

做好准备让宝宝远离夏日病

漫漫炎夏,是幼儿常见疾病的高发季节。夏季幼儿常见病都有哪些?这些常见疾病又该如何防治呢?专家表示,作为家长,应该提前做好准备,让宝宝安全度夏。

腹泻

夏季宝宝之所以常常腹泻,是因为夏季的高温给病菌繁殖创造了良好的条件,而儿童肠道尚未成熟,很容易受到病菌的污染,再加上冷饮等都会造成宝宝消化功能紊乱,让宝宝容易受腹泻的“侵袭”。

轻型腹泻的宝宝每天排便数次至十余次,粪便呈蛋花汤样,偶有溢乳及呕吐,轻微腹胀等;而重型腹泻的宝宝每天排便十次以上,粪便呈水样,有酸臭味。

[应对方法]

专家表示,如果宝宝腹泻不太严重,只需饮食调整即可。当宝宝腹泻时,饮食宜清淡;同时限制脂肪和碳水化合物的摄入,以减轻宝宝腹泻症状。为防止宝宝腹泻脱水,必须及时补充水分。但如果宝宝腹泻次数较多,或出现口唇干燥、两眼凹陷、面色发灰、尿量减少及皮肤失去弹性等症状,必须立即送医院诊治。

[预防方法]

预防宝宝夏季腹泻,最主要的是注意卫生。宝宝的餐具最好高温消毒,同时做好防尘和防虫。与此同时,隔夜、变质的不新鲜食物不要给宝宝吃。除此之外,尽量控制宝宝不要吃太多冷饮,并注意夜晚吹空调时做好宝宝的腹部保暖工作,以免腹部受凉引发腹泻。

中暑

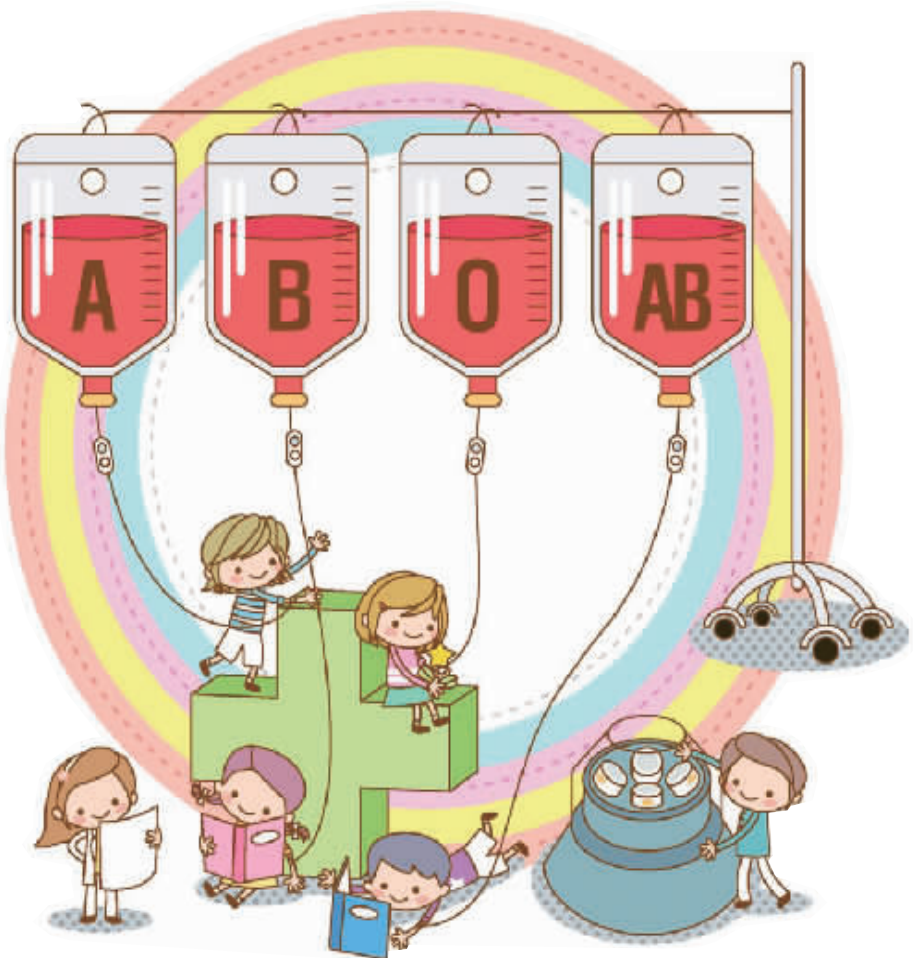
夏季天气炎热,很容易引起体内余热大量蓄积,即中暑。儿童中暑时体温检测一般为 38℃~39℃左右,严重的可高达 41℃以上。儿童中暑时容易出现惊厥和昏迷,严重时引发脑水肿、呼吸衰竭和重要肝脏器功能损害。

