



儿童安全用药的原则和常见误区

儿童的健康成长是每个家长最为关心的问题，而用药安全是其中不可或缺的一部分。儿童的生理特点与成人不同，决定了其在药物吸收、分布、代谢和排泄等方面与成人存在差异，因此，儿童用药安全问题也需要格外关注。那么，儿童用药需要注意哪些问题？常见的用药误区有哪些呢？

儿童安全用药原则

儿童的肝肾功能尚未完全发育成熟，药物的代谢和排泄速度较慢，容易在体内蓄积。此外，儿童的胃酸浓度较低，胃排空速度较慢，口服药物的吸收也会受到影响。因此，家长在给孩子用药时，应充分了解儿童的生理特点，选择适合的药物剂型和剂量，确保用药的安全性和有效性，具体有以下原则。

1. 遵医嘱用药 给孩子用药前应详细咨询医生，严格按医嘱用药。医生会根据孩子的年龄、体重、病情等因素综合考虑，制定出最合适的用药方案，家长应与医生保持良好沟通，遵循医生的指导合理用药。

2. 选择合适的药物剂型 儿童应选择适合的药物剂型，如糖浆、颗粒等，便于服用。对于年龄较小的婴幼儿，可以将药片或胶囊磨成粉末后用水冲服；对于年龄较大的孩子，可以选择口感较好的药物剂型或加入饮料中服用。同时选择合适的给药方式，如口服、外用等，

避免因操作不当影响疗效。

3. 选择正确的给药方式 口服是最常见的给药方式，但在一些特殊情况下，可能需要采用其他给药方式，如雾化吸入、肛门给药等。给药方式不同，注意事项也不一样，家长应遵照医生的指导，选择正确的给药方式，同时注意药物的用量和次数，避免过量使用或使用不足，影响疗效或产生不良反应。

4. 注意药物间的相互作用 儿童在用药过程中可能会同时服用多种药物，此时应注意药物之间的相互作用，避免产生不良反应或降低药物疗效。

5. 药品存放 药品应存放在儿童无法触及的地方，避免误服。同时，药品的说明书和包装应保留，以便随时了解药品的使用方法。存放药品时，应注意保持干燥、避光、阴凉等适宜条件，避免药物受潮、变质或失效。

6. 观察用药后的反应 孩子用药后，家长应密切观察他们的反应，如出现过敏反应、呼吸急促、皮疹等反应，应及时停药并就医。



同时，家长还应注意孩子是否有药物过量或不足的情况，如有疑虑咨询医生。

儿童常见用药误区

1. 随意更改药物剂量 许多家长在给孩子用药时，往往会根据自己的判断来调整药物剂量，这种做法是非常危险的。儿童的体重和身高不同，对药物的耐受性也不同。正确的药物剂量应由医生来确定，家长不可随意增减。

2. 滥用抗生素 孩子感冒、发烧时，许多家长会自行购买抗生素给孩子服用。然而，抗生素对病毒性感冒是无效的，滥用抗生素反而会引起过敏反应、肠道菌群失调等不良反应，导致耐药性的产生。因此，使用抗生素应遵循医生的指

导，确保合理使用。

3. 忽视药物不良反应 任何药物都存在不良反应，因此，家长在给孩子用药时，应密切关注孩子的情况，如有异常反应，及时就医。对于一些可能引起过敏反应的药物，家长应特别注意，有过敏史和家族史的应尽量避免使用。

4. 忽视非处方药的风险 非处方药不需要医生的处方便可以在药店购买，虽然比较方便，但不可忽视其中的风险，如使用不当或过量使用均可能导致不良反应。因此，家长在使用非处方药时，应仔细阅读说明书，并按照规定剂量和使用方法给孩子用药。

5. 忽视中药的潜在风险 一些家长认为中药是安全的，不会产生不良反应，其实，中药也存在一定的风险，一些有毒成分会对孩子的肝肾功能造成损害。因此，使用中药时，家长应选择经过认证的医疗机构或药店购买，并遵循医生的指导合理用药。

儿童的用药安全是重中之重，家长应了解儿童安全用药原则，严格遵医嘱，选择合适的药物和剂型，以提高儿童用药的安全性和有效性。家长、医生和药师的通力合作，更科学严谨地对待儿童用药问题，共同为儿童的健康成长保驾护航。

