

一味止咳忽视排痰

# 孩子总被咳嗽“纠缠不清”

Q1: 孩子咳嗽,试了不少方法效果都不明显,到底怎样才能有效治疗咳嗽呢?

专家指出,其实,咳嗽本身并不是一种疾病,而是当呼吸道受到刺激时人体的一种自我防御机制,通过咳嗽产生的呼气性冲击动作,把呼吸道内的痰等分泌物排出体外,是有益的动作。

要有效治疗咳嗽,就必须先揪出潜伏在咳嗽背后的真正的“元凶”——黏附在体内的痰液。这是因为痰液里有很多蛋白质成分,一旦黏附细菌,痰液就成了很好的培养基,使细菌得以快速繁殖,从而导致继发感染。

咳嗽分为干咳和湿咳,干咳是指没有痰的咳嗽,它往往由于喉炎、强烈气味、大哭、吸入异物等因素刺激呼吸道所导致;湿咳是指有痰咳嗽,需要通过咳嗽把体内的分泌物排出,而干咳也有可能转变为湿咳。幼儿咳嗽较为常见的是有痰咳嗽,其中特别是由于感冒引起的咳嗽,更需考虑化痰的问题。

Q2: 我儿子连咳十几天了,总是反反复复,夜晚咳得严重,到底如何才能有效止咳呢?

许多家长在一谈到孩子咳嗽时,第一反应就是把咳止住,殊不知,强行服用止咳药,会导致痰液滞留在体内,反而容易引起肺炎等更加严重的呼吸道感染性疾病。而且,如果痰液难以排出,夜晚往往会加重咳嗽的发生,从而严重影响孩子睡眠。因此,针对孩子常见的有痰咳嗽,应该先化痰再止咳,并且应该选择单一成分的化痰药,小一点的宝宝可以选择盐酸氨溴索糖浆,如沐舒坦,有效溶解、稀释、排出痰液,有效缓解咳嗽不适,并防止新的痰液产生。



近期天气多变,儿科门诊感冒咳嗽的患儿增多,其中有一部分是反复咳嗽的“老病号”。专家提醒,咳嗽的成因和症状复杂,在儿童中较为常见的是有痰咳嗽,这种咳嗽多是由于痰液刺激呼吸道而引发的,如果只是单纯考虑止咳的话,效果反而会适得其反。对于咳嗽治疗,家长有不少误区,记者就家长的疑惑请呼吸科专家一一解答,帮助孩子摆脱咳嗽的“纠缠不清”。

Q3: 我的宝宝刚开始咳嗽时咳痰并不太多,是否需要早一些接受化痰治疗呢?

有痰咳嗽早期虽然咳痰现象并不明显,但并不说明痰液就不存在,而这种情况最容易被家长忽略,导致痰液滞留体内,从而加重

咳嗽。因此,在孩子咳嗽早期,家长必须要重视,切不可人为拖延病情或用一些所谓的民间偏方,而是应该尽快带孩子去正规医院诊断治疗。

Q4: 宝宝吃了化痰药后,晚上睡觉时喉咙里的“呼噜呼噜”的声音更响了,是不是病情加重?

幼儿咳嗽较为常见的是有痰咳嗽,如果痰液过于黏稠,或者宝宝的咳嗽反射还未发育完善,痰液就很难咳出。化痰止咳药的作用机制就是稀释痰液,帮助宝宝轻松咳出,当家长听到宝宝睡觉时喉咙里的声音变大了,其实是件好事,是痰液得到稀释的表现,有助于病情的好转。

要提醒的是,年龄越小的宝宝咳嗽反射越不完善,甚至不会咳嗽,有时家长看到宝宝在吐泡泡,以为宝宝在玩口水,其实这很可能提示宝宝出现了呼吸道感染。因此对于低龄宝宝(特别是新生儿),需要家长更为密切地关注,发现异常及时就医。  
(陈辉)



## 过敏及感染,皆可引发荨麻疹



潮湿、高温,皮肤科门诊的患者增多,其中不少是荨麻疹患儿。荨麻疹俗称“风团”,是皮肤科门诊常见的变态反应性疾病。小儿由于皮肤薄嫩,“风团”的红斑、水肿反应更明显,瘙痒感也更重。不少患儿多次复发,急得家长心烦意乱。

过敏,是小儿荨麻疹主因

时出现面色苍白、呼吸困难等休克表现。

到底是什么原因引起荨麻疹的呢?专家表示,引起荨麻疹的原因很复杂,药物、食物(食物添加剂)、吸入物、细菌或病毒感染、昆虫叮咬等都可能是荨麻疹的病因。与小儿荨麻疹有关的病因主要有两大类:过敏及感染。

### 过敏

1. 最多见的过敏原是食物。不同年龄阶段,引起荨麻疹的饮食种类不同——

婴儿以母乳、牛奶、奶制品喂养为主,引发荨麻疹的原因多与牛奶及奶制品的添加剂有关。随着年龄增大,婴幼儿开始增加辅食,其中鸡蛋、果汁、蔬菜、水果都可能成为过敏的原因。而较大儿童的零食种类及正餐食品更多,因此食物过敏的机会增多,诸如果仁、鱼类、蟹、虾、花生、蛋等都有可能成为过敏原因。

### 2. 药物也是引起小儿荨麻疹的重要原因。

常见的药物有青霉素类、磺胺类、四环素类、退烧药等,无论内服、静脉或肌肉注射,均可诱发荨麻疹。

3. 各类植物(如花粉)、动物毛发皮屑及虫咬等因素也容易引起小儿荨麻疹。小孩常到室外玩耍,往往易被虫咬,或接触花粉、粉尘、螨及猫狗的皮毛,并因此引发荨麻疹。

### 感染

感染也是小儿荨麻疹不可忽视的原因,主要感染源包括细菌、病毒及寄生虫等。小儿抵抗力偏低,容易患各种感染,如化脓性扁桃腺炎、咽炎、肠炎、上呼吸道感染等,这些均可成为荨麻疹的诱发因素。

### 小儿荨麻疹,护理很重要

荨麻疹有急性、慢性之分,小儿荨麻疹多为急性荨麻疹,发作大多数是短暂性的,但也有的会持续反复发作,逐渐由急性荨麻疹转变为慢性荨麻疹(持续复发超过六周)。对于这类患儿,应积极治疗。

治疗首先要查明过敏原(主要通过小儿血清过敏原测试)或感染原因,积极避免过敏原或消除感染。抗过敏治疗一般为口服抗组胺药,或外用抗过敏止痒药膏,严重者需要短期服用糖皮质激素类药物。

除了重视治疗外,护理也非常重要。不能让孩子用手抓挠患处,以免越抓越痒;注重营养均衡,患儿要少吃或不吃辛辣及海鲜类食物;注意卫生,防虫防螨,避免孩子接触花粉类物质,避免在树下、草丛等处玩耍;保证充足的睡眠,加强身体锻炼,以增强机体免疫力。

(王海芳)