

大便有血丝，竟和牛奶有关

▲ 深圳市儿童医院急诊科 孙学迪

新手爸妈们是否遇到过宝宝大便出现血丝的情况？您也许没想到，这种情况有时与牛奶蛋白过敏有关。

蛋白过敏与大便红血丝

牛奶蛋白过敏是一种免疫系统异常反应，它将牛奶中的蛋白质误认为是入侵的病原体，于是释放抗体来对抗这些“入侵者”，这些抗体会导致不同部位出现炎症和过敏症状。

牛奶蛋白过敏导致宝宝大便有血丝，可能是因为：

黏膜受损导致血丝 宝宝的消化道内壁由黏膜组成，黏膜在消化食物的过程中起着保护作用。牛奶蛋白过敏会引发免疫系统的异常反应，导致消化道黏膜受损，出现微小创伤，这些创伤可能会导致血管破裂，从而在宝宝的大便中出现血丝。

免疫反应导致炎症 牛奶蛋白过敏引发的免疫反应也会导致炎症的发生。这种炎症可能会影响消化道内的血管和黏膜，导致局部充血和血管脆弱性增加。当血管变得脆弱时，可能会发生微小的出血，从而在宝宝的大便中产生血丝。

牛奶蛋白过敏还有什么症状？

除了宝宝大便有血丝外，让我们一起了解一下牛奶蛋白过敏的其他症状。

皮肤问题 牛奶蛋白过敏可能导致宝宝出现皮肤相关的问题。包括湿疹（皮肤瘙痒、红肿和起疱）、荨麻疹（皮肤上出现红色隆起的斑块）等。皮肤问题可能导致宝宝的不适和瘙痒，甚至可能影响睡眠质量。

胃肠道问题 宝宝的胃肠道可能对牛奶蛋白过敏作出反应，从而导致包括腹泻、呕吐、腹痛、胀气等消化不良和不适症状。

呼吸问题 牛奶蛋白过敏可能引发呼吸系统方面的问题。宝宝可能出现哮喘症状，如喘息、呼吸急促、咳嗽等。这些呼吸问题可能会影响宝宝的舒适度和呼吸质量。

肠绞痛 宝宝可能会经历肠绞痛，表现为腹部强烈的阵发性疼痛。这可能是牛奶蛋白过敏引发的免疫反应和炎症导致的结果。

不适和烦躁 牛奶蛋白过敏可能导致宝宝整体的不适和烦躁。由于症状的影响，宝宝可能变得难以安抚，情绪波动较大。

成长受阻 如果牛奶蛋白过敏导致宝宝无法正常吸收足够的营养，可能会影响宝宝的正常生长和发育。

需要注意区分牛奶蛋白过敏和乳糖不耐症两个不同的概念。牛奶蛋白过敏是免疫系统对牛奶蛋白质的过度反应，而乳糖不耐症是由于乳糖消化酶缺乏，导致乳糖不能被完全分解和吸收，从而引发胃肠道问题。

如何处理牛奶蛋白过敏？

如果您怀疑宝宝对牛奶蛋白过敏，务必及时就医，咨询儿科医生。医生会根据宝宝的症状和体检结果，进行确诊和治疗建议。通常情况下，处理牛奶蛋白过敏可能包括以下方面：

食物调整 如果宝宝在母乳喂养后出现过敏反应，如皮肤发疹、腹泻、呕吐等，妈妈们可以尝试剔除可能引起过敏的食物，例如含有牛奶或蛋白质的食物，包括牛奶、奶制品、含乳成分的食品、蛋糕、饼干等。

监测饮食 随着宝宝的成长，医生可能会逐渐引入不含牛奶蛋白的食物，确保宝宝获得足够的营养。

过敏管理 如果宝宝对牛奶蛋白过敏，医生可能会教您如何应对突发的过敏反应，包括使用紧急药物如肾上腺素。

离断的手指如何再接？揭秘断指再植术

▲ 深圳市龙华区人民医院手外科 路芳

离断的手指对于个体的生活和功能造成了极大的影响，然而现代医学的断指再植术已经成为一项令人惊叹的技术，它通过血管和神经的重建，实现了离断手指的再次生存和功能恢复。未来，断指再植术有望在技术上不断创新，为更多患者带来希望和改善生活质量的机会。

断指再植术的原理

断指再植术将人体离断的手指（或其他肢体的一部分）重新连接到其原来的位置，使其能够“重新生长”和恢复功能。这是一项复杂而精细的手术过程，通常需要专业的外科医生和医疗团队来执行。

手术原理及过程如下：

血管重建 这是至关重要的一步。当手指离断时，血液供应中断，如果不及时修复，组织将因为缺氧而坏死。医生通常使用高倍率显微镜将离断的血管进行缝合，使血液能够重新流动到再植的组织中，供应充足的氧气和养分，以维持组织的生存和正常功能。

神经重连 在断指再植术中，修复神经的目的是使断指能够重新感受触觉、温度和疼痛等刺激，以及能够控制手指的运动。神经重连需要非常精细的操作，医生通常也在高倍率显微镜下进行，以确保神经纤维正确地连接在一起，恢复正常的神经传导。

组织重建 在断指再植术中，血管和神经的重建是手术的关键，同时还需要对组织进行精细的缝合和重建，包括

皮肤、肌肉、韧带和骨骼等组织的缝合和连接，以恢复手指的外部外貌和功能。医生会使用微细的缝合线和高精度的缝合技术，确保组织能够紧密地连接在一起，促进愈合和恢复。其中，对于骨骼的重建和固定也是手术的重要部分。

