

# 宝宝秋季腹泻 妈妈别急于止泻

医生提醒:预防脱水最重要



深秋时节,秋季腹泻又如“定时炸弹”准时作恶,各大医院儿科接诊的秋季腹泻宝宝明显增多。很多妈妈对秋季腹泻充满恐惧和困惑,也对如何护理患病宝宝有很多疑问。比如为何给宝宝接种了轮状病毒疫苗仍中招?吃了医生开的药,宝宝为何仍拉个不停?到底哪种情况该带宝宝再次就医?资深儿科专家就妈妈们关心的问题一一解答。

专家用四个形象的比喻帮助妈妈们充分了解秋季腹泻。

面孔一:“不散幽灵”。引起秋季腹泻的病毒叫做“轮状病毒”,是这半个世纪以来,引起 5 岁以下儿童急性腹泻的首要原因。

面孔二:“定时炸弹”。秋季腹泻每年 10、11、12 月会准时袭来,而且一般侵袭半岁到 2 岁间的宝宝。当某个宝宝第一次遭遇“它”,它可能会来势汹汹,宝宝腹泻的症状会比较重;当宝宝来年第二次遭遇它时,它的威力会减弱,宝宝的腹泻症状往往比较轻。

面孔三:“凶猛的杀手”。面对患秋季腹泻的宝宝,医生最担心的不是腹泻,而是宝宝因腹泻出现脱水和电解质紊乱,过度的脱水会引起休克、甚至死亡。秋季腹泻是引起儿童死亡原因的第三位,全世界平均每 20 秒就有一个孩子死于秋季腹泻。

面孔四:“不会空手而归的小偷”。经历一场秋季腹泻后,宝宝往往会明显瘦一圈。秋季腹泻会偷走宝宝的营养以及一个月的生长发育。因此宝宝病好后,家长要注意宝宝营养的补充。



## Q&A

Q: 宝宝一天拉十几次,医生为何不开止泻药?

A: 多发于 2 岁内孩子的秋季腹泻是由轮状病毒感染引起,潜伏期为 1~3 天,起病时表现为:发烧 38 摄氏度左右,先出现呕吐继而腹泻,腹泻呈水样便,严重时一天可以拉 10~20 次,一般 5~7 天就能好转,是典型的自限性疾病,因此不需要用抗病毒治疗,而且目前并没有针对轮状病毒的特效药。门诊中,家长往往希望医生开点药让宝宝能立即止泻,但医生一般不会开强力止泻药,因为宝宝腹泻是个将病毒排出体外的过程,强力止泻反而不利于病毒排出。不过,轮状病毒会破坏肠道黏膜,所以医生会给宝宝开保护肠道黏膜的药。和止泻相比,医生会更关心预防宝宝脱水的问题,一般会叮嘱家长给宝宝多喝水,医生也可能给宝宝开低渗口服补液盐。

Q: 给宝宝喂白开水,他就是不肯喝怎么办?

A: 给宝宝补水,不一定拘泥于白开水,饮料、粥水、汤水均可,只要宝宝肯喝就行。不要一次喂太多,易引起宝宝抗拒,要少量多次,只要有机会就让宝宝喝。其中,在米汤水中加点盐喂给宝宝喝最佳,和白开水相比,加盐的米汤水吸收率更高,还可以补充因腹泻丢失的电解质和营养。另外,家长也可以用医生开的低渗口服补液盐冲水给宝宝喝。

Q: 昨天看了医生,今天宝宝仍在拉,要不要再去医院?

A: 判断是否需要再次带宝宝去看医生的标准不是宝宝仍在腹泻,而是看宝宝是否有脱水症状。如果宝宝尿量比以往明显减少、哭时没有眼泪、皮肤嘴唇干燥、四肢发凉、皮肤出现花斑纹等,都提示宝宝可能出现了脱水,需要立即送医,由医生评估宝宝脱水的程度,重度脱水的宝宝甚至需要留医,因重度脱水可能会迅速发展为休克,需要立即抢救。

Q: 宝宝每次拉完,我们都用清水洗,为何小屁屁仍溃烂了?

A: 秋季腹泻的宝宝严重时一天可以拉 10~20 次,过度清洗、擦拭,可能反而会引起宝宝皮肤的破损,继而引起感染。由于秋季腹泻的宝宝拉的主要是水样便,宝宝拉完后用柔软的纸巾或布将他的小屁屁轻轻抹干即可,尽量让宝宝的小屁屁保持干燥。有些家庭会使用“神灯”来照宝宝的屁屁,一定要有人在旁边监护,并要控制好温度和距离,避免宝宝被烫伤,如果没有把握掌控好的话,最好不要使用。

Q: 老人家说宝宝腹泻,就不要给他吃东西,让肠胃充分休息会好得更快,这有没有道理?

A: 以前的观念认为拉肚子就最好禁食,其实不然。宝宝在腹泻时仍可以进食,不过最好选择易消化的食物。患秋季腹泻的宝宝头一天会呕吐,之后转为腹泻,所以对胃口的影响不会太大。经历一场秋季腹泻后,宝宝往往会明显瘦一圈。因此宝宝病好后,家长要注意宝宝营养的补充。

Q: 为啥宝宝接种了轮状病毒疫苗仍患秋季腹泻?

A: 接种了轮状病毒疫苗后,宝宝仍有可能会患病,但症状往往比较轻,因此不能说疫苗没有用。

Q: 邻居小朋友患秋季腹泻,但已经痊愈了,可否让我家宝宝和他一起玩?

A: 预防秋季腹泻不能只依赖疫苗,还得做足相应措施。譬如“粪口传播”及“飞沫传播”是秋季腹泻的主要传播途径,那么在疾病高发期,特别是天气刚刚转凉的头一个月,应少带宝宝到人流密集特别是同龄儿多的场所活动。宝宝好动且爱吮手指,应注意常常清洗沙发、床单、地板等处,特别要保证宝宝接触的玩具不被粪便污染,孩子玩玩具后要洗手。

(陈辉)

