

如何保证儿童安全用药

▲ 河南省信阳市中心医院 李永亮

随着社会的发展，药品已经成为了我们生活中不可或缺的一部分。然而，对于孩子们来说，药品的使用却隐藏着诸多安全隐患。

由于儿童的身体机能和生理特征与成人不同，因此在使用药物时需要特别注意安全。本文将为您科普儿童安全用药的相关知识，帮助您确保孩子们的健康与安全。

儿童用药的常见问题

擅自使用成人药物 很多家长在孩子生病时，为了方便省事，往往会将成人药物减量给孩子使用。这种做法是非常危险的，因为孩子的肝肾功能尚未发育完全，对药物的代谢和排泄能力较弱，容易造成药物蓄积中毒。

滥用抗生素 在孩子感染疾病时，很多家长会自行购买抗生素给孩子服用。然而，滥用抗生素会导致菌群失调、耐药性增强等问题，甚至引发二重感染。

擅自使用中草药 一些家长会给孩子使

用中草药来治疗疾病，但由于孩子的肝肾功能尚未发育完全，对中草药的代谢和排泄能力也较弱，容易造成药物蓄积中毒。

儿童安全用药的要点

选用儿童专用药物 尽量选择专门针对儿童的药物，这些药物的安全性和有效性都经过了严格的临床试验和审批。

严格按照医嘱使用药物 在使用药物前，一定要仔细阅读药品说明书，并遵循医生的用药建议。不要随意更改药物剂量和用药时间，以免造成药物不良反应。

不要多种药物同时使用 在给孩子使用药物时，应尽量减少同时使用多种药物。因为不同药物之间的相互作用可能会对人体造成损害。多种药物同时使用也可能会增加药物不良反应的风险。因此，在使用药物时，应遵循医生的建议，尽量减少给孩子使用多种药物。

注意药物剂型的选择 在选择药物时，

应尽量选择适合儿童使用的剂型，如液体剂、冲剂等。这些剂型更方便孩子服用，可以减少服药困难和误服的风险。另外，在选择药物时，还应考虑到孩子的年龄和体重，选择适合的药物剂量。

重视药品的不良反应 在使用药物时，应注意观察孩子的不良反应情况。

药品不良反应是指合格药品在正常用法用量下出现的与用药目的无关的有害反应。如果孩子出现不良反应，如皮疹、恶心、呕吐、头晕等，应及时停药并就医。

儿童安全用药的合理使用建议

合理使用抗生素 在孩子感染疾病时，应在医生指导下使用抗生素。在使用过程中，应遵循医生的用药建议，不要随意更改药物剂量和用药时间。另外，在孩子生病之前，应先考虑采用自然疗法或者非药物治疗，尽量减少使用药物。

早产儿的居家照护

▲ 东莞市人民医院 陈文倩

母乳喂养 早产儿建议母乳喂养，母乳是天然营养物质，长期进食母乳，可提高早产儿的免疫功能，改善身体状态。若产妇无法母乳喂养，则需购买符合早产儿营养需求的配方奶喂养。

出院后早产儿每日需喂哺 8~10 次，每次间隔不超过 4 h，喂奶一般需要 30~40 min/次。喂养过程中要注意，喂奶期间早产儿常会睡着，可以通过抚摸耳部弄醒早产儿，同时早产儿大多吃得慢，爸爸妈妈要有耐心，不要急着往早产儿嘴里塞，让早产儿有充足的时间吮吸、吞咽、消化，还要让早产儿获得休息时间，避免呛奶的发生。

补充营养 早产儿的生长发育速度比足月儿更快，在照顾早产儿的过程中，必须重视早产儿的营养物质补充情况，及时关注早产儿对维生素 D、维生素 A、钙元素、铁元素等多种营养物质的实际需求量，及时满足早产儿的需求，比如补充维生素 D。在补充微量元素的过程中，还需每天测量体重，评价早产儿的体重增长幅度，早产儿每天体重增长 25 g，则代表早产儿增长幅度合理，要是没有达到 25 g，第一时间分析原因，分析微量元素补充、喂养方法是否科学合理。尤其是营养物质补充方面的原因，及时调整营养物质的补充含量，保证早产儿的营养补充到位，降低早产儿发生贫血性疾病、佝偻病的发生概率，改善早产儿的体质状态。

