

小儿心肌炎的日常护理要点

▲ 四川省宜宾市第六人民医院 樊尚裙

小儿心肌炎是儿科常见的心脏疾病之一，多由病毒感染等因素造成的。小儿心肌炎严重影响患儿的健康，如果病情严重可能会造成心律失常、心力衰竭等问题，严重威胁着患儿的生命安全。那么，引起小儿心肌炎的原因是什么？日常护理要点有哪些呢？

引起小儿心肌炎的原因

病毒感染 大部分小儿心肌炎是由病毒感染所引发的，常见病毒有腺病毒及胃肠道的柯萨奇病毒、丙型肝炎病毒、流行性腮腺炎病毒、脊髓灰质炎病毒、风疹病毒、水痘等，这些病毒会对患儿的心脏及其他身体器官造成严重伤害。病毒引起小儿心肌炎的途径有两种：第一种，病毒进入患儿身体后，产生的有害物质会对心肌细胞造成损害；第二种，病毒进入患儿血液，随血液循环至心脏后，对心肌细胞造成直接伤害。

病毒性感冒 引发小儿心肌炎的常见原因之一。

由于小儿身体抵抗力较弱，免疫系统也未发育完善，易受病毒性感冒侵袭，当病情未及时得到治疗，累及心脏后损伤心肌细胞，从而引发胸口疼痛、浑身乏力、出汗等症状。因此，小儿感冒后并伴有上述症状，可能发生了小儿心肌炎，应及时入院治疗。

红斑狼疮 红斑狼疮属于免疫系统疾病，会对患儿的免疫系统和心脏造成损伤，从而引发小儿心肌炎。

化学因素 如果小儿长期服用抗菌素、抗肿瘤等药物，会对心脏功能造成损伤，引起心肌炎。

物理因素 胸部放射性治疗，可能会对患儿的免疫系统和心脏功能造成破坏，引发心肌炎。

小儿心肌炎的日常护理要点

注意休息 养成良好的作息习惯，保证小儿睡眠充足，病情发作期需要卧床休息，

避免增加心脏耗氧量造成心脏负担，有助于心脏功能尽快恢复。如果患儿伴有心脏功能不全或心脏扩大等问题，需对患儿的活动量进行严格控制，待心肌停止病变后方可进行正常运动。若患儿出现烦躁不安、胸口疼痛等症状时，可以根据医嘱选择适宜的镇痛或止痛药物。

合理膳食 患儿的饮食应保证食物多样化、营养丰富且容易消化，可以补充机体所需的营养物质，避免加重心脏负担；增加热量、维生素和蛋白质的摄入，多食用富含维生素的食物，例如新鲜的蔬菜水果、芹菜、西红柿、苹果、山楂、猕猴桃等；补充富含纤维素的食物，避免发生便秘；减少水分和盐分的摄入，减轻心脏和其他器官的负担。

监测生命体征 每日对患儿的体温、呼吸、心率、血压等生命体征进行密切观察，若患儿出现高烧不退的症状，应立即进行降

温处理和口腔护理；若患儿出现血压下降、脉搏微弱、烦躁、呼吸受限、胸口疼痛等问题时，需及时入院就医。如果患儿心肌炎反复发作，需长期遵医嘱服药，并对药物的不良反应和副作用进行观察，如果出现血压升高、消化性出血等问题，需立即停药。

预防感冒 做好小儿感冒预防措施，根据气温变化及时为小儿增减衣物，在流感高发季避免到人员密集区，避免出现病毒感染。患儿的居住环境应保持整洁，定时进行房间通风保证空气新鲜，但应避免出现对流风。待小儿年龄和身体素质有所提升后，鼓励小儿积极参加户外运动锻炼，提高小儿的机体抵抗力。

小儿心肌炎是日常中常见的小儿疾病，不仅会给患儿身体带来痛苦，还会给家长造成压力。因此，家长应该提高对小儿心肌炎的认识，了解发病原因、掌握护理知识，既可以有效预防小儿心肌炎的发生，还有助于加快小儿身体康复。

