责任编辑：荆冰
美编：杜晓静
电话：010-58302828-6847
E-mail:ysbjingbing@163.com
医师报 2024年8月22日

看急诊的宝宝如何护理？

▲ 广东省清远市清新区人民医院 罗秀丽

如果孩子出现突然性的高热、抽搐、意识模糊等症状，家长们一定要重视，做到早发现、早治疗，否则可能会危及孩子生命。但是宝宝看急诊该如何护理，是很多新手爸妈都迷茫的事情。那么下面我们就来聊一聊看急诊的宝宝如何护理。

出现以下情况需第一时间进行急诊治疗

第一，心搏骤停。发现宝宝突然无反应、无呼吸就是心搏骤停，需要第一时间立即进行心肺复苏，尽快安排电击除颤，千万不能等。

第二，异物卡喉。很多小朋友一不注意就容易乱吃东西，如果出现了异物卡喉，宝宝的气道出现了完全梗阻的现象，1岁以内的婴儿，可以用拍背按胸法急救，可站立的儿童，用海姆立克冲击法急救。

第三，高热惊厥，癫痫抽搐发作。出现这种情况，家长不要惊慌，急救的重点是防止宝宝摔伤、碰伤，要保持宝宝呼吸道通畅，记住不要敲宝宝的牙齿，也不要往宝宝嘴里塞东西、不要按住宝宝抽动的身体，保证宝宝安全即可，及时拨打120。

第四，烫伤。不要给宝宝涂抹牙膏。

第五，溺水。夏天来了，又是溺水的高发期，溺水急诊首先要注意保暖，保持口腔的呼吸道通畅。孩子出现以上情况，需第一时间进行急诊治疗。

带孩子急诊就诊，家长应该做什么？

很多家长看到孩子出现了十分突然且严重的症状，带孩子来急诊，又不知道干什么，请记住以下四点，赢得抢救时间。

第一，家长在家中准备一个专用书包，放置孩子的就诊卡、病历资料等，需要时一拿就走。

第二，孩子出现危急情况，家长一定要保持镇静，呼叫急救车的同时，可以把手机放置在免提状态，第一时间获取医生的指导。

第三，到了医院急诊室后，要简明扼要地叙述孩子的主要症状、发病时间、基础疾病，比如有没有长期服用某种药物，以及孩子的特殊情况，比如有无药物过敏史。急诊医生会快速做出判断，实施救治。

第四，是很多家长会忽视的，医生会针对孩子的抢救措施征求家长的意见，此时家长需要冷静地倾听，做出决定。

看急诊的宝宝如何护理之“发烧”

第一步，体温管理。发烧其实是我们身体对抗病原体的一个保护性反应，升高体温有利于免疫细胞消灭细菌病毒，所以把体温降到正常从来不是目的，让孩子有一个舒适的，可以接受的温度才是关键。所以孩子发烧去急诊，家长要配合做好物理降温，用温毛巾擦拭孩子腋下、大腿根、胳膊肘这些大动脉经过的地方，切记不要捂汗或用酒精、冰水降温。

第二步，注意补液。孩子对于脱水的耐受能力比成人要差，也更容易发生电解质紊乱，况且补充营养才有力量和病原体抗争。很多孩子出现高热休克的表现，大多都是因为没有及时补充水和电解质，所以发烧的时候一定要给孩子多喝水，最好是一些电解质水。

第三步，观察精神。孩子发烧了，先看他的症状和精神状态，是不是没有精神，是不是吃饭、喝奶不好，有没有流鼻涕、咳嗽、打喷嚏等症状，及时和医生沟通，不要私自给孩子喂药。

看急诊的宝宝如何护理之“雾化治疗”

首先，在雾化治疗前后半个小时，不要吃东西，尽量避开刚吃完饭以后做雾化，为了防止孩子呕吐发生窒息。做雾化之前，不要给孩子脸上涂一些油脂性的面霜，雾化药里多半都是会含有激素类的药物，油脂的面霜会增加乳激素的副作用，这是在做雾化之前需要注意的。其次，雾化之后，要给孩子用清水漱口，如果是小婴儿做完雾化之后，喝一点清水，这样能够减少口腔药物的残留，减少副作用。再次，做完雾化之后，要用温水给孩子擦一把脸，也是为了减少雾化药物对于宝宝面部皮肤的副作用。如果孩子痰特别多，做完雾化之后，要给孩子拍背，一定要用空心掌，起到震动的作用，帮助孩子把痰排出。

