



小儿腹泻如何治疗

▲ 富顺县妇幼保健院 简恩源

小儿腹泻，是多病原、多因素引起的以腹泻为主的一组疾病。主要特点为大便次数增多和性状改变，可伴有发热、呕吐、腹痛等症 状及不同程度水、电解质、酸碱平衡紊乱。病原可由病毒（主要为人类轮状病毒及其他肠道病毒）、细菌（致病性大肠杆菌、产毒性大肠杆菌、出血性大肠杆菌、侵袭性大肠杆菌以及鼠伤寒沙门氏菌、空肠弯曲菌、耶氏菌、金葡菌等）、寄生虫、真菌等引起。肠道外感染、滥用抗生素所致的肠道菌群紊乱、过敏、喂养不当及气候因素也可致病。是2岁以下婴幼儿的常见病。所以要及时采用有效的方法进行治疗，避免小儿病情加重。那么接下来为大家介绍一些有关治疗小儿腹泻的方法

多种原因均可引起腹泻

由于小儿生理功能发育不良，腹部受凉容易引起肠蠕动加快，导致小儿腹泻。过敏也会引起肠变态反应，其主要过敏原有：乳品、鱼 、虾、蟹等。除此之外，药

原性和运动功能紊乱性也会导致小儿出现腹泻，其中泻药包括：酚酞、番泻叶等；抗生素包括：林可霉素、克林霉素；运动功能紊乱 主要是因为肠运动速度过快，食糜在肠管内的停留时间变短，无法得到充分的吸收，进而导致腹泻。

无论是哪种原因导致腹泻，如果不重视维持小儿胃肠道生态平衡，直接采用抗生素进行治疗，就会导致小儿的菌群出现严重失调，对小儿自身的肠道屏障会造成一定的破坏，使肠道长期处于不健康的状态，同时也增加了治疗该疾病的难度。

治疗方式

在给患儿进行喂食时，要营养搭配合理，饮食均衡，采用正确的方法来纠正水、电解质平衡紊乱。合理控制小儿肠道内外的感染现象，实施对症的治疗方式加强对疾病的护理和预防，降低各种并发症的发生。另外，在治疗的过程中一定要注意不可滥用抗生素。

首先控制感染

如果是细菌性肠炎，一定对小儿的病因进行分析，根据分析结果选择正确的抗生素进行治疗。

对症治疗

止泻：一般是采用蒙脱石散剂进行治疗，1岁以下的小儿，每次口服剂量为1 g；1~2岁的小儿，每次口服剂量为2 g；2岁以上的小儿，每次口服剂量为3 g ，每天服用3次。

改善小儿肠道的微生态环境，可以给小儿采用微生态制剂进行治疗，主要包括乳酸杆菌、粪链球菌等。

帮助小儿消化，可以采用胃酶合剂、多酶片等进行治疗。缓解小儿呕吐的现象，可以采用吗叮啉进行治疗，每日给小儿服用3次。如果缓解小儿腹胀的现象，要先对小儿的具体病情情况进行分析，根据分析结果进行对症治疗，可以采用肛管排的方法；如果是因为中毒性肠麻痹导致小儿出现腹胀的现象，可以采用酚妥拉明，对小儿进行静脉滴注，每4~6h重复滴

注1次。

其他配合治疗

饮食治疗

对小儿继续进行母乳喂养，多鼓励小儿要进食；对于腹泻非常严重的小儿，或者是呕吐现象比较严重的患儿需要暂时为小儿进行禁食，禁食时间为4~6 h，在禁食的过程中一定要保证小儿体内的水分。禁食6 h以上就会逐渐恢复小儿的饮食。

液体治疗

小儿腹泻之后，就要给小儿口服最够量的水，以此来更好的提高小儿体内的液体，可以有效预防脱水现象的发生。对于混合喂养的小儿，可以在母乳喂养之后再给予适量的口服补液盐，或者是补充其他的饮用水。