新生儿肚脐护理指南

▲ 福建省宁德市闽东医院新生儿科 郭少云

在新生儿刚出生的时候，医生要将宝宝在妈妈体内生长发育的生命线脐带剪断，在脐部断端形成了宝宝出生以后的首个创伤。断端的创面一般会在新生儿出生几天之后愈合，属于比较正常的生理过程。但是如果存在护理不到位的情况，就会引发许多疾病，如新生儿脐炎。本文将从新生儿肚脐疾病展开探究，提出新生儿肚脐护理原则与注意事项，具体内容如下。

新生儿肚脐疾病

脐部湿疹 出现脐部湿疹，就可能是因为剪断脐带的时候，存在消炎不及时的情况。也可能是父母在护理宝宝的时候出现不当操作现象导致的，或是因为过敏现象导致的脐部湿疹。在新生儿脐部出现湿疹现象时，父母若观察到宝宝肚脐周围存在皮肤糜烂、湿润伴随红疹的情况，需要带宝宝尽早到医院接受治疗，由专门医生对肚脐进行药物治疗。

脐炎 新生儿患上肚脐炎，基本症状就是食欲不佳、没有精神，宝宝肚脐周围可能会出现湿润、化脓肿胀的现象。

脐疝 脐疝的基本表现就是宝宝肚脐可能出现轻微凸起。许多脐疝可以自愈，父母只要保持宝宝不哭闹、不用肚子用力即可。但是如果宝宝长到一岁左右，还存在脐疝情况，就需要到医院接受治疗。

肿芽脐 通常来说，宝宝的肚脐应该是处于干燥状态的，如果父母在触碰到宝宝肚脐时，感觉存在息肉、潮湿的情况，这可能就是肿芽脐症状，需要接受医生专业治疗。

新生儿肚脐护理原则与注意事项

新生儿肚脐护理原则 第一，始终保证新生儿肚脐的干燥，处于潮湿的环境中更容易滋生细菌；第二，保证透气性，保持透气可以促进伤口恢复；第三，避免摩擦，如果脐带存在残余部分，摩擦可能出现发炎、出血的情况，影响伤口恢复；第四，每天进行清理，确保伤口透气与干燥，有

助于宝宝脐部恢复。

新生儿肚脐护理注意事项 (1) 在宝宝刚出生时，脐带断端都是由医生处理好，以绷带进行包扎，24 h以内不要打开，也不要对宝宝进行洗浴。在出生24 h以后，可以为宝宝洗浴。在洗浴的时候，要将包扎在脐部断端的绷带打开，将宝宝置入浴盆，脐部可以正常浸水，不需要做其他特殊防护工作。在洗浴以后，以干净的毛巾擦拭全身。擦拭脐部以棉签蘸取2%碘酒溶液、75%的酒精溶液，擦拭患者脐部，处理完将脐部断端暴露出来。

(2) 在脐带部分脱落的时候，为了避免发生厌氧菌感染的情况，就要使用棉签蘸3%的过氧化氢溶液，擦拭脐带断端，并且以碘伏溶液进行擦拭。在脐带脱落之后，如果断端没有完全愈合，洗浴之后就需要根据上述处理步骤完成，每天处理1次，一直到断端完全干燥与愈合。

(3) 在宝宝尿、便之后，需要尽早更换尿布，清洗会阴部、臀部，为了避免出现脐部被污染的情况，在发生脐轮周围皮肤出现红肿、渗出液的时候，就表示宝宝可能患上了脐炎。若仅仅存在少量分泌物，就需要使用3%过氧化氢溶液进行清洗，涂抹碘伏溶液，每天处理3次。对新生儿进行脐部护理，主要目的就是确保局部清洁与干燥，避免将尿布、湿衣服捂在宝宝肚脐上，避免使用脏布、脏手擦肚脐。如果存在分泌物，就要使用消毒过的棉签蘸取75%的酒精擦拭消毒。在擦拭的时候，一定不能来回乱擦，而是要将脐带残端提起，以螺旋样的动作擦拭四周，避免将周围皮肤细菌带入到脐窝中。在脐带脱落之后，脐窝有痂皮，自然脱落后，局部可能会渗出潮湿、米汤样液体。消毒方式为以棉签蘸75%酒精擦净，或用2%碘酒，以75%酒精涂在脐窝、周围皮肤上。在脐窝中如果存在肉芽组织、脓性分泌物、红肿的情况，就表示有感染现象，需要尽早处理，避免引发败血症。

