

儿童包皮术后护理至关重要

▲广州市妇女儿童医疗中心儿童院区外科门诊 邓丽珊

随着医学的进步，越来越多的家长选择为孩子进行包皮手术，以预防潜在的健康问题。然而，手术后的护理同样重要。本文将为您提供儿童包皮术后的护理方法和家庭护理建议。

儿童包皮手术的背景

包皮过长在男孩中是一个普遍存在的问题，最为典型的表现是包茎。

包茎是指龟头被包皮紧紧包裹，无法自然翻起，导致龟头始终隐藏在包皮内部。这不仅可能影响到孩子的自尊心，还可能带来一系列健康问题。

当包皮过长，尿液在排尿后可能会在包皮内残留。这些残留的尿液会对包皮产生刺激，特别是在炎热的夏季或孩子的免疫力较低时，容易导致包皮发炎和感染。长期的感染和炎症可能会导致包皮进一步增厚和狭窄，从而加重症状。

值得注意的是，小儿出生时，包皮与阴茎头之间的粘连是正常的，被称为生理性包茎。但随着孩子的成长和阴茎的发育，这种粘连通常会逐渐消失。到了3~4岁时，大多数儿童的包皮可以自然翻起，露出龟头。然而，仍有一部分儿童的包皮口非常狭小，这可能会妨碍龟头甚至整个阴茎的正常发育。在这种情况下，手术治疗成为了一种有效的解决方法。

术后护理的重要性

儿童包皮手术后护理与成人有所不同，这主要是因为儿童的生理和心理特点都与成人有所区别。孩子的皮肤更为娇嫩，伤口愈

合的速度也可能与成人不同。此外，孩子可能不太容易理解和配合护理措施，因此需要家长和医护人员的特别关注和照顾。

正确护理对于预防术后感染至关重要。手术后的伤口是细菌入侵的途径，如果不进行适当护理，可能会导致感染，从而引发一系列并发症，如脓肿、瘢痕形成等。

除了预防感染，正确的护理还可以加速伤口愈合，减少疼痛和不适，帮助孩子更快地恢复正常生活。此外，适当的护理还可以减少术后的并发症，如出血、水肿等，确保手术效果的稳定和持久。

