



# 尤其喜欢“欺负”6个月以下宝宝 10月中下旬高发 毛细支气管炎患儿最近增多 适当让孩子秋冻,连续咳嗽尽早看医生

记者 俞茜茜 通讯员 张颖颖

十一长假这几天,到杭州市第一人民医院儿科看门诊的小伢儿几乎每天超过一万人次,其中七成以上是呼吸道疾病患儿,大部分患的是毛细支气管炎。浙大儿院门诊办副主任、呼吸科专家祝国红医师说,目前正处于季节转换之际,门诊中大部分是呼吸道疾病患儿。省人民医院儿科门诊量国庆期间也比平时增长三四成,“主要以呼吸道疾病为主,小儿毛细支气管炎和腹泻的宝宝出现增多趋势。”主任罗晓明说。“毛细支气管炎专爱欺负小宝宝,尤其是6个月以下的小毛毛头。”杭州市一医院儿科主任黄先玫说,长假期间,跟随父母舟车劳顿、饮食作息不规律,加上小宝宝抵抗力本来就差,遇上冷热交替特别容易患病。

## 打喷嚏、咳嗽、呼吸急促 宝宝染上了毛细支气管炎

28岁的方女士抱着7个月大的女儿,火急火燎地赶到杭州市一医院儿科看门诊。她说,女儿三四天前就出现类似感冒的症状,精神不好,爱哭闹,一开始只打喷嚏、没发烧。她和家人以为问题不大,就让女儿多喝水、多睡觉。但过了两天,打喷嚏、咳嗽的症状反而更重了。

方女士听说用葱白煮水可以治感冒,在网上也查到有这种说法,就用葱白煮水喂给女儿喝,但女儿情况没好转。后来,女儿精神更差了,还出现呼吸急促、嘴唇发紫,方女士意识到问题严重,马上带她上医院。经检查,确诊为毛细支气管炎。

黄先玫主任说,毛细支气管炎是小儿常见的一种急性下呼吸道感染,“它不同于一般的支气管炎或肺炎,常常表现为不发烧或只发低烧,但咳嗽、气急、喘憋等症状明显。这种病多发生在2岁半以下的小儿,而且80%在1岁以内,绝大多数是6个月以下的小毛毛头。”

“毛细支气管炎的主要病变部位,发生在肺部的

毛细支气管。这种病通常是由普通感冒、流行性感冒等病毒性感染引起。在病毒感染当中,最常见的是呼吸道合胞病毒感染,少数也可能由细菌感染所致。”

## 这种病专爱盯小毛毛头 10月中下旬是发病高峰

黄先玫主任说,一岁以内尤其是6个月以内的小宝宝,免疫系统还没有发育完全,对外界病毒、细菌的抵抗力比较弱,特别易感染呼吸道合胞病毒。这也是为什么毛细支气管炎总是发生在这个年龄段宝宝身上的原因。

如果患儿发生毛细支气管炎没有及时治疗,会发展为重症,明显表现出“三凹征”(即吸气时出现锁骨上窝、胸骨上窝及上腹部凹陷),脸色苍灰,口周发青,或出现紫绀,常伴有烦躁不安、呻吟不止等症状,严重的甚至会导致呼吸困难。

黄先玫主任提醒,冷暖交替季节,呼吸道合胞病毒多发。“尤其到10月中下旬,天气冷下来,往往会迎来毛细支气管炎发病高峰,新手爸妈要提早防范”。

## 适当让宝宝“秋冻” 尽量别去人多拥挤场所

黄先玫主任提醒,家长带宝宝外出游玩,在给小孩子添加衣物时,不要添加过头,可适当让宝宝“秋冻”。

“现在不少宝宝都是由爷爷奶奶或外公外婆带的,老人往往身子比较弱,喜欢多穿点衣服,但小孩子不一样,火气旺,加上生性好动,容易出汗,如果穿很多衣服,汗挥发不出去,会导致湿气进入体内,就很容易感冒。”

祝国红医师建议,季节转换时,要注意居室常通风、少去人多的公共场所,勤洗手,减少病毒、细菌等入侵机会。尤其最近早晚温差大,像两岁以内的小宝宝,家长尽量避免早上太早或晚上太晚带出去玩,防止孩子受凉感冒。

“婴幼儿感染了呼吸道合胞病毒后,初期会表现出上呼吸道症状,比如咳嗽、流鼻涕、打喷嚏、鼻塞等。所以提醒家长,一旦发现孩子连续咳嗽,哪怕没有发烧、流鼻涕等症状,也要及时带到医院检查。”

