



中西医结合 防治小儿轮状病毒肠炎

▲ 广西河池市宜州区中医医院 金强文

冬季是小儿轮状病毒肠炎的高发季节，该疾病主要通过粪口途径传播，当然也可以通过气溶胶形式，经呼吸道传播感染。目前轮状病毒肠炎主要发生于6~24个月的婴幼儿群体，这类疾病的主要特点是起病较急，同时患儿多数对外表现为发热，病初有呕吐和腹泻，后期出现脱水、酸中毒等引起电解质紊乱的症状。如果是严重感染，可能会导致全身多系统病变，疾病会进一步发展，并导致肺炎炎症、肝胆损伤、心肌损害等严重情况，发生威胁患儿的身体健康。小儿轮状病毒肠炎的自然病程一般在3~8天，其中少部分患儿病程比较长。

总体来看，这类疾病的发病较急，建议家长朋友在发现孩子出现问题后，及时带领孩子们前往正规的医疗机构就医。下文主要与各位家长简单介绍下小儿轮状病毒肠炎的中西医防治相关知识，希望能够提升各位家长对于疾病的认识，并进一步配合医方的各项治疗工作，共同努力，帮助患儿更好地恢复健康。

从传播途径谈疾病的预防策略

小儿轮状病毒肠炎主要是经口传播，轮状病毒主要分布在清洁不到位的奶具、食物或玩具上，当儿童接触到这些不够干净的用品，并通过手指将轮状病毒经口转移到体内后，就会导致轮状病毒通过消化道在体内传播开来，引发感染。另外，轮状病毒也能够分布在空气中，若患儿呼吸到不够清洁的空气，同样也会导致轮状病毒经过呼吸道进入体内。因此我们建议家长朋友们在照顾年龄



较小的孩童时，要尤其注意看护工作，禁止幼儿将玩具、衣物等放入口中啃咬，另外要定期清洁玩具、衣物、奶具等孩童经常接触到的用品。在带领儿童进行户外活动时，我们也要注意为孩童做好个人防护工作，例如在冬季户外活动时，要依照规范佩戴好口罩，这样可以在很大程度上避免轮状病毒通过空气传播的方式进入呼吸道，使孩子感染。

从易感人群看重点保护对象

通过大量的临床实践和临床工作观察，我们认为小儿轮状病毒肠炎的好发年龄段在6个月至3岁区间，其中6~24个月的婴幼儿群体发病率最高，是小儿轮状病毒肠炎的高危人群。若这类儿童自身还存在营养不良、贫血、佝偻病等问题，则更易患上小儿轮状病毒肠炎。小于6个月的婴儿，体内有来自母亲的抗体保护，因此不易患轮状病毒肠炎；3岁以上儿童则由于生长发育，自身的消化道功能和免疫功能进一步完善，因此感染轮状病毒的风险更低。鉴于此，我们强调家长朋友们要进一步关注6~36个月，尤其6~24

个月婴幼儿群体的个人卫生保健工作，主动做好疾病防范，加强婴幼儿自身的免疫力，尽可能地避免小儿轮状病毒肠炎问题发生。若孩子出现呕吐、腹泻等症状，尤其是出现精神不好、皮肤弹性差、眼窝凹陷、口唇干燥、哭闹时没有泪、小便少等问题，这些都是典型的脱水表现，一旦出现，就要及时就诊。

疾病预防

为了更好地避免小儿轮状病毒肠炎问题，首先，要做好母乳喂养工作。婴幼儿的抵抗力多数来源于母体，通过母乳喂养的方式摄取到母乳中富含的免疫球蛋白，能够有效提高婴幼儿胃肠道免疫功能，缓解或避免小儿轮状病毒肠炎的恶性进展。其次，家长朋友们需要有意地避免传染源与孩子接触；在小儿轮状病毒肠炎的好发时期，尽可能少带孩子前往公共场所等人流量较大的地方，这些地方携带轮状病毒的人更多，感染几率较大。在室内时还要注意开窗通风，要保持室内良好的温湿度与清新的空气。当家中有大人患病时，也要注意及时治疗和隔离，

保护好儿童，避免其被感染。日常生活中要注意引导孩子保持个人卫生，家长朋友每次在给与孩子更换尿布、喂奶前、冲奶前、吃饭前，都要帮助孩子清洁手部。需要母乳喂养的婴幼儿，母亲应当在每次哺乳前将乳房擦拭干净。人工喂养的婴幼儿，需要将奶具充分消毒。玩具等也要定期、经常消毒。最后，注射疫苗能够很好地避免小儿轮状病毒肠炎问题，可以口服轮状病毒疫苗，能够在一定程度上预防小儿轮状病毒肠炎的发生。

疾病治疗

西医治疗小儿轮状病毒肠炎，主要是以饮食疗法和液体疗法对症治疗为主，若出现腹泻症状，可以口服补液盐溶液（ORS）配方，来纠正和预防脱水问题。还要为患儿提供清淡、易消化的饮食，烹饪时做到少油。单吃奶粉的婴幼儿，奶粉冲调要逐步由稀到稠，喂养次数由少到多，慢慢恢复到平常食量。

