

治疗小儿疾病如何选择抗生素?

小儿对外界刺激的敏感程度相对较强，且卫生意识、自我防护意识尚未形成，更易接触、感染细菌进而引发其消化系统、呼吸系统、结膜等组织器官的炎症感染，而抗生素作为近代最伟大的发明之一，能够干扰细菌细胞的发育，阻碍细菌合成细胞壁，并增强细菌细胞壁的通透性，抑制蛋白质合成，阻碍细菌DNA复制转录，因此具有杀菌、抗感染功效，但随着抗生素的临床推广，抗生素种类的丰富，人们逐渐发现此类药物的弊端，即过量使用抗生素会造成人体的各类可逆性血细胞减少，儿童正处于生长发育的黄金阶段，若滥用抗生素亦会对小儿正常的发育及器官带来不可逆的损伤，甚至引发双重感染。但正确、科学使用抗生素可显著缓解小儿感染症状，且几乎不会带来副作用，故临床医生及家长需从安全性、抗菌谱方面考虑，留心儿童抗生素药物的选用。

哪些情况下可对儿童应用抗生素？

1. 儿童感冒 儿童因细菌感染导致的普通感冒、流行性感冒。

2. 咳嗽疼痛 儿童因细菌感染所致的喉咙疼痛。

3. 腹泻 儿童因致病细菌诱发的腹泻症状。

4. 支气管炎、肺炎等其他呼吸系统感染 儿童因感染呼吸道致病菌引发的支气管炎、肺炎等呼吸系统感染。

5. 中耳积液 儿童因中耳区域存在慢性炎症导致耳道自洁能力下降，使分泌物难以排出耳腔，以致耳咽管堵塞细菌逐渐繁殖形成中耳积液。

相对安全的儿童抗生素种类选择

从抗生素安全性考虑，青霉素、大环内酯类（如红霉素、罗红霉素、阿奇霉素等）对儿童群体应用效果较为可靠，且副作用风险较低，相对安全。

在药物毒性方面，青霉素对儿童脏器的损害相对较小，毒性较低，对儿童的生长发育无明显负面影响，作用迅速，具备一定的杀菌效果。但此类抗生素对革兰氏阴性菌的灭活效果不甚理想，且部分儿童可能存在青霉素过敏的情况，使用此类药物时应提前做好药敏试验，若儿童对青霉素过敏，则需替换为红霉素，

根据儿童体质逐渐增加红霉素剂量以免红霉素药效过猛引发小儿腹泻、恶心呕吐等胃肠道不良反应。而面对革兰氏阴性菌，则可选择阿莫西林对症抗感染。

儿童常见疾病的抗生素选用及联合用药

值得注意的是，家长或医务人员应尽量避免一遇到小儿感冒、腹泻、上呼吸道感染等小病症就选用抗生素治疗。应判断其病情严重程度，优先选择对症的中成药、微生物制剂等药物治疗，观察疗效后适当增用抗生素药物提高总体疗效，或选择抗生素与其他中成药联合用药，在保障抗生素用药安全性的同时，增强疗效。

1. 咽喉炎 对于由细菌引起的小儿咽喉炎，可选用分散剂型头孢菌素类抗生素+众生丸+治咳枇杷合剂治疗。其中，头孢菌素类抗生素抗菌谱广，组织穿透力强，起效快，生物利用度高，且对链球菌属、肺炎球菌等所引起的呼吸系统炎症均有较强的敏感性；众生丸由蒲公英、紫花地丁、牛黄、玄参等组成，具有清热解毒，消炎止痛的作用，可对症治疗咽喉疼痛；治咳枇杷合剂能够发挥祛痰止咳的功效。联合用药下即可快速杀灭病菌，去除病因，又可针对性地缓解咽喉肿痛、咳痰等典型咽喉炎症状，增



强总体疗效。

2. 肺炎 对于由细菌引起的小儿肺部感染，可选用青霉素类抗生素+小儿麻甘颗粒治疗。其中，青霉素类抗生素具有较强的灭菌效果，同时可较大程度地保障用药安全性，对上呼吸道感染引起的急性鼻窦炎有较好的抗菌效果；小儿麻甘颗粒可平喘止咳，利咽祛痰；两者合用，可发挥杀菌抑炎、镇咳止喘、化痰等效果。

3. 泌尿道感染 对于由细菌引起的泌尿道感染，可选用复方石韦胶囊+第三代头孢菌素。第三代头孢菌素抗菌谱广，组织穿透能力强，对大肠杆菌、变形杆菌有较强的杀菌作用，其分散剂型吸收快、生物利用度高；泌尿道感染在中医看来是膀胱湿热所致，复方石韦胶囊能够清热燥湿，利尿通淋，两者合用可在短时间内达到良好的杀菌抑菌效果，改善泌尿道炎症症状。

综上所述，儿童时期是生长发育的重要阶段，滥用抗生素易对儿童发育带来负面影响，而正确选用抗生素可显著提高总体抗感染疗效。抗生素类药物主要应用于细菌感染所致的各类疾病中，小儿用药时，需尽量选择安全性较高的青霉素、大环内酯类抗生素，避免滥用抗生素，选用抗生素时尽量与其他中成药联用，以兼具疗效及安全性。

