



冬季,是宝宝们上呼吸道感染(包括感冒)的高发季节。鼻水横流、咳嗽不止、声音嘶哑……这些都会让妈妈心痛不已。宝宝一旦出现发烧,一家人立即上演“全民总动员”,两代人往往因为宝宝护理问题上存在争议而引发新的“婆媳大战”。记者特地采访了资深儿科医学人士,就感冒宝宝在护理上容易出现的家庭纷争一一给出解答。

冬季宝宝

感冒护理“宝典”

纷争 1 何时带宝宝去医院?

宝宝出现了明显的感冒症状,流鼻涕、打喷嚏,甚至发起了烧,家里就会为“去不去医院”纷争。一边是妈妈怕去医院被交叉感染,主张买点药给孩子吃;一边是奶奶坚持要去医院,别把孩子给耽误了。

专家解答说,如果宝宝只是出现咳嗽、打喷嚏、流鼻水、一过性低热等典型的感冒症状,且精神状态很好,并不是说一定要去医院就医。宝宝的感冒一般多是病毒感染,病毒感染属于自限性疾病,意思是说不管是否治疗,一般来说都会在一周左右痊愈,而且针对病毒也

没有什么特效药。家长可以给宝宝买些非处方儿童专用感冒药来吃,主要是缓解症状,让他们没有那么难受。对于发烧宝宝,如果体温没有超过 38.5 摄氏度,首先考虑物理降温;当体温超过 38.5 摄氏度时,再考虑使用退烧药。

提醒:如果在家护理的感冒宝宝出现了高烧不退(即用了退烧药也无法退下来)、气促、出皮疹、精神状态差(宝宝连平时最喜欢玩的游戏或食物都没有兴趣了)则提示宝宝的病情可能加重或是其他更为严重的疾病,如气管炎、肺炎、手足口病等,则应该立即就医。

纷争 2 发烧出现反复,要不要换医生、换药?

很多家庭都有这样的遭遇,白天刚带宝宝去过医院,把温度降了下来,可一到晚上宝宝再次发烧,一家人又手忙脚乱地把宝宝送到医院。明明吃了退烧药,体温为何仍会反弹?是药不行,还是医生不行?这时很多家庭都会因是否换医生、甚至换医院再起纷争。

专家解释,宝宝发烧出现反复并不是说“治疗失败”。那是因为体内感染了细菌、病毒,

出现了炎症。就算宝宝吃了抗生素或抗病毒的药物,但炎症并不可能立即消失,退烧药也只是暂时将温度降下来,当药效一过体温会再次上升。

提醒:家长不要把“发烧”当成敌人,发烧并不是病,只是一种症状。发烧时宝宝体内白细胞杀伤力会提高,而细菌和病毒的活力则相应下降,有利于宝宝的康复。

纷争 3 发烧宝宝能不能洗澡?

在护理发烧宝宝时,到底能不能给宝宝洗澡呢?一边认为,宝宝就是因为受凉才感冒的,洗澡会让宝宝再次受凉;一边认为宝宝洗个澡会舒服很多,有利于康复。

专家解答说,这个问题也是门诊中经常有家长问到的。洗澡时和穿衣时如果能够注意保暖,避免宝宝受凉的话,那么洗澡是没有任何

问题的。而且洗温水澡后宝宝会觉得很舒服,同时也有利于退烧。

提醒:洗温水澡本身也是物理降温的一种方法。洗澡前后鼓励宝宝多喝水,让他或她多出汗和排尿,也可以起到降温的作用。此外,用酒精擦拭腋窝、手心、脚心、大腿根处,也是有效的物理降温方法。



纷争 4 宝宝咳嗽要不要止咳?

在门诊上,经常有家长要医生开些止咳药,要求马上止住宝宝的咳嗽。专家说,宝宝咳嗽说明他的呼吸道还有炎症,咳嗽就可能把呼吸道中的分泌物咳出来。如果使用了中枢镇咳型的止咳糖浆,盲目的镇咳会使得宝宝的痰液咳不出来,积留在呼吸道中,反而不利于病情的缓解。

宝宝常见的另一种咳嗽是干咳,没有痰或者痰呈白色、无色。这种咳嗽非感染性咳嗽,可能是过敏反应,需要使用抗过敏药物,而非简单的镇咳。

提醒:如果宝宝的干咳已经严重影响到他的生活,比如说咳到晚上无法入睡,可以适当服用镇咳型的止咳糖浆。

纷争 5 抗生素能不能用?

从以前要求医生开消炎药(抗生素),到现在非常抵触医生给开抗生素,中国的家长们又走向了另一个极端。专家介绍,在门诊他们经常遇到家长对抗生素过度敏感,一看医生给孩子开了抗生素就反对,医生要花大量的时间去解释为什么要开抗生素。

提醒:如果宝宝只是普通的感冒的确不需要抗生素,但如果宝宝已经合并了细菌感染,出现了鼻涕黄稠又臭味、气促(提示可能是支气管炎或肺炎)等症状,且血象检查也显示很高,这种情况下就有用抗生素的必要。

(陈辉)

