



# 共同努力 关注儿童消化系统健康

儿童消化系统是一个复杂而又独特的系统，它负责将食物转化为身体所需的营养物质，并为身体提供能量。儿童的消化系统相较于成人更为脆弱，容易受到外界环境的影响。因此，了解儿童消化系统的特征和运作方式对于维护儿童健康至关重要。本文将带领大家深入了解儿童消化系统的基本构造、功能、发育过程以及常见问题，帮助家长更好地关注孩子的消化健康。

## 儿童消化系统的 基本构造和功能

儿童消化系统由口腔、食道、胃、小肠、大肠等一系列器官组成。这些器官通过协同作用将食物消化、吸收并排泄废物。

1. 口腔 口腔是消化系统的入口，主要负责咀嚼和吞咽食物。在口腔中，唾液腺分泌唾液以湿润食物，同时牙齿咀嚼食物使其变成小块，便于后续消化。

2. 食道 食道是将食物从口腔传输到胃的管道。在食道中，食道肌肉通过收缩和松弛将食物推向胃部。

3. 胃 胃主要负责储存和初步消化食物。在胃中，胃酸和消化酶分解食物，使其更容易被小肠吸收。

4. 小肠和大肠 小肠通过绒毛和微绒毛吸收食物中的营养物质，而大肠则主要负责水分的吸收和废物的排泄。

## 儿童消化系统的发育和成长

儿童消化系统的发育是一个逐渐成熟的过程，从出生到青春期经

历多个阶段。新生儿时期，宝宝的消化系统尚未发育完全，胃容量较小，且肠道渗透性较高，容易导致呕吐和腹泻。随着宝宝的成长，消化系统逐渐适应不同的食物种类和摄入量。到幼儿期，宝宝的牙齿逐渐长出，咀嚼和吞咽能力进一步提高。

在儿童期和青春期，随着激素水平和骨骼结构的改变，儿童的消化系统仍在不断发育。这一阶段，孩子的身高和体重快速增长，对营养物质的需求也相应增加。家长需注意合理安排孩子的饮食，确保充足的营养摄入以支持其生长发育。

## 儿童常见消化问题 及解决办法

1. 腹痛和腹泻 腹痛和腹泻是儿童常见的消化问题之一。可能是由于感染、过敏、消化不良等原因引起。家长应密切关注孩子的症状，如出现发热、呕吐、腹泻严重等应及时就医。在日常生活中，要注意饮食卫生，避免过敏原，适当调整



孩子的饮食结构。

2. 便秘 便秘是指孩子大便次数减少、大便干燥或费力等现象。长期便秘可能导致孩子食欲减退、腹胀等问题。家长应注意培养孩子良好的排便习惯，多提供富含纤维的食物，鼓励孩子多喝水以增加肠道水分。如症状持续严重，建议寻求专业医生的帮助。

3. 消化系统感染 儿童消化系统感染可能由细菌、病毒等引起。常见的感染包括胃炎、肠炎等。感染可能导致孩子出现腹痛、腹泻、呕吐等症状。如出现上述症状，应及时就医并遵医嘱服用抗生素等药物治疗。

4. 其他常见问题及处理办法 儿童消化系统可能还会出现其他一些问题，如胃酸逆流、肠道菌群失调等。对于这些问题，家长应密切关注孩子的症状变化，合理安排饮食和生活习惯。如有需要，及时寻求专业医生的帮助。

求专业医生的建议和治疗。

## 维护儿童消化系统健康的措施

1. 规律的饮食和良好的饮食习惯 为了维护儿童消化系统的正常运作，应养成良好的饮食习惯。一日三餐应按时按量进餐，避免过度饥饿或暴饮暴食。此外，食物应多样化，保证营养均衡。

2. 充足的水分摄入 儿童在各个生长阶段都需要充足的水分。水分可以帮助维持身体各器官的正常运作，促进新陈代谢，软化粪便，预防便秘。

3. 适当的运动和休息 适当的运动可以帮助孩子消耗多余的能量，促进消化，增强体质。

4. 避免不健康物质摄入 家长应尽量避免孩子摄入不健康的食品，如过多的糖分、脂肪，以及刺激性的食品和饮料。

总之，儿童消化系统是一个复杂而又敏感的系统，需要家长密切关注和精心护理。通过了解儿童消化系统的基本知识，家长可以更好地理解孩子在消化过程中遇到的问题。在此基础上，采取适当的保健措施和养成良好的生活习惯，可以促进儿童消化系统的正常发育，保持孩子的健康。让我们一起努力，为孩子们创造一个健康成长环境。

