

# 宝宝后半夜出汗 妈妈要警惕

## 前半夜出汗多属正常

宝宝晚上睡觉属于静止状态，为什么会大量出汗呢？专家介绍，孩子睡觉时出汗其实并不少见。而且大部分孩子是生理性多汗，常在入睡后半小时内到1小时左右出现，之后就不再出汗了。

孩子入睡后半小时内出汗多属正常，也就是前半夜的汗是“正常的汗”。有的孩子活泼好动，睡前的运动量也不少，机体内的代谢活跃，产热增加，这些没有来的接散出去的热量，在孩子睡着后继续以发汗的形式散发，是人体自然调节的原因。

另外，不少家长习惯在睡前给孩子“加餐”，一般是温牛奶、奶粉等。睡前进食让孩子的肠胃蠕动增强，胃酸分泌增

多，也会造成入睡后出汗较多，而饮下大量的水除了变成尿液外，有一部分也会变成汗液排出。

专家表示，这种生理性排汗是孩子成长过程中的正常生理现象，只要孩子发育良好，精神状态佳，家长不需要过于担心。而随着孩子的成长，自然会逐渐减少。如果家长想要改变这种状况，只要适当调整生活习惯就可以了，如孩子睡觉前避免剧烈活动，不仅是大量食物和热饮等。

值得一提的是，孩子出现生理性出汗时，家长应该先检查一下是否天气闷热、卧室通风不良、被子盖得过多等情况导致的。



妈妈们是否有碰到过这样的情况？孩子晚上睡着后，明明没有盖被子或者在非常适宜的空调环境中，可背上全是汗，衣服都湿透了。有的长辈说这是因为孩子体虚，所以出虚汗，让妈妈们紧张不已。专家表示，孩子睡着后出汗分为生理性出汗和病理性出汗，家长应该仔细分辨，如果孩子属于病理性出汗，建议及时就医检查。

## 后半夜出汗多需警惕是疾病导致

如果宝宝在后半夜甚至天亮前还大量出汗的话，那么妈妈们就需要提高警惕了。专家介绍，有少数宝宝夜间出汗是由疾病导致的。其中佝偻病比较常见，由于血钙降低，交感神经兴奋性增高，会促使汗液分泌增多。如果孩子还伴有睡眠不安稳、焦躁、惊跳等情况，妈妈可以检查宝宝的骨骼发育是否出现问题，而且最好尽快到医院检查。

另外，患肺结核的孩子也会出现这种

不正常的出汗状况，如果孩子还伴随有发热、咳嗽、消瘦等情况，家长要警惕是感染了结核，应尽快到医院检查，以便早期诊断及治疗。

而身体虚弱的孩子，如患有营养不良、贫血、肠道寄生虫感染等疾病的孩子出汗多外，还会有精神不足、乏力、食欲不振等症状。但孩子的病理性出汗是什么原因导致的，还需要进行相关检查，才能正确诊断和治疗。（羊城）



### 小贴士

#### 宝宝多汗巧护理

★ 室内温度大概在 26℃ 左右，给宝宝穿上厚薄适中的透气睡衣后（长袖长裤）可以不盖被子，或者只用一张薄被子盖在肚子的位置。

★ 要及时擦干汗液，并更换被汗湿的衣

服以免着凉感冒。妈妈们也可以在睡前给多汗宝宝垫上舒适的干毛巾，如此可以避免更换衣服时影响宝宝的睡眠。

★ 对于多汗宝宝应适当减少白天的活动量，不要玩“太疯”，避免临睡前的剧烈活动。

# 麻醉对孩子影响大吗



当孩子要接受麻醉时，几乎所有的父母都会下意识地抗拒，并发出这样的疑问：“麻醉是否会影响孩子健康，尤其是对神经的影响？会不会造成损伤到智力？”而孩子年龄越小，父母对接受孩子麻醉的抗

拒越大。甚至有的父母听说要做的手术非麻醉不可，就表示要等孩子“再大一点”才考虑。小儿麻醉到底是否会对孩子健康产生影响呢？带着疑问，记者采访了有关专家。



#### 麻醉对孩子智力会有影响吗？

目前并没有研究表明，在规范麻醉操作的前提下，孩子智力与麻醉有直接的关系。而且医学不断地进步，目前使用的麻醉剂是比较安全的，而且小儿麻醉的给药方案、方式及剂量，有一套成熟、详细的规范体系，对孩子健康可能造成的损害是最小的。

在麻醉效力过去之后，孩子的神经系统运作会恢复正常，但苏醒的时间存在个体差异，苏醒的孩子刚醒来的时候会出现精神恍惚或者嗜睡的现象，只要呼唤他能回应就属正常，过段时间就能恢复。

另一方面，虽然难以确定麻醉药物与孩子智力之间的联系，但麻醉后如果孩子呼吸方面出现问题，又或者是麻醉和手术过程中由于呕吐、舌后坠堵塞呼吸道、喉痉挛等导致窒息，进而促使脑部缺氧，就有可能引起对大脑的损害。目前国内麻醉水平、技术都十分成熟，故此风险大大减少。

如果为了担心麻醉本身对孩子的智力产生影响而拒绝手术，反而对孩子的健康和不利。

#### 小儿麻醉的方式有多少种？哪种比较安全？

小儿麻醉的方式途径多样，包括静脉给药、吸入给药、直肠给药、鼻腔给药、椎管

内给药、皮下或肌肉注射等。对于 14 岁以上的孩子，可根据手术的需要进行麻醉，给药方式上可以“向成人看齐”。而对于 14 岁以下的孩子来说，一般采用静脉给药+吸入给药的复合麻醉方式进行全身麻醉。

临床上经常会碰到家长对此产生疑问：“明明局部麻醉就可以满足手术的镇痛要求，为什么还要给孩子采用全身麻醉的方式？”对于 14 岁以下，甚至是更小的孩子来说，离开父母、进入陌生环境、上手术台等一系列的手术过程会使其产生恐惧，即使没有疼痛也会产生不良的心理影响。

#### 年龄越大的孩子接受麻醉的风险越小？

麻醉的给药剂量、给药方式是根据个人情况制定的，而且不同的体质对麻醉的耐受和反应也各不相同。并不能简单理解为“大孩子吃一碗饭正好，而小孩子吃一碗饭会撑着。”规范而成功的麻醉，都不会对孩子的健康产生太多不良影响。

但父母应该在手术前跟麻醉师充分沟通，因为每种麻醉药都有相对应的适应症和禁忌症，麻醉师了解清楚孩子的状况、家族病史、过敏史等，才能配出效果最好，对孩子危害最小的麻醉药。

值得注意的是，“是药三分毒”，麻醉药有可能对孩子的器官功能，如肝、肾功能造成影响。不过影响是暂时的，只要不是连续进行麻醉问题就不大。（谢哲）