断指如何现场急救？

如果发生手指断裂，采取适当的急救措施可以最大限度地地为再植手术创造有利条件。

保持冷静 快速但冷静的反应可以减少伤害并增加成功再植的机会。

控制出血 使用干净的纱布、绷带或任何可用的材料轻轻压迫伤口，帮助控制出血。避免直接用力按压断裂的部位，以免进一步损伤。

保护断裂的部位 尽量避免直接接触断裂的部位，以免引起更多的损伤。如果可能，使用清洁的绷带或纱布将断裂的部位包裹起来。

无菌布类包裹 使用干净或无菌布类轻轻包裹断指，然后将其放置在干燥、冷却的容器中，如一个密封的塑料袋。有助于防止手指脱水，但又不会使组织浸泡在液体中。

收集断裂部分 尽量收集其余部分，包裹好放入密封袋中。不要直接放入水中，也不要冰块直接接触断裂的部位。

避免直接冷冻 避免将断裂的部位直接暴露在冰块上，因为过度低温可能导致组织损伤。

紧急就医 断指再植的成功率通常

在伤口发生后的6小时内最高。专业医生能够评估伤情，决定是否可以进行再植手术。

术后护理

术后护理对于断指再植手术的成功恢复至关重要。

血运观察 要定期观察手指的颜色、温度、组织张力和毛细血管充盈反应。如果发现断指变得苍白、暗紫、发黑等颜色异常或张力偏低，这可能是血液供应问题，需要紧急处理。

饮食 均衡饮食有助于伤口愈合和身体的恢复。患者需遵循医务人员建议，摄入足够的蛋白质、维生素和矿物质，以支持身体的修复过程，禁食刺激性饮食。

烤灯 在术后使用烤灯，以促进血液循环和伤口愈合，不过要避免过度加热和灼伤。

卧位 术后的初期，保持正确的卧位有助于减轻断指的压力，促进血液循环。医务人员会建议特定的卧姿，要严格遵守。

禁烟 烟草中的尼古丁会引起血管收缩而影响血液循环，可能会影响术后的愈合。因此，不管是主动还是被动吸烟对行断指再植术后的患者危害都是不言而喻的。

注意并发症 术后可能会出现一些并发症，如感染、出血、肿胀、血管危象等。患者应密切注意术后情况，如果出现异常，应及时向医生报告。

神奇的中药熏蒸 不一样的治疗体验

▲ 广东省广州市海珠区中医医院康复科 罗兆良

中药熏蒸源远流长，自古以来被广泛用于舒缓症状、促进血液循环、提升人体免疫力等。它通过草药的蒸发和挥发物，将草药的活性成分传递到人体内，以达到治疗和调理的目的。不过，在尝试中药熏蒸时，一定要寻求专业医师的指导，确保治疗的安全和有效。

中药熏蒸法的原理

中药熏蒸疗法，涵盖了草药的挥发作用、经络传导和人体反应等多个方面。人们将其煮沸或蒸馏后产生的蒸汽进行熏蒸，通过吸入这些蒸汽来达到治疗目的，同时也能享受草药的芳香气味。

草药的挥发作用 在熏蒸过程中，草药中的活性成分会随着蒸汽通过呼吸道、皮肤和黏膜被人体吸收。这些活性成分具有多种药理作用，包括清热解暑、温通经络、祛湿活血等。通过熏蒸，草药的挥发物能够迅速进入人体，对病症产生影响。

经络的传导作用 中医理论认为，人体内有经络系统，是气血流动的通道。通过在特定的经络穴位上施加热力，可以影响体内气血的流动。熏蒸疗法中的草药蒸汽可以通过皮肤进入经络，从而

影响经络的畅通和气血的平衡。

人体反应和调节 草药的气味和活性成分可以通过嗅觉神经和皮肤传感器影响人体的神经系统。这种刺激可以引起神经系统的反应，促进体内的生理和代谢过程。例如，芳香的草药蒸汽可以调节情绪，改善睡眠质量。

适用症状和疾病

中药熏蒸是一种多功能的治疗方式，适用于许多不同的症状和疾病，常常被应用于调节和改善以下症状和问题：

呼吸道问题 中药熏蒸可以通过呼吸道吸收草药挥发物，对感冒、咳嗽、喉咙痛等呼吸道问题有一定的缓解作用。

关节疼痛 温热的草药蒸汽可以舒缓关节疼痛，促进血液循环，有助于改善风湿性关节炎等疾病。

情绪调节 一些草药的芳香气味可以影响情绪，有助于缓解焦虑、紧张和情绪不稳等问题。

皮肤问题 中药熏蒸可以通过皮肤吸收活性成分，有助于缓解湿疹、痤疮等皮肤问题。

睡眠问题 一些具有镇静作用的草药

可以通过熏蒸作用帮助改善睡眠质量。

中药熏蒸的好处

中药熏蒸作为一种古老而神奇的治疗方法，拥有多方面的益处，让人们在治疗过程中感受到独特的舒适和愉悦。

舒缓症状 中药熏蒸的草药挥发物可以通过皮肤吸收或呼吸道进入体内，有助于缓解身体不适和疼痛。温热的草药蒸汽可以舒缓肌肉和关节，缓解疼痛。

促进血液循环 草药的热蒸汽能够扩张血管，促进血液循环，对于改善血液循环不畅造成的问题，如寒痹、末梢循环不良等，有一定的效果。

提升免疫力 一些中药的活性成分具有抗炎和抗氧化作用，可以提升免疫力，增强身体的抵抗力，减少感染风险。

改善情绪 一些草药的芳香气味可以影响情绪中枢，有助于缓解紧张、焦虑和情绪不稳，带来放松和愉悦的感受。

放松神经 中药熏蒸的疗效有助于放松紧张的神系统，帮助改善睡眠质量，减轻压力。

促进排毒 通过汗腺和皮肤的排泄作用，中药熏蒸可以帮助身体排出毒素和废物，净化体内环境。