



# 如何防治小儿秋季腹泻?

小儿秋季腹泻是一种常见的肠道疾病,主要由于食物或饮水中的细菌、病毒或寄生虫感染引起。随着秋季气温逐渐降低和空气干燥,该病在小儿中经常发生。本文将提供小儿秋季腹泻的预防和治疗方法。

## 小儿秋季腹泻症状

患儿出现腹泻时,粪便通常呈水样或稀粥样,次数增多,甚至出现频繁、急迫的排便。此外,腹泻的同时还会伴随腹痛、腹胀、肠鸣音增强等不适感。部分患儿可能会有食欲不振、恶心、呕吐的情况,严重者还可能伴随发热、脱水等症状。

## 预防小儿秋季腹泻

1. 注意个人卫生 教育孩子养成良好的健康习惯,如避免触摸口、鼻、眼等易感染的部位,正确使用纸巾或肘部遮掩咳嗽和打喷嚏。

2. 饮食卫生 在选购食材时,要注意彻底清洗。在食物烹饪过程中,要将其煮熟透,避免食用未经煮沸的水果和蔬菜。此外,尽量避免食用生冷食物和不洁净的食物,而是选择热食、热汤和经过高温煮沸的饮品。

3. 母乳喂养和合理添加辅食 母乳是宝宝最好的食物之一,其中含有丰富的免疫成分,能够有效预防感染。因此,在宝宝的早期阶段,积极推行母乳喂养是非常重要的。

同时,根据医生的建议,适时添加辅食,使宝宝获得更全面的营养。

4. 疫苗接种 及时接种疫苗是预防疾病的关键措施之一。根据医生的建议,给孩子接种轮状病毒疫苗等相关疫苗可以有效预防某些病毒引起的腹泻。疫苗接种不仅保护了个体的健康,也起到了群体免疫的作用,减少了传染病的流行。

5. 室内通风和环境清洁 家长应定期开窗通风,以减少病原体在室内的滋生。此外,还要定期清洁和消毒室内物品,特别是经常接触的物体表面,例如门把手、扶梯把手、电梯按钮等,以减少病菌的传播。

6. 增强免疫力 提高孩子的免疫力是预防感染的重要策略之一。鼓励孩子进行适量的户外活动和锻炼,帮助他们建立良好的生活习惯,如充足的睡眠、健康饮食和适度的运动。此外,保持心理健康也有助于增强免疫力。家长可以通过给予关爱和支持,帮助孩子建立积极的情绪与心态。

## 治疗小儿秋季腹泻

1. 益生菌制剂 在选择益生菌

制剂时,应优先选择含有乳杆菌、双歧杆菌等人体正常菌群的产品。这些益生菌能够抑制病原菌的定植和侵袭,对急性感染性腹泻具有一定的疗效。在使用益生菌制剂时,要确保用量足够,且注意与抗生素之间至少应有2小时的间隔,以避免两者相互干扰。

2. 口服补液盐 口服补液盐中含有钠、钾、葡萄糖等成分,可以有效地补充身体因腹泻而丢失的水分和电解质。无论是哪种类型的腹泻,口服补液盐都是一种有效的治疗方法。目前常用的口服补液盐类型是Ⅲ型,它能够满足人体维持正常生理功能所需的水分和电解质。

3. 黏膜保护剂 黏膜保护剂例如蒙脱石散,具有吸附病原体 and 毒素的作用,可维持肠道细胞的正常吸收和分泌功能,增强肠道屏障功能,从而有效地抵御病毒和细菌的攻击。蒙脱石散等黏膜保护剂是一

种辅助治疗手段,能够有助于缓解腹泻症状。

4. 抗感染药物 对于由侵袭性、致病性细菌感染引起的腹泻,医生可能会考虑应用抗生素进行治疗。

5. 中药治疗 在中药治疗方面,可选择一些中成药或者配合使用中草药。中成药如黄连素、益菌清、清肠胃颗粒等具有抑制细菌、消炎镇痛等作用,可帮助缓解小儿秋季腹泻的症状。同时,也可选择正规中医师看诊,运用具有健脾益气、清肠止泻等作用的中草药,如白术、山楂、黄连等,进行对症治疗。

6. 穴位贴敷 选择一些与腹泻相关的穴位(如关元、脾俞、足三里等),进行穴位贴敷,可以缓解小儿秋季腹泻的症状,增强体内的自愈能力。

7. 推拿按摩 对于小儿秋季腹泻,推拿按摩也是一种比较有效的辅助治疗方法。通过指压、揉捏等手法刺激腹部的经络、穴位,可促进气血运行,消除胀气,缓解腹痛等症状。

总之,小儿秋季腹泻非常常见,但是只要注意预防和治疗,就可以有效控制病情。家长应注重孩子的饮食和卫生习惯,定期清洁室内环境,避免给孩子带来不必要的伤害。

中国人民解放军联勤保障部队  
第九二三医院 吴燕

## 积极治疗 应对腹部主动脉瘤

腹部主动脉瘤是一种危险的疾病,它会导致主动脉破裂,并严重威胁患者的生命安全。然而,合理的治疗可以降低破裂的风险并延长患者的生存时间。在处理腹部主动脉瘤时,我们可以考虑危险性评估、手术治疗、药物治疗和定期超声随访等多个方面。下面将详细介绍每方面的内容。