儿童包皮手术后的护理是确保手术成功和孩子健康的关键环节，需要家长和医护人员共同努力，确保每一步都做得恰到好处。

护理措施

术后1~2天的关键护理

伤口出血的可能性：在手术后的1~2天，由于伤口还处于初步愈合阶段，容易出血，尤其是在晚上孩子勃起时，局部血流增加可能导致出血。

纱布包扎的作用：为了防止伤口出血和外部污染，医生会在手术后为孩子的伤口处进行纱布包扎。这不仅可以保护切口，还可以吸收伤口的分泌物，保持伤口干燥。

护理要点：在这一阶段，家长需要确保纱布始终保持干燥，防止水分和污物进入。因此，孩子在这段时间内应避免洗澡，以防止伤口受潮。

拆除纱布后的注意事项

伤口的清洁与干燥：在术后2~3天，纱布可以被拆除。此时，伤口的清洁和干

燥尤为重要，以预防感染。

孩子的活动：手术后的孩子需要得到充分的休息，以促进伤口愈合。家长应鼓励孩子减少活动，避免剧烈的运动和跳跃，以防止伤口受到外力撞击。

药物治疗与预防感染

抗菌药物的使用：为了预防感染，医生通常会建议孩子在手术后口服抗菌药物3~5天。此外，伤口处还需要外用消毒剂，如碘伏等，以进一步预防感染。

对伤口的观察与处理

观察伤口：家长应定期检查孩子的伤口，观察是否有红肿、流脓、出血等异常情况。如有明显的流血，应立即带孩子就诊。

避免摩擦与外部刺激

合适的内衣：为了减少伤口与衣物之间的摩擦，孩子应穿宽松的棉质内裤。

此外，孩子在术后2~3周内应避免进行剧烈运动。

饮食建议

水分与尿液：多喝水可以增加尿液的排放，有助于清洁尿道，减少感染的风险。

营养食物：适量增加营养食物的摄入，如蛋白质、维生素等，可以促进伤口愈合。

避免刺激性食物：辛辣、油腻的食物可能会刺激伤口，因此应尽量避免。

结语

儿童包皮手术后的护理至关重要。家长需要密切关注孩子的伤口愈合状况。

对于孩子的包皮问题，家长应正确对待，适时选择手术，但也不可盲目手术，以确保孩子正常发育。

青少年脊柱侧弯治疗及有效预防

▲南方医科大学深圳医院 王明军

提到青少年脊柱侧弯，很多人一脸茫然，但可结合名称知晓该病是青少年常见疾病。青少年脊柱侧弯主要指脊柱某一段持久偏离身体中线区域，令脊柱朝侧方凸出弧形，或凸出“S”形。也就是说，因为各种原因，导致脊柱出现不正常弯曲症状和旋转症状，其中冠状面不正常弯曲的发生概率最高，矢状面弯曲的发生概率更低。

病因

脊柱侧弯的病因：特发性脊柱侧弯占80%；先天性占10%，其常见原因是椎体形成不良或分节不良，如半椎体、蝶形椎等；其它原因占10%，如：小儿麻痹、脑瘫、脊髓空洞症、神经纤维瘤病、马凡氏综合症以及外伤或某些炎症性病变等。

临床表现

青少年脊柱侧弯往往出现以下表现：双肩不等高，一侧后背隆起，腰部一侧有皱褶；腰背不平整，剃刀背；骨盆不等高，骨盆倾斜；下肢不等长。

家庭初筛方法

第一，双肩等高检查。患儿脱上衣，面对家长，双足立于平地上，立正位；检查者平视患儿双肩是否同高，如有双肩不同高提示可能有脊柱侧弯，应到医院及时就诊。

第二，弯腰试验（弯腰腰背平整情况检查）。患儿脱上衣，面对家长，双足立于平地上，立正位；双手掌对合，置双手到双膝之间，逐渐弯腰；检查者坐于小孩前或后方，双目平视，观察患儿双侧背部是否等高，如果发现一侧高，表明可能存在侧弯伴有椎体旋转所致的隆凸。如果弯腰试验异常，应到医院及时就诊。

第三，患儿平躺于床上，双下肢自然伸直位，检查者双眼平视患儿双足跟是否同平面，如有双下肢不同长度，提示可能有脊柱侧弯，应到医院及时就诊。

治疗方法

临床治疗青少年脊柱侧弯的方法较多，但可分成两类，手术治疗、非手术治疗。非手术治疗是首选方案，包括支具疗法、体操疗法、物理疗法等，支具疗法是最可靠、最重要的一种疗法。

实际治疗青少年脊柱侧弯期间，往往结合患者病情严重程度决定治疗方案。若患者的脊柱侧弯角度不超过20°，予体操疗法、物理疗法等疗法，若青少年脊柱侧弯每年都在加重，每次加重表现是脊柱侧弯角度比去年高5°以上，则需及时提供支具治疗。若患者的脊柱侧弯角度达到30~40°，建议第一时间提供支具疗法。若青少年患者具有支具治疗指征，但通过支具疗法并不能有效控制脊柱侧弯，

疾病进展迅速患加快，则需寻找其他理想治疗方案。若青少年患者的脊柱侧弯角度超过40°，每年进展>5°，应尽早手术。

预防方法

为降低青少年脊柱侧弯的发生概率，需在青少年阶段主动预防脊柱侧弯。

科学进行身体锻炼 在青少年阶段，结合患者的体质状态与运动耐受能力，在考虑到患者人身安全的基础上，选择有利于青少年生长发育、可增强脊柱前后左右肌群力量的身体锻炼方式，比如健身操、瑜伽、五禽戏等，通过定时身体锻炼，不仅可增强躯体功能，还可预防脊柱侧弯。

纠正不良姿势 不良姿势是导致青少年发生脊柱侧弯的主要原因，尽早发现不良姿势的存在，及时教导青少年纠正错误姿势，维持健康正常体位，禁止跷二郎腿以及长时间趴在桌子上，可预防脊柱侧弯。

