辰辰上小学四年级,几天前,在辅导作业时,由于辰辰不专心,爸爸一时没控制住打了辰辰一耳光。原以为这一耳光不要紧,谁知第二天辰辰说自己左耳听不见了,爸爸这才赶快带儿子去医院检查。经耳内镜报告提示“左耳鼓膜穿孔”,纯音听阈检查提示“左耳轻度传导性耳聋”,爸爸这下傻了眼:“孩子不会聋了吧?”直呼以后再也不敢打孩子了。

其实,临幊上这样的情况不少见。鼓膜俗称耳膜,位于外耳道深部,是一个椭圆形、半透明状薄膜,在声音的传导过程中起到关键作用。鼓膜很娇嫩,在外力作用下很容易受伤甚至穿孔,如掏耳朵、头部外伤、小虫钻进耳朵、突然巨响、被扇耳光,甚至感冒了坐飞机时,都可能出现鼓膜穿孔。另外,感染也是引起鼓膜穿孔的重要原因,例如上呼吸道感染时,鼻腔的细菌、分泌物等很容易通过咽鼓管到达中耳腔引起感染,急慢性外耳、中耳炎症等也可导致耳膜炎症而穿孔。

外伤性鼓膜穿孔的主要表现是剧烈疼痛、耳出血、耳闷、听力下降、耳鸣;炎性鼓膜穿孔主要表现是反复流脓、听力下降、耳鸣。但鼓膜是有生长能力的,绝大多数外伤引起的耳膜穿孔可于3~4周内自愈,在这期间注意防水入耳,严禁游泳,洗澡、洗头时可用消毒棉球塞住耳道口,慎挖耳朵,慎洗鼻,防感冒。如果穿孔在3~4周内未自愈的,应尽早进行手术治疗。

深圳市儿童医院耳鼻喉科 严尚

跳绳有助长高 方法不当伤关节

跳绳有助于青少年儿童长高,但一定要掌握正确的方法,否则可能伤害关节。

首先,家长要给孩子准备一根合适的跳绳。跳绳太长或太短,都不利于孩子学习和锻炼,绳子的长度以孩子双手紧握跳绳,到腋窝处为宜。

其次,家长要教孩子正确用手腕甩绳。其实,不光是孩子,很多成年人跳绳也是张开双臂,利用手臂的力量来甩绳。正确的方法应该是保持身体直立,眼睛平视,双脚略微分开,稍微屈膝,前脚掌触地,上臂靠近身体两侧,用手腕摇绳,同时注意调节呼吸。

第三,跳绳之前要先热热身。充分热身可以预防肌肉拉伤,包括头部运动、膝关节运动、手腕、踝关节运动。

第四,跳绳应选择在泥土地或者草坪上进行,尽量避开水泥地面;尽量穿减震、防滑的运动鞋,减缓对膝盖和脚踝的冲击;刚开始跳绳时不要跳太快,先试跳半分钟,等身体适应后继续。

江西省儿童医院内分泌遗传代谢科 杨利