### 危险性评估

腹部主动脉瘤是指腹部主动脉呈永久性局限性扩张,且直径增大超过正常50%以上定义为主动脉瘤。通常情况下,腹主动脉直径大于3厘米可以诊断腹主动脉瘤,可能会带来一定的危险。然而,并不是所有的腹主动脉瘤都具有相同的危险性,因此需要进行危险性评估。

首先,直径是危险性评估的关键指标之一。一般来说,直径大于5.5厘米的主动脉瘤更容易发生破裂,从而带来严重的后果。因此,直径大于5.5厘米的主动脉瘤通常需要采取治疗措施。

此外,主动脉瘤的位置以及其他因素也会影响评估结果。例如,位于主动脉分叉处或靠近主动脉瓣

的主动脉瘤更容易破裂。此外,患者的年龄、性别、家族病史等因素也可能使危险性增高。

### 手术治疗

1. 手术适应症 手术治疗通常适用于主动脉瘤直径大于5.5厘米、迅速增大或已出现破裂的情况。此外,即使主动脉瘤直径尚未达到5.5厘米,但如果患者有其他高风险因素如家族病史、瘤体位置特殊等,手术治疗也可能被推荐。

2. 手术方式 包括开放手术和介入性手术两种。开放手术是通过彻底清除主动脉瘤病变段,并用合成血管替代。介入性手术则是通过导管技术,将支架或支撑物(例如覆膜支架或血管支架)放置在主动脉瘤内部,以加固主动脉壁。

3. 手术风险 包括手术切口感染、出血、血栓形成等。因此,在决定手术治疗之前,医生会综合考虑患者的身体状况和手术风险,评估是否适合进行手术。

4. 术后护理 包括效果评估、药物治疗、伤口护理、定期随访等。患者需要按照医生的建议进行日常生活的调整,特别是避免过度用力和剧烈运动,以保护手术部位的愈合。

### 药物治疗

1. 药物选择 在药物治疗中,最常用的药物是 $\beta$ 受体阻断剂。这种药物可以通过降低血压和心率来减轻主动脉的负荷,从而减缓主动脉瘤的生长速度。其他一些药物如血管紧张素转换酶抑制剂或血管紧张素受体阻断剂等也有所帮助,但具体的治疗方案应根据患者的具体情况由医生决定。

2. 药效评估 在接受药物治疗后,患者需要定期接受超声检查或其他影像学检查来评估主动脉瘤的疗效。医生会关注主动脉瘤的大小、生长速度以及患者的症状,以调整药物剂量或治疗方案。

3. 生活方式调整 包括保持健康的饮食习惯,均衡摄取营养;避免过度用力和剧烈运动,以减少主动脉的压力;戒烟、限制酒精等不良习惯,以降低血压和心脏负担。

4. 定期随访 在药物治疗过程中,定期随访非常重要。患者需要遵循医生的建议进行定期的体检和超声检查,以确保药效并及时发现病情变化。

### 定期超声随访

1. 检查频率 对于已经确诊的患者,医生会根据主动脉瘤的大小

和生长速度,制定不同的超声检查频率。一般来说,直径小于3厘米的主动脉瘤可以每1~2年进行一次超声检查;直径在3~4.4厘米之间的主动脉瘤一般每半年至1年进行一次超声检查;而直径大于4.5厘米或增长速度快的主动脉瘤则需每3~6个月进行一次超声检查。

2. 检查内容 超声检查是一种无创且非辐射的检查方法,通过超声波技术可以清晰显示主动脉瘤的形态、位置和大小。医生会关注主动脉瘤的直径变化、壁厚度、血流情况等指标,以评估病情的发展。

3. 注意事项 在进行超声检查前,患者需要遵循医生的指导,进行必要的准备工作。一般来说,要求患者空腹,以确保检查效果的准确性。此外,在超声检查中,患者需主动配合医生的操作,适时调整体位和配合呼吸运动,以获得更准确的检查结果。

总之,腹部主动脉瘤是一种危险的疾病,需要及时治疗以降低血管破裂的风险。危险性评估可以帮助医生更好地了解病情,制定适当的治疗策略。通过手术、药物治疗、定期超声随访等手段,可以让患者拥有更高的生活质量。

桂林市平乐县人民医院 邓恒