预防感染 在照顾早产儿过程中还需做好卫生工作及消毒工作，比如给早产儿喂奶之前、换尿片前后，都需清洗双手，保证双手清洁干净无污染，早产儿的免疫能力与抵抗能力很差，更容易发生感染性疾病，积极主动清洁双手，然后和早产儿接触，可降低感染的发生风险。早产儿的房间要每日清洁、通风，每日通风 2 次，每次 30 min 左右，保证房间内空气清新。照顾早产儿的人要是咳嗽、感冒，必须带上口罩，及时更换脏污口罩，尽量不要传染给早产儿。保持皮肤清洁，根据具体情况最好每天沐浴 1 次，保持颈部、腋下、腹股沟、后颈部等皮肤褶皱处清洁干燥。早产儿每天使用的物品，做好清洗消毒，避免去人流密集的公共场所，避

合理使用中药 在孩子生病时，应根据医生的建议合理使用中药。在使用中药时，应注意观察孩子的不良反应情况，如出现异常症状应及时停药并就医。

另外，在使用中药时，应选择正规的药店购买，避免使用假冒伪劣药品。

增强安全意识 家长应增强安全意识，不要将成人药物随意减量给孩子使用。另外，在孩子生病时，家长应多关注孩子的病情变化，及时就医。

合理饮食 在孩子生病之前，应合理饮食，增强身体免疫力。同时，家长应了解一些基本的营养知识，为孩子提供合理的饮食搭配。

儿童安全用药是我们每个人都需要关注的问题。在使用药物时，家长应增强安全意识，遵循医生的用药建议，合理使用药物。同时，家长还应了解一些基本的营养知识，为孩子提供合理的饮食搭配。只有这样，才能确保孩子们的健康与安全。

免交叉感染。

抚触护理 抚触早产儿会产生触觉方面的良性刺激，能够在早产儿大脑中形成一种反射。抚触过程中，早产儿的眼睛和手脚都会跟着活动，这种活动对早产儿有益，可促进早产儿智力功能和运动能力发育，还能减少早产儿的哭闹行为，可让早产儿更好的进入睡眠状态。在早产儿吃奶后 1~2 h 清醒的状态下进行抚触，在抚触的过程中，播放轻柔的音乐或与早产儿说话，妈妈先用按摩油涂抹双手，待双手温暖后再轻轻按摩早产儿全身，还需适当按摩早产儿腹部，可加快早产儿胃肠道中的营养物质消化、吸收，还可促进早产儿的胃肠功能发育，让早产儿健康成长。抚触时需观察早产儿情况，若有哭闹、呕吐等异常情况应暂停抚触。

体温监测 早产儿缺乏正常体温维持能力，体温变化幅度较大。为了早产儿的健康着想，在早产儿出生之后，必须做好早产儿的保暖工作，尤其是在回家之后。尽量将早产儿放在可以调节温湿度的房间中，房间中的温度控制在 26~28℃，湿度控制在 55%~65%，爸爸妈妈还需积极测量早产儿的体温，每天上午和下午分别量测一次，做好相关记录，帮助早产儿将体温控制在 36~37℃。若患者一天内的最高体温和最低体温相差达到 1℃，要第一时间分析原因采取相关措施，。如果发现发热时需进行物理降温，包括松衣被、降低室温、温水擦拭等，慎用退烧药，及时就医。尽量让宝宝穿纯棉的衣服，这一类衣服不仅舒适柔软，而且保暖能力更强，衣服数量尽量结合温度变化调整，如比大人多一件的原则，如大人穿一件短袖，宝宝就穿一件长袖。

配合医疗服务 遵照医嘱，定时带宝宝前往医院检查，或配合医护人员通过电话或微信进行回访或随访。按照医嘱，定时带宝宝完成各项检查，比如视听功能、胃肠消化功能、心肺功能、黄疸情况等。尽量和新生儿医生维持密切联系，方便随时咨询情况，及时发现宝宝的异常，第一时间进行有效处理，比如吐奶、抽搐等。家长还要带宝宝按计划预防接种，有效预防各种传染病。