[应对方法]

可先将宝宝移至阴凉处褪去衣物,同时打开电风扇或空调,以便尽快散热。与此同时,采用一些常规有效的物理降温方法,如用湿凉毛巾冷敷儿童头部,或用温水擦拭身体,一般都能达到降温解暑的效果。待儿童意识清醒后可让其饮服绿豆汤或淡盐水等解暑。如果以上物理手段不奏效时,必须赶紧将宝宝送往医院急诊。

[预防方法]

夏季宝宝外出要避开高温时段,最好选择上午 10 点前和下午 4 点后。带宝宝外出时,要带好防晒用具,以免宝宝在太阳下长时间暴晒。除此之外,要让宝宝多喝些绿豆汤和淡盐水,每天勤洗澡、勤擦身。



痱子

痱子周围稍红,有痒和灼热的感觉。如果婴儿挠抓,容易感染,引起汗管及汗腺发炎、化脓,形成痱疖,俗称痱毒。

[应对方法]

专家表示,得了痱子,可以用马齿苋、蒲公英或者野菊花 100~200 克煎水,凉温后外洗,然后搽痱子粉或者痱子水。

[预防方法]

夏季要给宝宝常洗澡,并穿轻薄的棉质衣服,以便让宝宝保持皮肤干爽。



红眼病

病毒性结膜炎俗称红眼病,是夏季宝宝最易被染上的眼科传染病之一。中日友好医院儿科主任医师周忠蜀表示,宝宝红眼病的早期症状有双眼瘙痒不适,有异物感、烧灼感,接着眼睛红、肿、痛、眼屎多、怕光流泪、不敢睁眼,可伴发热、头痛。

[应对方法]

专家表示,如果是病毒感染引起的红眼病,可用温盐水轻轻清洗宝宝的眼睛,让宝宝眼睛周围保持清洁。如果宝宝的眼睛 2 周后还没有好转,就要带他再去看医生。如果是接触了过敏性的物质造成宝宝患红眼病,应让宝宝远离过敏原,同时选择治疗过敏性结膜炎的滴眼液或抗过敏药物。

[预防方法]

要让宝宝勤洗手,不用手揉眼睛,同时流行期少带宝宝到游泳池、游乐场等人口密集的公共场所。

(据京华时报)

伤风感冒

由于宝宝的体温调节中枢及皮肤散热、保温调节功能都差,夏天室内空调环境和室外高温环境温度差大,使得伤风感冒非常频发。

[应对方法]

专家表示,感冒很常见,但是不同的孩子表现不一样,除了呼吸道症状,感冒也会出现消化道症状,当孩子反复肚子痛,不要只考虑消化道症状,有可能是反复呼吸道感染引起的肠系膜淋巴结肿大。不要乱吃抗生素和退烧药,要掌握指征,必要的话及时检查血常规。

[预防方法]

夏季室内空调温度不宜开得过低,同时注意保持室内环境的清洁卫生和干燥通风。

蚊虫叮咬

夏天蚊虫肆虐,宝宝幼嫩肌肤最容易成为攻击对象。宝宝被蚊虫叮咬后,不仅存在感染风险,且会留下色素沉积,反复抓破结疤,严重的还会转变成蜂窝性组织炎。

[应对方法]

专家表示,孩子被蚊虫叮咬后,如瘙痒明显,要及时帮助孩子止痒,制止孩子抓挠。因为感染都是在皮肤抓破后才出现的。局部瘙痒但没有抓破时可用风油精、清凉油、炉甘石洗剂或荷酚液外搽止痒,如果瘙痒特严重,可以局部用激素软膏。

[预防方法]

夏季要格外注意居家环境的清洁,每天睡觉之前,最好给宝宝使用蚊帐或者用电蚊拍先灭蚊。外出时,最好带上万金油、绿油精、风油精等防蚊药品。