在此基础上配合中医治疗，可以取得更进一步的确切疗效。中医认为小儿轮状病毒肠炎属于泄泻的范畴，其发病的主要原因在于脾虚湿盛，而小儿脾脏本身娇嫩，加之喂养不当，饥饱失常会伤到脾胃，产生内湿，这是疾病发生的主要原因。另外小儿轮状病毒性肠炎在冬季较高发，这个时间段容易产生湿邪，小儿脾不足，有内湿，容易感受外湿，“内外勾结”导致湿盛，因此在治疗时，使用一些健脾祛湿的中药材改善脾胃功能，祛除湿气，能够在很大程度上帮助患儿取得良好的疗效。

小儿肺炎大揭秘：症状、传播途径及预防措施

▲ 广西百色市田东县人民医院 陆海

小儿肺炎是儿童最常见的呼吸道感染之一，它对孩子的健康和成长有着重要的影响。了解症状、传播途径和预防措施是预防和控制小儿肺炎的关键。通过养成良好的个人卫生习惯、接种疫苗以及避免密切接触的方式可以有效降低小儿肺炎的发病率。同时，及早发现症状、及时就医也是防止疾病进一步蔓延的重要措施。

常见症状

咳嗽是小儿肺炎最常见的症状之一，特点是频繁且剧烈。儿童患上肺炎后，由于病原体侵袭，呼吸道会产生刺激反应，引发咳嗽。咳嗽的程度和性质也会因病因而有所不同，如干咳、有痰等。

发热是儿童患上肺炎后的另一个常见症状。发热是机体免疫系统对抗病原体的一种自我保护反应，其中体温超过37.5℃被认为是发热。而小儿肺炎发热多伴有咳嗽、乏力等症状，因此需要引起家长的注意。

咳痰出现在小儿肺炎的早期，一般有支气管黏膜变得充血水肿，并分泌大量黏液样分泌物。咳痰的颜色、黏稠度和气味等也会随病因的不同而有所变化。

胸闷是指儿童在患上肺炎后，呼吸道症状加重所引起的一种不适感。胸闷的程度因



个体差异而有所不同，有的儿童会感到轻微的不适，有的则会严重干扰呼吸。胸闷除了与呼吸道症状有关外，也可能与炎性因子刺激肺组织有关。

乏力是小儿肺炎的常见症状之一。儿童患上肺炎后，由于机体免疫系统受到病原体侵袭的刺激，免疫反应加剧，导致身体感到疲倦和乏力。有时候，乏力伴随着食欲不振、睡眠质量下降等症状，这些都是肺炎引起的综合体征。

传播途径

空气传播是小儿肺炎最常见的传播途径之一。当一个患有呼吸道感染的人咳嗽、打喷嚏或说话时，会释放出病毒或细菌悬浮在

空气中的飞沫中。如果其他人吸入这些飞沫，就有可能感染病原体，引发小儿肺炎。此外，病毒或细菌还可能附着在室内的表面，如桌子、椅子、门把手等，通过接触这些被污染的表面，也会增加感染的风险。密切接触是另一个常见的传播途径。在家庭或其他密闭环境中，如果一个感染者与其他人有密切接触，例如一起生活、共同进食或拥抱，病原体可以通过直接接触、飞沫传播或

接触被感染者的物品等方式传播给其他人。特别是对于年幼的婴幼儿来说，由于免疫系统尚未完全发育，抵抗力较弱，所以很容易受到感染。另外，小儿肺炎还可以通过食物或饮水传播。如果孩子们食用被污染的食物或饮水，就可能感染病原体，引发小儿肺炎。因此，保持食品和饮水的卫生，避免食用未经处理的生食，是阻断这些传播途径的关键。

预防措施

小儿肺炎是儿童常见的呼吸道疾病之一，严重时可能会导致生命危险。为了预防小儿肺炎，我们需要采取一系列的预防措施。首先，保持良好的个人卫生习惯是最基

本的预防措施之一。勤洗手是非常重要的，特别是在接触过公共场所物品或者陌生人的身体之后，要及时用肥皂和清水洗手，确保手部的清洁。咳嗽时要用纸巾或手肘掩嘴，避免直接用手捂住口鼻，以防止病毒通过空气飞沫传播。定期清洁和通风居住环境，保持室内空气流通，减少病毒滋生的机会。

其次，疫苗预防是非常重要的手段之一。通过接种疫苗可以有效降低小儿肺炎的发病率。其中，百白破、流感和肺炎链球菌疫苗是常用的预防疫苗。百白破疫苗可以预防百日咳、白喉和破伤风等疾病，流感疫苗可以防止流感病毒的传播，肺炎链球菌疫苗可以预防肺炎链球菌引起的肺炎。接种这些疫苗可以大大降低小儿肺炎的风险，提高免疫力，保护儿童的健康。

再次，在疫情暴发期间，避免去人多拥挤的地方也是一项重要的预防措施。人群密集的场合容易引发疾病传播，所以尽量避免去人多的地方可以降低感染的风险。如果必须外出，要做好个人防护措施，佩戴口罩等，以减少病毒传播的可能性。

最后，良好的饮食习惯和充足的睡眠也是预防小儿肺炎的重要因素。均衡的饮食可以增强免疫力，充足的睡眠可以帮助身体恢复和修复，提高对疾病的抵抗能力。