总而言之，对于宝宝看急诊来说，不同疾病其护理措施均存在一定的差异性。各位家长还需对症护理，并保持冷静，配合好工作人员即可。请相信每一位医护人员都会竭尽全力地抢救孩子的生命，请给予他们信任和支持。

孕妇尿碘检测：构筑胎儿智力发育的基石

▲ 广东省阳江市妇幼保健院检验科 李桦

在孕期，准妈妈们会经历一系列的检查，以确保自身和胎儿的健康。其中，孕妇尿碘检测是一项容易被忽视但至关重要的检查项目。今天，让我们深入了解一下孕妇尿碘检测的重要性以及它如何为胎儿的智力发育奠定坚实的基础。

碘在孕期的关键作用

碘是人体必需的微量元素之一，对于甲状腺的正常功能起着不可或缺的作用。甲状腺通过合成和分泌甲状腺激素来调节人体的新陈代谢、生长发育等重要生理过程。在孕期，甲状腺激素对于胎儿的大脑和神经系统发育尤为关键。从受精卵形成到胎儿出生后的2岁内，这是大脑发育的关键时期。如果在这个阶段碘缺乏，甲状腺激素合成不足，将会对胎儿的智力和身体发育产生严重的不可逆影响，可能导致呆小症、智力低下、生长迟缓等问题。因此，保证孕期母体充足的碘摄入是胎儿健康发育的重要前提。

孕妇尿碘检测的意义

孕妇尿碘检测是评估孕妇碘营养状况的一种有效方法。通过检测尿液中碘的含量，可以直观地了解孕妇体内碘的水平是否适宜，及时发现孕妇是否存在碘缺乏或碘过量的情况。如果检测结果显示碘缺乏，可以采取相应的措施进行补充，以避免对胎儿造成不良影响；而碘过量同样不利于孕妇和胎儿的健康，也需要进行调整。每个孕妇的碘需求因个体差异、饮食习惯、生活环境等因素而有所不同。尿碘检测结果可以为孕妇提供个性化的饮食和营养建议，帮助她们合理调整碘的摄入量，达到最佳的营养平衡。随着孕期的进展，孕妇的生理状态和代谢需求会发生变化，碘的需求也会有所波动。定期进行尿碘检测能够动态监测孕妇碘营养状况的变化，确保在不同孕期都能满足胎儿发育的需求。

检测方法及注意事项

孕妇尿碘检测通常采用尿液样本进行分析。检测方法相对简单，一般不会给孕妇带来不适。在检测前无需刻意改变饮食习惯，以免影响检测结果的真实性。检测前剧烈运动可能会导致尿液成分的变化，影响碘含量的检测准确性。采集尿液时，应先清洁外阴，然后留取中段尿液，以减少污染。

检测结果解读

孕妇尿碘检测结果通常以μg/L为单位。一般来说，适宜的尿碘范围在150-250 μg/L之间。尿碘低于尿碘范围提示孕妇可能存在碘缺乏。此时，医生会建议孕妇适当增加富含碘的食物摄入，如海带、紫菜、海鱼等。必要时，可能会给予碘补充剂治疗。尿碘高于尿碘范围表明孕妇可能碘摄入过量。这种情况下，孕妇需要适当减少高碘食物的摄入，并密切监测尿碘水平。尿碘在正常范围内说明孕妇的碘营养状况良好，但仍需保持均衡的饮食，以维持稳定的碘摄入。需要注意的是，单次的尿碘检测结果并不能完全代表孕妇整个孕期的碘营养状况，因此建议在孕期定期进行检测，以便及时发现问题并调整。

孕期如何合理补碘

对于大多数孕妇来说，通过饮食摄入碘是最为安全和有效的方式。海带、紫菜、海鱼、贝类等海产品富含丰富的碘。每周食用1~2次海带、紫菜或适量的海鱼，可以有效补充碘。牛奶、鸡蛋等食物中也含有一定量的碘。食用合格的加碘盐是补充碘的重要途径。但要注意控制盐的摄入量，以预防妊娠期高血压等疾病。在医生的指导下，如果孕妇通过饮食无法满足碘的需求，或者存在严重的碘缺乏，可能需要服用碘补充剂。但一定要严格按照医生的建议服用，避免过量补碘。

总之，孕妇尿碘检测是孕期保健中不可或缺的一环。通过这项检测，我们能够更好地保障胎儿的智力发育，为宝宝的未来奠定坚实的基础。准妈妈们一定要重视孕期的各项检查，积极配合医生，让宝宝在妈妈的肚子里健康成长。