多囊卵巢综合征的主要表现

▲ 广东省深圳厚德医院 谷秀娟

多囊卵巢综合征是一种以卵泡发育障碍为主要表现的疾病，具有多症状与多病因两项特点，常见症状是月经稀发、闭经、肥胖、不孕、高雄激素血症、反复性流产、糖耐量异常、高血压、妊娠期糖尿病等。鉴于患者的卵巢功能、激素水平异常，所以怀孕难度较大，怀孕后更容易出现流产现象。即便患者顺利怀孕，相较于身体健康孕妇，更容易发生妊娠期高血压、妊娠期糖尿病等多种妊娠合并症。一旦怀疑自己发生多囊卵巢综合征，需第一时间前往医院就诊，积极治疗疾病，尽可能降低疾病对自身健康造成的不利影响，为日后健康的家庭生活奠定良好的基础。

多囊卵巢综合征的危害

发生多囊卵巢综合征后，患者看起来有很多卵泡，但是并不排卵，好比葡萄藤上挂了一串葡萄，但就是不熟。若及时进行促排卵治疗，可能会迅速成熟几十个，诱发卵巢过度刺激综合征。很多人并未认识到这一疾病的危害，但决不能轻视这一疾病。疾病一旦发生，轻则恶心呕吐、腹胀腹痛，重则胸水腹水、栓塞、血栓，病情严重时还会死亡。在自然情况下，卵巢过度刺激征基本不会发生，但在促排卵之后，卵巢过度刺激综合征则有很高概率发生。多数正规医院的生殖科医生比较负责，会在积极治疗疾病、促进患者排卵的同时，利用一系列手段降低卵巢过度刺激综合征的发生风险。

多囊卵巢综合征的常见症状是什么

月经异常 主要表现是月经稀少和闭经，少数患者会发生功能性子宫出血。该病多在青春期发生，主要表现为初潮后存在不规则月经，有时存在痛经现象。

多毛 比较常见，有 69% 的患者存在该症状。患者受雄激素水平升高影响，可见上唇部位、下颌部位、胸部、背部、腹正中部位、大腿上、肛周毛发旺盛、增粗、增多，但多毛严重程度和患者的雄激素水平并不成比例，受雌激素、毛囊的雄激素敏感性等因

素影响。部分患者同时伴有面部皮脂分泌过多、痤疮、阴蒂肥大、声音低粗等症状，有时还会有喉结等多种男性化征象出现。

不孕 这是比较严重的症状，和患者长期不排卵相关。部分患者偶发性排卵、流产，发生概率较大，高达 74%。

肥胖 体重指数大多超标，达到肥胖阶段，主要胖上半身，从青春期开始发胖，伴随着年龄增长体重逐步增加。

卵巢增大 部分患者是在进行妇科检查时发现卵巢增大，触及卵巢感觉质地坚韧，大多需要进行辅助检查，才能确定是否发生卵巢增大。

雌激素作用 患者的雌激素作用大多良好，检查时发现宫颈黏液含量较多、持续，大量雌激素会促使内膜增生过快，甚至发生癌变。

多囊卵巢综合征的干预方式

生活干预 调整生活方式，是有效治疗疾病、改善症状体征的根本。有一半及以上的多囊卵巢综合征患者存在超重或肥胖，所以他们发生肥胖相关并发症的风险比较高。若能适当控制体重，无疑可降低心血管疾病与代谢性疾病的发生风险，还可降低高雄激素水平，有效改善月经状态。患者需调整饮食，尽量低热量饮食，调整日常饮食结构，转变饮食习惯，尽量戒烟戒酒，增加体育活动量。其中瑜伽锻炼可活动全身，减重效果比较理想，也是患者比较青睐的一类运动方法。

积极治疗 多囊卵巢综合征可诱发一系列不适症状，患者需尽快前往医院就诊，遵照医嘱进行治疗，积极改善一系列症状。多数患者存在月经不规律现象，这是患者就诊的主要原因，患者需结合医嘱，通过药物及生活习惯，调整月经周期，让月经变得规律。多数患者存在高雄激素血症，所以有痤疮及多毛等症状，及时遵医嘱口服药物可抑制雄激素产生，降低雄激素水平。必要时腹腔镜下卵巢打孔术，可获得很高的妊娠率，但有引起盆腔粘连或者卵巢功能低下的可能。