

耳鼻喉科就诊患儿 2/3 是鼻炎

医生提醒:忽视治疗可引发多种并发症

本报记者 王璐 通讯员 彭湘粤

近日，湖南省儿童医院耳鼻喉头颈外科的数据引发关注。2025年1~3月，该科室门诊就诊人次达28212人，其中患有鼻炎的患儿竟有18779名，占比近2/3。儿童鼻炎高发，已成为影响孩子健康的重要问题，湖南省儿童医院耳鼻喉头颈外科主任医师黄敏提醒家长：务必警惕鼻炎惹来多种并发症，影响孩子发育及健康。

鼻腔作为呼吸道的起始部分，是保护肺的首道防线。它不仅承担着呼吸、闻气味的功能，还能对空气进行过滤、清洁、湿润和加温，有效阻挡灰尘与病菌进入人体。鼻腔中的鼻纤毛是生理防御系统的关键部分，正常情况下，鼻纤毛有规律地摆动，推动黏液毯移动，将鼻腔内菌群总量控制在安全范围。

孩子的鼻腔鼻毛稀少、黏膜柔嫩，全身抵抗力和环境适应能力较差。一旦因受凉、抵抗力下降等因素破坏鼻腔局部免疫系统，细菌、病毒就容易

乘虚而入，引发急性鼻炎，也就是常说的感冒。由于感冒病原体、侵犯部位以及孩子体质和年龄的差异，临床表现也各不相同。年龄稍大的孩子症状相对较轻，多以鼻塞、流涕、喷嚏等局部症状为主，这很容易被家长忽视。但如果不及时治疗，可能引发多种潜在并发症，比如发展成鼻窦炎，导致头痛、头昏、记忆力和注意力下降，影响学习成绩；引发中耳炎，造成听力下降；长期流涕会使腺样体肥大，长期鼻塞还会形成“腺样体面容”（表现为龅牙、上颌骨突出）；鼻涕倒流会反复咳嗽，严重时蔓延至肺部，导致呼吸困难。

那么，如何预防儿童鼻炎呢？黄敏给出以下建议：

加强锻炼，增强孩子的免疫力。同时，保持室内空气清新，控制好温湿度，根据天气变化及时为孩子增减衣物。

在饮食方面，鼓励孩子多喝水，多吃蔬菜、水果。教育孩子不挑食，鱼、肉、蛋适量摄

入，多吃富含维生素的谷类、豆类、坚果、蔬菜和水果，少吃辛辣刺激食物。

日常生活中，要让孩子养成勤洗手的好习惯，并且不要挖鼻、揉鼻子。在有呼吸道感染或雾霾天气外出时，记得给孩子戴上口罩。此外，尽量避免孩子接触花粉、动物皮毛等过敏原。

如果孩子出现鼻炎症状，一定要积极就医。在医生的指导下使用鼻喷剂，切不可滥用鼻药物，以免损伤鼻腔黏膜，影响鼻纤毛运动，降低鼻腔局部抵抗力。尤其注意不要随便在药店给孩子买滴鼻液，因为药店常见的多是药剂浓度适用成人的药品，不一定适合儿童。

另外，掌握正确的擤鼻方法也很重要。用手按住一侧鼻翼，轻轻擤出对侧鼻腔的鼻涕，然后用同样的方法擤另一侧。对于还不会擤鼻涕的婴幼儿，家长可以用柔软的手绢帮孩子擦干净，或者带孩子到耳鼻喉科请专业医师清理。

母子二人先后中风 中风也“遗传”？

本报讯（通讯员 朱斌 刘柳青）近日，长沙40岁的李先生突然右侧肢体活动障碍、吐词不清且出现意识障碍，紧急送医后被诊断为急性脑梗死，经过湖南省第二人民医院神经内科三病区黄晓松主任介入团队的及时救治，李先生术后右侧肢体肌力显著恢复。令人揪心的是，李先生家中还有一位因中风瘫痪在床的老母亲。

脑健康管理师姜婷分析，李先生和母亲先后中风，体现出典型的家族性高血压遗传倾向。相关研究表明，若父母一方在65岁前发生卒中，子女患病风险会增加3倍。因而有家族史的人群更应提高对脑卒中的警惕。

神经内科三病区主任医师黄晓松提醒，脑血管疾病如今已成为国民死亡原因之首，卒中的致死率、致残率极高。提前干预脑卒中的风险因素刻不容缓。

高血压作为脑卒中最主要的独立危险因素，规范治疗至关重要。急性脑梗死患者的血压调控要慎重、适度且遵循个性化原则。急性期缺血性脑卒中患者24小时内血压维持在较平时稍高水平，有助于保障脑部灌注，防止脑梗死面积进一步扩大。