崇左市大新县人民医院 梁佳莲

# 前置胎盘易引发大出血 切莫轻视

据医学统计，前置胎盘孕妇在所有孕妇中的占比约1%，虽然前置胎盘孕妇患者较少，但不能忽略前置胎盘的危险性，因前置胎盘导致孕妇大出血的概率较高，极易威胁孕妇和胎儿生命。本文将为大家介绍前置胎盘的有关知识，提醒适龄备孕女性及孕妇对前置胎盘加以重视，通过预防及改善为身体保驾护航。

## 什么是前置胎盘？

前置胎盘指的是孕妇妊娠28周之后，胎盘位置在子宫下段，或者胎盘下缘处于宫颈内口，这种情况下称之为前置胎盘。根据胎盘位置的不同，即胎盘与子宫颈内口的关系情况，前置胎盘分为完全性前置胎盘、边缘性前置胎盘、部分性前置胎盘这三种类型。

## 前置胎盘的临床症状

一般表现为妊娠晚期的阴道出血，出血的同时无疼痛感，且首次出血量较少，随着出血次数增多导致出血量增大。随着孕妇怀孕周数增多，尤其是临近预产期的孕妇，前置胎盘大出血的风险较高。因伴随出血，所以孕妇贫血、缺氧的可能性随之加大。

## 前置胎盘的病因

前置胎盘的病因尚未确定，但与妊娠次数、流产次数增多，以及受精卵着床前发育缓慢，孕妇怀孕前后不良嗜好，如吸烟、吸食毒品等因素有关。胎盘为汲取所需营养和氧气被动扩大面积，接近或覆盖

子宫颈内口。

## 前置胎盘的危险有哪些？

一旦孕妇出现阴道出血的症状，且经超声诊断确定为前置胎盘，主管护师要提醒孕妇提高重视程度，否则，会出现早产、围产儿死亡、产后出血、产褥感染等危险。

前置胎盘出血一般在孕晚期常见，极易引发早产，且围产儿死亡的可能性较大，即孕妇因失血过多导致胎儿在母体缺氧死亡，或者早产儿因机能较弱，出现死亡。对于产后出血风险，即前置胎盘的孕妇分娩后，子宫下段肌肉组织活力较差，且收缩不良，当此处胎盘剥离后，出血点不易闭合，进而出血量增多。对于产褥感染风险，即胎盘剥离后，剥离面极易感染细菌，加之产妇分娩后体质虚弱，则感染概率升高。

## 前置胎盘该如何预防及改善？

1. 前置胎盘预防 孕产妇要做好准备工作，养成良好的生活方式，保持愉悦心情，并加强营养，多食用高蛋白、丰富维生素的食

物，预防贫血，增强身体免疫力。对于备孕女性来说，要做好产前的身体检查，听从医生意见，通过服用叶酸或者相关药物进行身体调理，为受精卵着床前的健康成长创造良好的身体条件。对于孕妇来说，预期适当控制体重，避免胎儿过大而出现前置胎盘症状。产妇产后要注意卫生，通过会阴清洗，保证外阴干燥等方式防止感染。

2. 前置胎盘改善 一般来说，如果孕妇怀孕周数小于36周，且阴道流血次数少、流量少，经检查胎儿发育达到正常指标，孕妇可以在保证胎儿以及自身安全的前提下，延长妊娠的时间。但要注意卧床休息，减少下床走动时间，且活动幅度不宜过大，避免身体劳累；同时，通过读书、听音乐等方式保持良好情绪。孕妇密切观察是否出现阴道流血情况，一经发现要及时到医院就医，经超声检查确定胎盘位置。

如果前置胎盘危险性较高，要在一般治疗的基础上进行药物治疗。住院治疗的过程中，可选择糖皮质

激素，如地塞米松来为胎儿生长助力，促进胎儿成熟。如果孕妇伴随官缩症状，则要根据医生建议使用官缩抑制剂，如硝苯地平。考虑到孕妇身体安全的同时，还要兼顾胎儿健康，一旦胎儿因前置胎盘出现早产，极易伴随脑出血、呼吸窘迫综合征等情况，对此要视情况应用地塞米松药物，帮助胎儿肺部发育。当孕妇胎膜早破、胎膜感染，要对其进行抗生素治疗。除了上述两种改善前置胎盘的方式外，还可以通过终止妊娠来治疗，因大出血导致孕妇和胎儿的生命垂危，需通过自然分娩或剖宫产两种手段进行治疗。

总之，前置胎盘危险性较高，主管护师有责任普及前置胎盘的相关知识，使前置胎盘预防及改善两项工作顺利开展。对于孕产妇来说，能够运用所掌握的知识自我引导、自我规范，适当降低前置胎盘的危害，实现成功备孕、安全分娩。

来宾市妇幼保健院 莫秋芳