补锌

对于急性腹泻病小儿，可以进食之后要对小儿进行补锌治疗，对于大于6个月大的患儿，要补充适当的元素，其剂量为20 mg；6个月以下的小儿补充10 mg 锌。

男性生殖系统保养有一套

▲ 什邡市人民医院 李嫻

生殖系统是男性身体最重要的部分之一，保持良好的生殖健康对性健康和生育能力至关重要。然而许多男性往往忽略了自己的生殖健康，因此可能导致许多并发症和疾病。良好的生殖健康取决于饮食、生活方式、医疗条件、职业和许多其他因素。男性生殖系统主要包括阴茎、睾丸、前列腺，如何进行保养是很多男性面临的困惑，常见的方式有以下几种：

良好的生活习惯是基础

一些男性在感受到压力较大时，选择吸烟或喝酒来进行释放，这些方式很容易损伤生殖系统。因此男性在平时的生活中，需要戒烟戒酒，对于性生活需要有所控制。另外，男性还需要注意，减少进行自慰的次数，这主要是因为如果频繁进行自慰，会导致男性身体变得更加虚弱，从而导致其精神出现萎靡的情况，影响男性的休息。

注意生殖器官的卫生

保持生殖器官干净卫生，可以避免很多疾病的产生。每天晚上睡觉之前，男性可以使用清水对于自己的生殖器官进行清洗。夫妻生活过后，也应该及时清洗。如果出现包皮过长的情况，需要选择到正规的医院进行检查和治疗。

穿着要舒适自然

裤子的舒适和透气也会影响到生殖系统。一些男性因为喜欢穿紧身的牛仔褲，导致不透气，经常会对于男性的睾丸进行压迫，还会导致局部温度有所上升，容易导致其精子质量受到影响，最终使男性出现不育的情况。在平时应该多穿一些纯棉以及透气性较好的裤子。

少在高温环境下生活工作

男性所身处的环境对其生殖器官的健康也会有直接的影响。特别是男性长期在高温下进行工作或者生活，会导致男性的阴囊一直处在高温的情况，从而导致精子成活率有所降低，影响男性的生育功能。

有正确的睡眠

平时睡觉的姿势也要注意，尽可能选择仰卧的睡眠姿势。主要是因为男性侧卧的姿势会压挤睾丸位置，十分容易出现精索扭转的情况。而一旦精索出现扭转后，睾丸的营养供给便会出现问题。

多自我按摩

在平时洗澡或者睡觉之前，男性可以对于睾丸进行按摩。男性使用手指将睾丸轻轻地把握住，按顺时针以及逆时针的方向进行按摩。在按摩的过程中，如果男性感受到了异常或者疼痛感，需要及时到医院进行治疗，因为这有可能是由于男性出现了附睾炎或者睾丸炎的情况。

健康的性生活观

一些疾病对男性生殖系统损失非常大，很多都是通过不洁性生活导致，如梅毒、淋病等，往往都是不洁性交导致的。不洁性交不但容易使自己染病，还会把病菌传染给妻子甚至孩子，危害极大，切不可抱侥幸的心理而为之，一定要洁身自好。

饮食搭配合理

男性在平时可以多食用一些具有维生素C的食物，提高使自己的免疫力和抵抗力，有效抵抗细菌以及炎症问题。具有丰富维生素C的食物包括：橙子、胡萝卜、苹果、蔬菜等。

中医认为，肾为先天之本，可以通过食疗来保养男性生殖系统。补肾的食物有黑芝麻、枸杞、核桃、黑桑葚、山药、芡实，可以根据每个人的情况，酌情选择以上的食物，都有补肾的效果。

总之，肾脏的健康说明人体生长，发育，生殖系统的活力。如果肾虚了，就会出现一系列衰老的现象。从营养学的角度讲，一些海产品也有补益作用，比如海参含有丰富的碘、锌等微量元素以及多糖体和蛋白质，可以使男性造血功能得到促进，使男性的衰老得以延缓，对于受损组织可以进行再生以及修复等功能。