广西国际壮医医院 付珍映

预防妇科疾病

妇科疾病是女性常见的一类疾病，种类繁多，成因复杂，严重危害女性健康。那么，常见的妇科疾病有哪些？该如何预防和治疗呢？

常见的妇科疾病及成因

1. 宫颈炎 宫颈炎是发生于宫颈部位的炎症，常见症状是分泌物增多，可见黄色脓性白带，甚至血性白带，可分为急性宫颈炎和慢性宫颈炎。急性宫颈炎通常由细菌感染引起，而慢性宫颈炎则多由机械性刺激、化学刺激或病原体感染等引起。

2. 子宫肌瘤 子宫肌瘤是子宫平滑肌组织增生形成的良性肿瘤，其成因尚不完全清楚，可能与女性激素、遗传因素等有关，极少恶变，症状因肿瘤的大小、位置不同而有所不同。

3. 卵巢囊肿 卵巢囊肿是卵巢内或其表面形成的囊状结构，可能与内分泌失调、炎症、遗传等因素有关。

4. 子宫内膜异位症 子宫内膜异位症是指子宫内膜组织（腺体和间质）在子宫以外的部位出现、生长、浸润，引起反复出血、疼痛、

不孕、结节或包块等症状，其病因包括经血逆流、遗传因素、免疫炎症等。

5. 不孕症 不孕症是指夫妻双方未采取避孕措施，正常性生活一年以上仍未怀孕。不孕症的成因较为复杂，可能与女性内分泌失调、输卵管阻塞、子宫疾病、卵巢病变等多种因素有关。

6. 乳腺增生 乳腺增生是指乳腺上皮和纤维组织增生，与内分泌激素失衡、情绪波动等因素有关。

如何预防妇科疾病

1. 合理饮食 合理的饮食结构可以提高机体免疫力，预防妇科疾病的发生。平时应增加蔬菜、水果的摄入量，减少高盐、高糖、高脂食物的摄入，避免过度饮酒和吸烟。

2. 适量运动 适量的运动可以帮助女性增强身体素质，提高免疫力，预防妇科疾病的发生。建议女性每周进行至少150分钟的中等强度有氧运动，如慢跑、游泳、骑自行车等。

3. 保持健康的心态 心理健康与身体健康密切相关，保持健康、积极、乐观的心态有助于预防妇科疾病。女性应学会调节情绪、减轻

开启健康生活

压力，必要时可以寻求心理支持。

4. 注意个人卫生 保持私处清洁干燥是预防妇科疾病的重要措施之一。建议女性每天用温水清洗外阴，避免过度清洁和使用刺激性的洗液，选择透气性好、柔软舒适的内裤，并定期更换、消毒。

5. 定期检查 定期进行妇科检查是预防妇科疾病的重要手段。定期检查可以及早发现潜在的疾病，及时进行治疗，避免疾病恶化，建议女性根据自身情况在医生的指导下定期进行妇科检查。

特别提示与建议

1. 高危人群更应注重预防和定期检查 对于有家族病史、年龄较大、生活方式不健康等高危人群，更应注重妇科疾病的预防和定期检查。这些人群患妇科疾病的风险较高，提前采取预防措施可以降低患病风险。

2. 关注女性特殊时期，加强妇科保健 女性在孕期、经期、更年期等特殊时期，由于生理变化和激素水平的变化，更容易发生妇科疾病。因此，这些时期应加强妇科保健，注重个人卫生和健康生活方式。

3. 出现异常症状及时就医 女

性如果出现异常症状，如阴道分泌物增多、下腹疼痛、月经不调等，应及时就医进行检查和治疗。早期治疗可以避免疾病恶化，提高治疗效果。

4. 提高自我保护意识 女性应提高自我保护意识，了解妇科疾病的相关知识，避免陷入误区和不良习惯。同时要学会维护自己的权益，及时寻求医疗帮助和支持。

5. 倡导全社会共同关注女性健康 全社会应共同关注女性健康问题，营造关爱女性的社会氛围。政府、企业、社会组织等应加大对女性健康的宣传力度，提供更多的健康服务和支持。同时，家庭和个人也应积极参与到女性健康的保护中来，共同促进女性的健康福祉。

预防妇科疾病是每个女性都应该关注的问题，通过保持健康的生活方式、定期进行妇科检查等措施，可以有效地降低妇科疾病的发病风险。广大女性朋友应该重视妇科疾病的预防，同时，社会各界应共同关注女性健康问题，为女性提供更多的支持和帮助，为其健康保驾护航。

南宁市第六人民医院 黄荣碧