

川崎病的护理与预防措施

川崎病是儿科疾病中较为常见的发热性疾病,临床上又称皮肤黏膜淋巴结综合征。关于川崎病,目前仍未找到明确的病因,临床认为导致川崎病发生的原因是感染所导致,使得患儿机体出现急性全身免疫性血管炎。

认识川崎病

川崎病在医学上是一种血管炎,可累及身体多处器官,特别是冠状动脉。该疾病主要有以下几个重要病因:① 传染:有学者表示川崎病具有一定传染性,与病毒感染极其相似,好发于冬春两季。一般情况下,该疾病多发于6个月~5岁的小儿,6个月以下的病例较为罕见,可能与母体对于儿童的保护能力存在联系。② 免疫系统失调:发病时可导致患儿血管壁发生病变和扩张,血管弹性蛋白被破坏,导致动脉血管瘤的形成。③ 围产期暴露:围产期的暴露易引发感染,导致小儿免疫系统损伤,诱发川崎病。

川崎病会复发吗?

现阶段临床上对川崎病的病因并不清晰,有相关研究说明,极少数川崎病患者会出现复发的情况,通常在第一次发病后的1~2年内复发。而一些川崎病患者出现2次或者多次复发的几率较低,如果能够



早期发现患儿复发的迹象,并进行早期抗炎治疗,能够有效降低冠状动脉发生病变的几率。

如何预防和护理小儿川崎病?

防治措施 在日常生活中,做好保暖工作,及时根据气候变化为患儿增减衣物,避免受凉而引起感冒;少带患儿前往人多、密集的公共场所,避免患儿受到病菌感染。



定期体检 要按照医生的叮嘱,带领患儿按时前往医院进行复查,及时了解患儿机体疾病状况,防止复发。

注意休息 如果患儿处于急性期,要让患儿绝对卧床休息,等到病情平稳或好转后,才能进行一些适当的运动,但要防止剧烈运动。

高热护理 当出现高热症状时,要对患儿采取物理降温措施,如:温水擦浴、降温贴等。如使用降温措施后患儿体温不能够得到有效控

川崎病



制,须在医生指导下服用退烧药物。若患儿使用退烧药后大量出汗,需要及时补充水分,避免患儿体温突然下降出现虚脱情况。



口腔护理 在日常生活中,家长要帮助患儿保持口腔清洁,养成良好的卫生习惯。晨起、饭后、睡前养成漱口、刷牙的好习惯,能够有效预防感染的风险,还能够增加患儿食欲。同时可以使用唇膏对唇部进行保湿护理,避免口唇皲裂。

饮食护理 给予患儿高热量、高维生素的食物,以半流或全流质地食物为主。如:给患儿多喝牛奶、多吃鸡蛋羹,补充患儿蛋白质摄入;让患儿多吃一些水果和蔬菜,补充维生素;多吃一些容易消化的饮食,像面条、米粥、汤等。需要注意的是,食物的温度要适宜,避免过热烫伤患儿。

皮肤护理 家属应对患儿的皮肤进行有效清洁,勤换衣物。最好穿一些宽松、质地柔软的衣服。同时家长要帮助患儿定期修剪指甲,避免指甲过长将皮肤挠破。便后对患儿臀部进行清理,可涂抹护臀膏进行保护。

生活习惯 家长与患儿共同培养良好的生活习惯,做到早睡早起、饮食规律,能够有效保障患儿拥有良好的睡眠,预防睡眠不足导致身体出现虚弱、乏累等症状。家长与患儿日常加强运动锻炼,可以通过一些有氧运动,有效提高心肺功能和患儿身体素质,从而增高身体免疫力和抵抗力。

病情观察 注意观察患儿心率、节律的改变、面色、四肢末梢循环及神志、尿量等改变,发现异常应及时通知医生。

保持良好心态 无论家长还是儿童都需要保持良好的心态,家长应让儿童成长在快乐的氛围中,良好的情绪对机体的免疫力具有积极作用。良好的心态能够提高患儿的免疫力,有效预防川崎病的复发风险。