北海市妇幼保健院 梁琴

小小益生菌 守护肠道健康

肠道菌群是寄居在人体肠道内微生物群落的总称。据估计，在人体肠道内存在着2000多种细菌，既有有害菌，如梭状芽孢杆菌、葡萄球菌等，也有有益菌，也叫益生菌，比如双歧杆菌、乳酸杆菌、凝结芽孢杆菌等。正常情况下，益生菌和有害菌在肠道内维持着一个动态的平衡。大量研究表明，益生菌对人体具有多重保健功效，如调节肠道正常菌群、维持体内菌群平衡、提高食物消化率、改善便秘、降低胆固醇水平、改善肝功能、缓解乳糖不耐症、抑制肠道内腐败菌生长繁殖和腐败产物的产生、加速机体对营养物质的吸收、抑制机体

的衰老及防止肿瘤发生等作用。

益生菌种类不同，作用也会有些许不同。枯草芽孢杆菌能够帮助食物消化，提高肠胃的功能，减少消化系统疾病的出现；双歧杆菌能够增强肠道系统的免疫功能，同时提高肠道对营养物质的吸收和消化，还具有抗肿瘤的作用；乳酸菌能促进胃肠对蛋白质、乳糖等营养物质的吸收，改善便秘、减少致癌物质形成，同时可以激活人体的免疫系统，同时减少毒素产生保护肝脏；酵母菌、益生芽孢杆菌、布拉氏酵母菌、地衣芽孢杆菌对于调节肠道微生态、人体健康的恢复，都有很好的作用。

药用的益生菌建议在正规医院消化科医师综合诊疗后进行使用。而保健类的益生菌只适合一些特殊的人群，可以调节免疫力，需要长时间服用，多数没有什么副作用和禁忌，但保健品不能作为治疗疾病使用。很多酸奶饮品都标注含有益生菌，但是酸奶益生菌进入人体食道后，要经历胃酸、胰酶、胆汁酸的等复杂的胃肠道环境，经胃肠道消化吸收后，益生菌的存活率只有0.01%，益生菌需要活着到达肠道且达到一定数量（至少含有10⁶CFU/g的益生菌），才能发挥作用。

湖南中医药大学
第一附属医院 陈金艳

食肉则复 多食则遗

冬春季节是传染性疾病的多发季节，近期儿童感染的传染病尤以甲流、乙流、支原体感染、衣原体感染为甚。孩子一生病，家长就着急，明明已经及时就医了，为什么发热、咳嗽仍迁延不愈呢？其实生病后，饮食是否得当对疾病的预后有很大的影响。

《黄帝内经》岐伯曰：病热少愈，食肉则复，多食则遗，此其禁也。说明了饮食对疾病康复的影响。

很多孩子一生病，就不想吃东西，于是孩子想吃什么家长就买什么。不知道大家有没有发现，孩子过多进食肉类、油腻食物之后，本来已经有所改善的症状又反复出现了，延长了疾病的痊愈时间。中医究其原因，是因为孩子们本就脏腑娇嫩，脾胃功能尚不健全，而发热患者，“邪气”交争于表，在里脾胃之气虚弱，消化能力下降，若此时家长们一味地让孩子多吃多喝，片面地强调生病后需增强营养，则会进一步加重孩子们的脾胃负担，容易导致饮食积滞，耗损正气，余“邪”留恋，发热反复。从西医来讲，热性食物具有兴奋中枢系统的作用，会加快新陈代谢和促进机体活动，会导致体温升高，疾病复发。二者不谋而合。

所以生病之后，对饮食一定要有禁忌，感冒发烧、咳嗽一定要忌暴饮暴食，禁食油腻、油炸及辛辣刺激性食物。

那么孩子生病后，能给孩子吃些什么呢？首先饮食宜温、宜软、宜少食多餐及营养丰富易消化，这样有利于脾胃功能的恢复，如肉末蔬菜粥、面条等半流质食物都是不错的选择；其次，随着孩子身体状况的恢复可以逐渐增加一些热量高的食物，如牛奶、鸡蛋羹；此外还可以适当添加豆制品。案例举隅：

患儿，胡某某，男，4岁半，于2024年1月6日受寒后即感恶寒发热、咳嗽，体温37.8℃，立即予以麻杏石甘汤加减3剂煎服，1月7日在医院检测血常规、衣原体正常，肺炎支原体抗体阳性。遂予以加服阿奇霉素，于1月8日热退，些许咳嗽，咳白色粘液痰，复予止嗽散4剂煎服，服用两剂后，仅晨起及入睡前偶有咳嗽。此时，患儿提出想吃鸡腿，因前几天患儿食欲不振，家属遂用红枣蒸鸡给其滋补，食用鸡腿两枚及鸡肉数块后，当晚即入睡不安，咳嗽加重，遂前来复诊，体查发现其脘腹胀满，舌质偏红，考虑其食肉则复，遂在止嗽散的基础上加用炒谷芽、炒麦芽、神曲各10克，3剂煎汤少量顿服，服用两剂后诸症明显减轻，3剂服完，诸证悉退。随后几日，患儿以清淡饮食为主，予以面条、蔬菜肉末粥调养几日后，恢复如常。

食肉则复，多食则遗在临床诊疗调护中有重要的指导意义，若能准确运用，将十分有利于患者的康复。

武冈市中医医院 达智慧