心律失常的防治措施

▲ 绵竹市人民医院 刘永康

心律失常是指患者心脏冲动的起源部位传导异常，如心搏频率和节律等出现异常的情况。这些因为患者器质性心血管病、药物中毒、电解质或者酸碱失衡等因素而出现的一种疾病或症状，都被称为心律失常。还有一部分患者出现心律失常是由于患者植物神经功能紊乱导致的。心律失常可单独发病，亦可与其他心血管病伴发。其预后与心律失常的病因、诱因、演变趋势、是否导致严重血流动力障碍有关，可突然发作而致猝死，亦可持续累及心脏而致其衰竭。

心律失常有哪些表现

患者出现心律失常主要的表现形式有心动过速、过缓,或者传导阻滞、心脏停搏等情况。

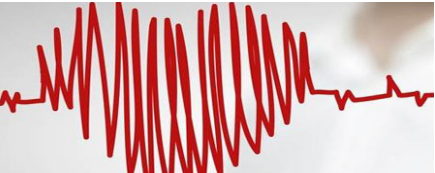
患者出现心律失常后，都有可能会使患者的冠状动脉血流量出现降低的情况。最经常看到的心律失常表现是患者出现心慌或者心悸的反应，经常会感到心跳加快，或者心跳紊乱的情况，有一些患者还会出现失重感，但也有一些患者会感到乏力。如果是严重的心律失常，患者还有可能会出现头晕，眼前发黑甚至意识突然丧失等情况。据不完全统计，还有一部分患者会出现猝死的情况。除了有可能出现和心脏相关的症状之外，还有可能会出现栓塞的症状，特别是卒中 的症状。

早搏是患者心律失常的一种常见症状，该症状一般危害性较小，大多数患者不会出现严重的症状，只是感到胸部心跳有力，或者有心跳略快、停跳的现象。早搏可能在任何年龄阶段出现，除了器质性心脏病以外，患者如果精神压力较大，或者运动量较大的时候也会有早搏出现，因此患者感到自己出现早搏时，应该对于自己的生活规律进行一定的调整。

心律失常的治疗措施

患上心律失常后，该如何治疗呢？

1、首先，患者要将诱发心律失常的原因进行消除，从而达到减少甚至于避免出现



心律失常的出现。

2、对心律失常进行有效的控制，并且恢复正常节律。患者出现心动过速或者期前收缩，需要恢复成正常窦性心律，这不仅可以有效地将症状消除，而且能避免出现更严重的心律失常、或者心功能不全。

3、要预防心律失常的复发，如果患者无法有效的治疗，那么需要采取适当的药物治疗，从而减少病症反复发作。

4、目前主要的药物治疗是抗心律失常药物，分成抗快速心律失常药物和抗缓慢性心律失常药物两种。

（1）抗快速心律失常药物主要是针对患者期前收缩，心动过速等症状。其中包含四种：①钠通道阻滞剂；②β受体阻滞剂；③钾通道阻滞剂；④钙通道阻滞剂。

（2）抗缓慢性心律失常药物则主要是对于患者出现心动过缓或者传导阻滞的症状进行治疗，这其中包含了M胆碱能受阻剂以及β受体激动剂。但是需要注意的是，所有的抗心律失常药物都有一定的致心律失常的作用，所以患者需要在医生的指导下进行服用。

5、注意事项

（1 ）患者需要注意休息，避免出现过度疲劳和兴奋地情况，从事的体力活动要恰当，同时患者最好可以学会自己数脉搏，如果出现大幅度变化，或者失去了正常的节奏，要尽快到医院医治。

（2）患者还要定时进行电解质的检查，特别是出现腹泻或大量出汗，更要注意是否出现了电解质紊乱。

（3）患者需要注意自己的饮食，例如有高血压或者冠心病的患者，需要使用低盐低脂的饮食。