广西壮族自治区妇幼保健院

韦小宁

科学避孕,让生命有备而来

人工流产对生育力的影响巨大,当女性没有生育要求时,一定要学会科学避孕,避免因意外妊娠而人工流产。科学避孕的科普教育,旨在有效提高年轻人及育龄人群生殖健康教育程度,予以科学手段控制生殖过程。

常用避孕方式

1. 宫内节育器

通常放置的时间为女性月经期结束3天至7天,或是产妇在分娩期3个月后。此避孕方法的优点为费用合理、避孕时间长效且对性生活的影响微乎其微。而副作用是不规则的阴道流血,部分人出现节育器脱落。

2. 长期避孕针

长期避孕针的原理为抑制卵子的排出,提升宫颈黏液的浓稠度。其优点在于注射结果高效并长效,弊端就临床应用来看,仍旧较多,如:致使接种人月经量出现变化或是非月经期出现不规则出血。由于个人体质不同,某些接种人会出现头痛、体重突增等不良反应。

3. 皮下埋植剂避孕

皮下埋植剂避孕原理同长期避

孕针类似,抑制卵子的排出,提升宫颈黏液的浓稠度,干扰精子着床。通常最优放置时间为女性的月经期,最晚不可超过月经期的第七天。取出埋植剂的时间无特定要求,但必须由专业医务人员进行取出。优点为高效并长效,埋植时间相对较长,一般为4~5年,且不良反应较少、安全系数较高。值得注意的是:此种避孕方式区别于其它避孕方式的优势体现在可逆性,使用者从取出埋植物之日起,便具有正常的生育能力。缺点为致使月经期紊乱或非月经期出现不规则出血等情况。

4. 口服避孕药

口服避孕药的服用方法依据不同药物种类说明,有复方短效口服避孕药及复方长效口服避孕药,需合理服用。短效口服避孕药避孕有效率达99%以上,是一种适合健康育龄女性的常规避孕方式,使用尽量保持同一时间,避免错服、漏服、不要胡乱停药。除了避孕,短效口服避孕药还能用于治疗异常子宫出血、高雄激素血症、调整月经周期及治疗子宫内膜异位症等疾病。常见不良反应主要为出现类早孕反应、乳房胀痛、闭经、头晕头痛等,大

部分症状比较轻微,多发生在用药前三个周期,会慢慢消失。

5. 避孕膜、凝胶、栓

避孕膜、凝胶、栓的原理是起到杀精作用,且药物覆盖在子宫颈口,阻碍精子进入体内,且和避孕套联用,功效加倍。这种避孕方式优势在于对全身无不良影响,缺点为错过时间使用,容易导致失败。

6. 男用避孕套

男用避孕套的避孕原理是防止精子进入阴道,阻碍和卵子结合。使用时,采取手捏出套子前端小囊,排出气体,并且套在勃起的阴茎上,射精后,应在阴茎软缩前捏住套口连同阴茎一起抽出阴道。这种方式的优点在于操作便捷,还可阻断性病传染,缺点是影响性快感,若使用不当,可导致避孕失败。

不同年龄段如何正确避孕

1. 青春期避孕

青春期女性过早的性行为不利于身心健康,影响机体发育,如需要选择避孕,以安全套、药物、器械以及手术避孕为主,其中安全套最为安全,能够起到良好的避孕作用,还可阻断性病传播。

2. 新婚期避孕

选择简单、易操作的方式避孕,不会给后期妊娠带来影响,通常选择口服短效避孕药为主,具有较低的副作用,且在停药后可恢复正常的排卵期,适用于新婚妇女。

3. 哺乳期避孕

为了确保乳汁分泌,保障婴儿健康成长发育,这个时期的女性最好选择一些物理方法,如在产后6周检查时放置宫内节育器,避孕套、女用避孕膜、阴道药环、皮下埋植剂等也是不错的选择。

4. 更年期避孕

对于更年期女性,可以选择避孕套避孕。

5. 特殊病患避孕

对于存在重要组织器官异常者,以避孕套、宫内节育器等措施避孕;若是患有阴道炎、盆腔疾病,禁止体内放置宫内节育器,以口服避孕药或皮下埋植法来避孕。

综上所述,选择一种正确的、适合自己的避孕措施,做到科学避孕,可避免意外妊娠,有利于降低人工流产带来的痛苦,守护女性生殖健康。

柳州市人民医院 叶晴