## 全国高血压日

# 夏天118,昨天148 天一冷,七十岁大伯血压就升高 最近高血压病人要特别注意监测血压

记者 谢谨忆 通讯员 汤婕

“一场秋雨一场寒”。这两天杭州气温已明显下降,今天最低温度甚至将跌破20℃。天气开始冷了,高血压病人要特别当心。浙江省中山医院心血管科主任、主任医师姚宇玫昨天接诊的一位病人,夏天时收缩压只有118mmHg,昨天却突然升到148mmHg。

今天是全国高血压日,目前我国高血压患者人数已突破3.5亿,18岁以上居民高血压患病率达到33.5%。姚主任提醒,随着天气变冷,血压会明显波动,高血压病人要特别注意监测血压。

## 他高血压已有20多年 每到夏天就正常,天冷就升高

姚主任昨天接诊的这位病人,是七十多岁的大伯,高血压已有20多年,一直有吃降压药,控制得不错。

他的高血压有一个特点,就是每到夏天,就会降到正常值,随着天气冷起来,又会逐渐升高。今年7月,他测量的收缩压为118mmHg,舒张压为70mmHg,完全在正常范围内,经姚主任同意,他停服了降压药。

不过,停药期间,他必须每天自我测量一次血压,以便随时发现血压波动。

还好,7、8、9三个月,血压一直很平稳,他也一直没有吃降压药。最近杭州天气开始冷起来了,昨天杭州最高气温从27℃直降到23℃,他一测血压,吓了一跳,收缩压一下子上升到148mmHg,舒张压也上升了一些。所以赶紧到姚主任那里去看了。

“高血压中大约有20%-30%,随着季节的变化,波动特别明显。这位大伯就属于这种情况。”姚主任说。

为什么天气变化会影响血压呢?那是因为夏天温度高,血管扩张,血压就下来了,冬天则正好相反。即使夏冬两季经常呆在空调房内,血压的变化也是受环境温度影响加大。接下来天气会越来越冷,一些夏天看似正常的患者,血压可能会往上走,

一定要每天监测,一有大的波动,要马上咨询医生。

## 只吃醋泡花生米不吃药 结果血压飙到180

姚主任最近还接诊了另一位70多岁的老人,因为对降压药有顾虑,所以天天吃醋泡花生米,想以此来代替药物治疗。

“这位老先生原来血压不是很高,收缩压在130-140mmHg之间,偶尔超过150mmHg。他就不想吃降压药。因为他觉得,降压药一吃上就停不下来了,怕对身体有副作用。他就到处找偏方。”

他从网上找来一个食疗方——醋泡花生米。把花生米浸在陈醋里一周后服用,每天吃两次,每次10-15颗。他一开始自己量过几次血压,血压真的降下来了,后来就干脆完全停药,天天吃醋泡花生米(其实很可能是因为当时天然血压才回落)。

最近,他开始感到头晕头痛,到医院一检查,收缩压高到180mmHg!

“像醋泡花生米这种食疗方,对高血压的防治可能有些作用,但作用是极其轻微的,在还没有高血压前,可能有助于软化血管、预防血压升高。等到已经有高血压了,再想单纯依靠食疗来控制血压,是不现实的,无论什么食物不能代替药物作用。”姚主任说。

姚主任说,很多人不愿意服用降压药,怕长期

服药有副作用有顾虑,其实现在的降压药已经比以前好多了,服药的副作用肯定是远远小于高血压的危害的。“以前治疗高血压,常用的是利尿剂和短效类降压药,现在大多用长效类降压药,不仅降压过程比较平稳,而且对心血管、肾脏还有保护作用。”

## 两种情况可以暂不吃药

姚主任说,一般来说,高血压需要长期坚持用药,除非以下两种情况:

一是经医生同意后,在血压正常的季节暂时停药,但患者必须严格遵照医嘱,每天监测血压波动。

还有一种情况,是患者年纪还轻,血压不算太高的,可以先试试通过纠正生活习惯来降压,如果6个月后血压降下来了,并且能一直保持住,那么可以先不用药;如果还是降不下来,那么再用药。

“有的病人才40多岁,处于一级高血压状态(收缩压140-159 mmHg,舒张压90-99 mmHg),没有高血压家族史,但平时生活习惯不好,比如抽烟喝酒、不运动、肥胖等等,我们会先叫他吃低盐饮食,控制体重,戒烟,限酒,锻炼身体,如果能降下来,就说明高血压是不良生活习惯引起的,不吃药也可以改善血压状况。”

姚主任有个同学,就是通过改变生活方式控制住了血压,一直没有吃药。



扫一扫关注浙医在线  
获取更多健康资讯