

健康周刊 Health

◎最贴心的健康专家

孩子发烧了,家长别慌张

发烧只是症状,要退热先找到病因

本期导读



胎教到底有没有用?怎样胎教效果最好?本期我们将和准妈妈们一起分享关于胎教的话题。 详见 B26 版



处于更年期的你,是否情绪不好,喜欢发脾气……该如何应对呢?看看解放军第八一医院妇产科丁福荣主任医师的建议,也许对你有帮助。 详见 B27 版



善存银片新一期的“圆梦计划”再度启动,欢迎您发来自己的圆梦故事,来赢取圆梦大奖。 详见 B28 版



口腔健康不仅仅是关乎牙齿,在某程度上,甚至可以说是牵一发而动全身。 详见 B30 版



如果你有疾病方面的困惑,请联系我们。 详见 B31 版



爱干净就算是洁癖吗?本期我们将关注有关洁癖的话题,期望能给读者一些帮助。 详见 B32 版

观点 孩子发烧这些疾病较常见

很多疾病的早期都会有发烧的症状,所以在其他相关症状尚未出现之前,有时医生也难以下结论,通常会对症予以处理,同时嘱咐家长注意观察孩子的体温变化,细心观察其各种反映和表现。由于引起发烧的原因多种多样,所以家长要注意孩子发病前有无与其他病人的接触史,以便协助医生及时做出正确诊断。

关键词:甲型H1N1流感

症状:最初出现类似普通流感症状,但体温突然超过39℃,肌肉

酸痛感明显增强,伴有眩晕、头疼、腹泻、呕吐等症状或其中部分症状。

处理:由于季节性流感高发期已到来,而甲流跟普通感冒和流感的症状区分不明显,所以一旦出现咳嗽、流鼻涕、发烧等上呼吸道感染症状,需重视但不要恐慌,出现发烧不退、呼吸困难等症状时就就医。

关键词:上呼吸道感染

症状:发烧、咳嗽、流涕、鼻塞等,有时发烧明显的,呼吸道症状反而并不明显,有的还可仅仅表现为发烧。

处理:约有80%—90%的上呼吸道感染是由病毒引起的,如果孩子抵抗力强的话,不用药也可能在周左右康复。但如果抵抗力差,发烧持续3天,很可能会出现其他并发症,比如支气管炎、肺炎、中耳炎,严重的甚至是病毒性脑炎、心肌炎等。

一看到孩子发烧就用退烧药是不可取的。一般用物理降温无效,体温在38.5℃以上的,再考虑使用,同时使用也不能频繁,至少要相隔4—6小时。如高烧39℃以上不退,就

要及时就医。

生活上,让孩子多休息、多喝水,同时对症处理,比如鼻塞、流涕严重的,可吃些感冒药缓解症状。小儿感冒可侵犯全身各个系统,最常见的是消化系统症状,所以饮食要清淡,如呕吐明显,最好禁食数小时,让胃肠得到休息。

关键词:支原体肺炎

症状:发烧持续三天以上,伴有咳嗽明显的,考虑是否患支原体肺炎。该病初期可能只有轻微感冒症状,如流涕、咳嗽等,但如进行X光检查,会看到X光片上有改变。

处理:支原体肺炎最近还比较多,可能跟近期天气变化大,孩子免疫力差,不能适应环境有关。治疗一定要按疗程进行,不要症状缓解就停药,吃完药最好复查,只要胸片正常,身体也没其他不适,一般没有太大问题。有家长问支原体肺炎是否容易复发。其实,支原体肺炎治愈后并非终身免疫,以后还可能再得,但也不是每年都会复发,关键还是看孩子的抵抗力。所以家长在传染高发季应注意防护。护理方面同样是注意休息,不要太疲劳,多喝水,饮食清淡,保持通风,因为它可通过飞沫传染。

总结:除上述疾病外,还有很多疾病可以引起发烧症状,比如中枢神经系统感染、川崎病、白血病等。发烧只是表面现象,关键是要正确判断导致发烧的原因,而不是单纯只为退烧。在家发烧,当上呼吸道感染处理没有明显好转,出现其他伴随症状时应及时就医。相反,如果在家处理后,病情没有变化的,不用急着上医院,以免出现交叉感染。

疑问 长乳牙也会引起发烧?

“长乳牙也会引起发烧?”这样的咨询短信《健康周刊》经常收到。其实,长乳牙不会引起发烧,两者之间没有必然联系。如果孩子长牙时出现了一些口腔炎症,可能会引起发热的情况。但通常很多情况下,可能只是时间上的巧合,比如孩子恰巧在长牙的时间感冒发烧了。

还有家长问,孩子发烧多穿衣服捂点汗是否科学?其实,发烧捂汗是误区,穿得太厚散热困难,可能会出现高烧抽搐。不妨给孩子穿上轻薄、柔软的衣物,使他能通过皮肤散发体热。或者采用温水拭浴帮助退烧。

经验 发烧时关注孩子行为表现

读者彤彤妈:我家彤彤今年6岁,小时候经常生病。以前每次发烧我都会跟他爸轮流蹲点,每隔半小时量次体温,如果温度没降就会非常紧张。后来我们才知道,体温本身并不是观察孩子病情轻重的金标准,一个体温为38.3℃却脸色灰白安静得有点反常的孩子,也许比一个体温为39.4℃但仍能满屋子乱窜乱闹的孩子病得重。所以孩子发烧时,家长更应观察他的脸色、神态和行动,而不仅仅是体温数字。

快报记者 李鑫芳

随着甲流成为“热门”,不少家长开始对孩子的感冒发烧变得异常敏感,特别是月初琅琊路小学发生过聚集性甲流疫情,家长们更是对任何小症状都不敢松懈。这样草木皆兵的状态让读者袁女士度过了一个几乎快要崩溃的星期——四岁的儿子突然半夜发烧,一个人在家的袁女士手忙脚乱,一边打电话催在外地的老公回家,一边向公婆求助。婆婆建议先给孩子吃点退烧药,袁女士照办了,但吃完药半个小时还是没有退烧迹象。会不会是染上甲流了?情急之下等不到公婆赶到,袁女士就把孩子送进医院。虽然后来确诊为普通感冒,但袁女士还是不放心的,一天最多的时候连续去三次医院,直到医生再次确认没事,她才稍微放心。袁女士的紧张确实有些过头,孩子发烧的情况想必不少父母都曾经历过。其实,发烧只是一种症状,很多疾病早期都会有这种症状,有些也没父母想象的那么严重。但有时家长只看到疾病的“外表”,比如发烧、咳嗽时,就慌乱不已。本期《健康周刊》将关注孩子发烧问题,并就这些问题给大家一些参考。受访专家是南京市儿童医院内科主任医师王凤鸣、南京市第一医院口腔科主任任夏金星。



资料图片

关爱。

从幼到老
在这里你都能找到自己的健康坐标
从身到心
健康不再是简单的寻医问药
衣食住行
涵着健康的生活方式我们一起打造
健康周刊
陪你一起过“大健康”的生活