结语

若发现孩子存在双肩不等高，骨盆倾斜，或胸腰背部有异常隆起（驼背）时，应及时到正规医院检查，切勿听信江湖游医单杠、按摩正脊、配戴饰物等无效甚至是错误指导，以免延误病情。

脊柱侧弯是影响青少年身心健康的常见疾病，需尽早识别、主动预防、积极治疗。

宝石膏固定治疗的家庭护理

▲深圳市儿童医院麻醉手术中心 马兰兰

在石膏固定治疗后，由于石膏固定时间比较长，宝宝对石膏固定缺乏准确认知，难以有效约束自身行为，所以家长必须做好宝宝石膏固定后的家庭护理工作，明确相关注意事项并规避。

体温管理 宝宝石膏固定期间，家长要提高警惕，关注宝宝体温变化与局部温度变化。比如定时测量体温，检查石膏部位的温度等。在该阶段必须做好宝宝的体温管理，比如及时增减衣物，石膏未干前不能盖被子。若宝宝因为风寒或其他原因出现发热，需第一时间测量体温，联系医生，主动预防高热惊厥。若发热温度较低，及时用温水擦身帮助宝宝散热，在宝宝额头上粘贴退烧贴或是冰袋/冷毛巾。若宝宝温度较高或是发热症状迟迟未缓解，第一时间将宝宝送入医院。

石膏管理 在石膏未干时，禁止将石膏固定部位放在硬质物体上，避免石膏受到挤压，压迫固定部位。在石膏干结期间，禁止手指握石膏，避免在石膏留下指印，压迫下方部位，需用手掌轻柔托起石膏。石膏干结之后，详细记录宝宝的打石膏日期、前往医院复查日期、更换石膏日期、拆石膏日期等，可在石膏上绘制宝宝喜欢的卡通人物，让宝宝主动配合进行石膏固定治疗。

密切观察 家长必须密切观察宝宝打石膏肢体部位的实际变化，尤其是肢体末端的颜色、温度、活动、感觉等变化。正常状态下，宝宝手指、足趾处于红润状态，进行适当压迫，会导致局部变白，松开手则会导致该部位迅速充血，或是转变为粉红色，这一变化称作红白反应，也是一种正常反应；若患者石膏固定部位肢体末端持续存在发紫、发白表现，皮肤温度低下，存在发凉感，代表肢体的血液循环发生障碍，需要尽早识别并前往医院进行对症处理；若石膏固定后，肢体末梢的脚趾活动或是手指活动能力较差，甚至存在足趾僵硬或手指僵硬现象，进行被动活动时疼痛难忍并哭闹不休，则代表宝宝可能发生骨筋膜室综合征，这是急症，需要尽早前往医院拆除石膏进行对症治疗。

皮肤监测 家长需要密切监测宝宝的皮肤变化，尤其是石膏周围皮肤以及石膏下方皮肤。若宝宝可准确描述自己石膏下方的皮肤状态，及时告知是否存在过紧、受压以及不舒服等现象，则需积极和宝宝沟通；若宝宝年龄较小，家长则需密切监测，根据宝宝是否发生异常哭闹、按时吃奶睡觉，以及石膏中是否存在异味等分析皮肤状态，若有异常，第一时间寻求医生帮助。

清洁管理 石膏固定期间，需保证石膏始终处于清洁状态，尤其是下肢进行石膏固定的宝宝，必须及时通过有效措施处理大小便，避免大小便污染石膏。在石膏尚未拆除期间，禁止宝宝在不干净环境中玩耍，避免石膏中混入砂石、泥土、小枝条等，预防这些小东西刺激石膏内的皮肤，避免宝宝石膏固定期间不舒服。长时间被异物刺激，可导致皮肤受损，诱发皮肤溃疡、皮肤炎症、皮肤破裂等。若石膏被污染，需第一时间更换，即便是要多花费一些费用，也一定要更换石膏，因为污染石膏会持续刺激病变部位，甚至诱发其他严重并发症。若宝宝的石膏是硫酸钙石膏，则禁止碰水受潮，避免石膏强度下降，避免石膏无法充分发挥固定治疗作用。

宝宝发生疾病需要进行石膏固定后，家长要遵医嘱，更要做好回家后的护理工作，让宝宝尽快康复。