你应该掌握的四维彩超知识

▲ 河南省柘城县人民医院 田琳琳

许多孕妈妈们提起四维彩超，都会觉得这是在给宝宝拍彩色照片，可以看宝宝在肚子里时长什么样子，在做什么。但这不是做四维彩超的真正意义。

何时做四维彩超

四维彩超的专业名称是四维彩色超声诊断仪，它在三维彩超的基础上额外加上时间维度参数，因此能够实时显示胎儿在子宫内的活动图像，甚至可以看到胎儿脏器的活动图像。四维彩超的优点就是拥有高清晰度，可以帮助医生更加准确地检测到胎儿的任何异常状态，能够对胎儿的生长发育做出准确的诊断。

此外，它还可以显现出胎儿头面部的立体图像，清晰地表现出胎儿眼、鼻、口、下颌的发育状态，协助医生直接对胎儿先天畸形进行诊断，包括表面畸形、内脏畸形和头面部畸形，能确定胎儿在子宫中的精确位置。通常做四维彩超能看出胎儿大方面的畸形，例如新生儿先天性心脏病、唇腭裂、水肺胎、多指(趾)和外耳等方面都可以检查出来。

但四维彩超也不是万能的，例如新生儿耳聋、白内障等就无法检测出来。四维彩超除了能让准妈妈提前跟未出生的宝宝“见面”，它主要的功能是对胎儿进行各种检查，及早发现胎儿生长中出现的问题。

四维彩超该怎么做？何时做才能取得最好效果呢？为什么要做四维彩超呢？

孕22~26周 这个时期胎儿的头部、胸部、腹壁以及肢体发育都已经基本成型，胎儿大小适中，尤其是在26周时，胎儿此时的皮下脂肪比较饱满，面部表情丰富，胎儿各个部位比早期更加清晰明显，可以更加明确诊断胎儿是否存在畸形。同时家长们还能看到胎儿的清晰的面部表情，如吃手指、喝羊水、打呵欠、哭闹等。

孕30~32周 胎儿渐渐发育，这个时期的超声检查能够检查出早期还检查不出来的细微的情况，如小的室间隔缺损等情况。由于宝妈个体差异，特殊情况的检查时间根据产科医生评估即可。

做四维彩超需要注意什么

不需要憋尿检查，四维彩超检查不需要孕妈妈憋尿，B超检查时，尤其是在孕早期，胎儿太小，需要憋尿才能看到。

不需要空腹，相反，孕妈妈还要吃饱了再去检查，妈妈吃饱了，胎宝宝才有力气动起来，医生才能进行检查，否则太饿了，宝宝会闹脾气趴着不动，无法做检查。但也要注意不能吃太多了，吃多了宝宝过度兴奋，也不利于检查。血糖高的孕妈不建议吃甜食哦。

最好在胎动频繁时做，胎儿在孕妇肚子里大部分时间是睡着的，在胎儿醒着且胎动频繁的时候做检查，更有助于医生全面地观察宝宝的情况。做四维彩超要做好“持久战”的准备。

由于四维彩超主要是为了检查官中胎儿是否有异常，医生会仔细地每个部位做检查，所以四维彩超的时间一般比较长、过程比较久，孕妈妈们要预留好时间，充分配合医生的检查。

在四维彩超检查前，孕妇最好将自己的上衣和裤子分开穿，这样便于检查。另外需要注意的是，由于超声技术的局限性，不能检查出所有的胎儿畸形，也就是说，超声诊断符合率并不能达到100%。

关于四维彩超的误区

通过四维超声成像诊断胎儿畸形，临床病例均获得满意的切面图像，同时也发现四维超声在胎儿畸形诊断中的敏感性、特异性、准确性均比其他超声诊断设备要高。

到目前为止，还没有证据证明四维彩超会影响胎儿正常发育，四维彩超诊断不存在射线、光波和电磁波等方面的辐射，一般是不会影响胎儿生长发育的。

在检查过程当中，受很多因素影响：胎儿体位不好，孕周过大，羊水过少，孕妇腹壁脂肪较厚等，使胎儿的某些切面无法显示，就需要孕妈出去走走活动一下，让胎儿动一动以配合检查顺利完成，不过孕妈妈外出走动时不建议爬楼梯哦。