除了关注血压，脑卒中危险因素，还包含高血脂、高血糖、饮酒、吸烟、超重与肥胖、其它不良生活习惯等方面。饮食上，建议遵循低脂、低盐、低糖原则，选择地中海饮食，以五谷杂粮、鱼类、蔬菜水果、橄榄油、豆类为主，清淡又富有营养；将食盐摄入量控制在每天≤5克，并增加钾的摄入。运动方面，根据年龄和体质选择合适的运动方式，适度锻炼，注意劳逸结合。

药物治疗是卒中患者康复的关键一环，务必遵循医嘱个性化用药。服药期间需定期检查肝功能，关注有无不明原因的肌肉酸痛、头痛、胃肠道不适等症状。同时，改掉吸烟、饮酒、熬夜、久坐等不良生活习惯，保持心态平和，可有效降低脑卒中的复发风险。

（上接01版）

此外，通过国家紧缺人才培养项目，5年累计为全省380家基层医疗卫生机构培养了1054名相关专业技术人才，重点提升肺癌、乳腺癌、结直肠癌、宫颈癌、肝癌等癌种的早期诊断与治疗能力，基本实现县市区全覆盖。同时，依托国家“城市癌症早诊早治项目”，对高危人群开展肺癌、肝癌、乳腺癌、结直肠癌、上消化道癌临床筛查，同步推进农村上消化道癌和口腔癌筛查与早诊早治等国家重大公共卫生项目，扩大覆盖人群，强化早诊早治，造福三湘百姓。

未来，湖南将积极推进癌症筛查与诊疗的规范化进程，推动区域癌症医疗中心建设，重点加强肺癌、乳腺癌、结直肠癌、宫颈癌、肝癌等高发癌种的规范化诊疗能力，推广多学科协作（MDT）模式，持续提升全省肿瘤防治水平。组织开展“肿瘤防治宣传周”“湖南肿瘤早筛早诊早治行动”三湘行系列活动，切实提高广大群众防癌抗癌意识。同时，统筹推动“营养支持”“安宁疗护”等工作，打造癌症患者“防、筛、诊、治、康”全流程、全周期管理服务模式。

向华表示，2025年，在湖南省卫健委医疗应急处的统一部署下，我省将在14个市州试点开展结直肠癌筛查项目。该项目将采用“初筛→高危预警→自主复筛”的递进式筛查模式，为居民提供科学、规范的筛查服务。对于高风险人群，各级癌症防治中心将提供专业的复筛建议和指导。

常德试运行 夜间眼视光门诊

为方便上班族与学生族就医，常德市第一人民医院眼视光中心自4月14日起试运行夜间门诊。该夜间门诊提供医学验光配镜、近视防控、视觉训练等服务，开放时间为周一至周日17:30~21:00。市民可通过医院微信公众号便捷挂号预约，全面满足各类人群就诊需求。

通讯员 欧阳文 摄影报道



北方旅行接触牛羊致感染罕见病菌险瘫痪

本报讯（通讯员 刘仁峰）没想到去北方的旅行经历，竟导致52岁的罗女士面临瘫痪风险，幸得中南大学湘雅三医院脊柱外科全力救治，解除危机。

罗女士近一个月莫名出现颈部疼痛，外院检查发现颈椎轻度退行性变，C3/4、C4/5、C5/6、C6/7椎间盘向后突出。当地对症治疗毫无效果，罗女士每日饱受疼痛折磨，需靠双氯芬酸钠塞肛及口服布洛芬缓解。3月24日，罗女士来到湘雅三医院疼痛科就诊，经过保守治疗和中医理疗，症状稍有缓解，可停药后疼痛再次加剧。

4月1日中午，罗女士突发发热，当晚小便排出不畅，右侧肢体无力，血液学检查显示炎症指标增高。随后病情迅速恶化，次日便出现排尿困难，右侧肢体肌力减退。脊柱外科会诊后，考虑颈椎感染，但感染性质待定，给出手术或抗感染保守治疗两种方案。因担心手术风险，罗女士及家属选择保守治疗，然而症状并未改善。

4月4日晚，罗女士病情急剧恶化，右侧肢体瘫痪。此时精准医学中心的NGS检测报告揭示了病因——布鲁氏杆菌感染。这种病菌在南方极为

罕见，多因接触牛羊等动物或食用未煮熟的乳肉制品引发。原来，罗女士前几年到北方旅游过两次，2024年7月还有过布鲁氏杆菌标本接触史。

面对特殊病例，脊柱外科迅速组建手术团队。就在手术前，罗女士病情进一步加重，出现四肢瘫痪。手术团队争分夺秒，紧急施行颈椎前路C4椎体次全切+椎管减压+脓肿清除+人工椎体植骨融合+钉板系统内固定术。术后，罗女士脊髓压迫解除，神经功能逐渐改善，成功避免了不可逆的瘫痪风险。目前，罗女士顺利进入后续康复治疗阶段。