

手足口病的科学预防

▲ 崇州市人民医院 邓骥

手足口病是一种全球性的传染性疾病，世界上绝大多数地区都存在手足口病流行的情况。手足口病主要是由肠道病毒细菌所导致的传染性疾病，在5岁以下的儿童较为多见，会导致儿童的手、足以及口腔等多个部位出现疱疹。部分患儿有可能会

会出现心肌炎和肺水肿等相关的并发症，个别严重患者如果病情发展的速度较快时，甚至有可能

会导致患儿出现死亡的情况。一般情况下全年都会出现该病症，在五月到七月时为疾病的高发时期。

当前人们首先需要对于手足口病的传播方式有所了解。

手足口病的传播方式

- 1、体表传播，一般情况下，手足口病会通过一些被病毒所污染的毛巾或者手绢等物品进行传播，被患者所接触过的公共器械也会出现体表传播。
- 2、呼吸道传播，如果患者的分泌物，例如飞沫等都有可能会导致出现呼吸道传播的

情况。

3、饮食传播，如果饮用或者食用患者所接触污染过的水源或者食物，亦或者被带有病毒的苍蝇叮爬过的食物，都有可能会导致出现饮食传播的情况。

手足口病的症状

绝大多数情况下手足口病的特征性病变为患儿出现口轻溃疡性损伤和皮肤出现斑丘疹。一般情况下，患儿出现的症状会比较轻，在发病时，经常会在早期出现发烧的情况，患儿的手掌以及脚掌心，都会出现斑丘疹和疱疹，其疹子的周围会伴随发红的现状。有的患者会伴随咳嗽、流涕以及食欲不振、恶心等相关症状。少部分患者如果在病情十分严重的情况下，有可能会

会出现脑炎、脑膜炎、心肌炎和肺炎等并发症，如果没有进行及时的治疗，有可能会危及患者的生命安全。

手足口病的注意事项

一般手足口病在呈现爆发性的流行之后，会出现零散的发散情况。在病情流行期间，幼儿园以及托儿所等具有大量儿童的场所易出现集体性的感染。由于医院门诊的交叉感染以及在口腔器械清理不及时不严格的情况下，也有可能会出现感染传播的情况。由于手足口病传染性较高，传播途径比较复杂，具有流行强度大，传播速度快，因此在短期中便会造成较大范围的流行情况。所以需要家长以及教师需要加强对于手足口病的预防以及治疗。

手足口病的预防措施

1、个人预防措施

- （1）在吃饭之前，在上厕所或者外出之后，家长或者教师需要给儿童进行洗手。不能让儿童喝生水，食用一些生冷
- 的食物，并且要尽可能避免和患病儿童进行接触。
- （2）家长和教师在与儿童接触之前，给婴幼儿替换尿布以及处理粪便之后，自己也需要通过使用肥皂以及洗手液等进行清洗，并且

慢性肾炎的检查与诊断

▲ 邛崃威高肾病医院 徐进

随着人们生活质量的不断提高，慢性肾炎发病率逐年上升，导致患者生活质量急剧下降。慢性肾炎临床症状主要有水肿、血尿以及高血压等，发病方式有一定差异性，并且病情发展缓慢，会使肾功能逐渐减退，最终发展成为慢性肾衰竭的一组肾小球病。

慢性肾炎临床表现

普通型。普通型慢性肾炎较为常见，病情相对较为稳定，主要表现为中度或者轻度水肿，其病理变化主要是以IgA肾病为主，非IgA系膜增生性肾炎，膜增生较为常见。肾病性大量蛋白尿。一些患者在临床中还会表现为肾病性大量蛋白尿，其病理主要分为膜性肾病、微小病变型肾病以及局灶性肾小球硬化等。

高血压型。慢性肾炎患者在临床中会出现中度高血压，以舒张压升高较为明显，伴有眼底视网膜动脉细窄等现象，一些患者会发生出血或者絮状渗出物，其病理主要是以弥漫性增生与局灶节段肾小球硬化为主。

急性发作型。患者在病情稳定的情况下，因一些因素的影响，如感染、劳累等因素，潜伏期较短，逐渐向尿毒症方向发展，或者反复发作，导致肾功能有较大减退，其病理变为肾小球硬化、弥漫性增生，以此出现明显间质肾炎与新月体。

慢性肾炎的常规检查

临床上对慢性肾炎的检查主要是以下几种主要方式：

- （1）尿液检查。慢性肾炎在发病的过程中，尿液指标出现异常，其中蛋白尿是对慢性肾炎进行诊断的主要依据。较多患者会出现血尿，一些患者有间发性肉眼血尿；
- （1）肾功能检查。较多患者会出现肾小球滤过率降低，早期表现为肌酐清除率不断下降，而后血肌酐逐渐升高，在此过程中伴有肾小管功能有不同程度的减退，比如近端肾小管重吸收功能降低与远端肾小管尿浓

缩的功能减退。

慢性肾炎诊断

慢性肾炎的诊断过程中，应当与以下疾病进行有效鉴别：①继发性肾小球肾炎。比如过敏性紫癜肾炎、狼疮肾炎等，这就需要根据特异性实验室与系统表现进行针对性检查，以此对不同慢性肾炎进行有效鉴别；②遗传性肾炎。遗传性肾炎一般情况下出现在青少年人群，患者一些器官会出现不同程度的异常，比如耳、眼以及肾等，并且患者有家族史；③其他原发性肾小球病。其他原发性肾小球病主要有隐匿性肾小球肾炎与感染急性肾炎，其中前者主要表现为蛋白尿与血尿，肾功能减退。后者起病急促，应与慢性肾炎进行有效鉴别；④原发性高血压肾损伤。原发性高血压肾损伤患者会出现高血压，其后出现肾损伤，其中远端肾小管功能损伤与肾小球功能相比较早，只有少量蛋白，一般情况下会有高血压的其他靶器官并发症。

慢性肾炎治疗

- 控制高血压。在对慢性肾炎进行治疗的过程中，需预防肾功能减退，并对受损肾功能进行有效的改善。在治疗期间，降低患者钠盐的摄入量，并在此基础上对蛋白质与含钾食物进行控制。患者常用降压药物有长效钙通道阻滞剂、利尿剂等。
- 减少尿蛋白。慢性肾炎患者
- 在治疗期间应当减少尿蛋白，这对肾功能的提升具有较大促进作用，主要是因蛋白尿与肾功能减退有较大关系。此外，ARB与ACEI也具有较好的降低尿蛋白作用，所使用的药物剂量应当高于降压药物剂量，但是在此过程中需要有效预防血压的发生。
- 限制磷摄入。控制患者磷与低蛋白食物摄入，能够有效减少肾小球高灌注与高压，
- 以此使肾小球硬化得到有效延缓。肾功能不全氮质血症患者需要控制蛋白质与磷的摄入量，可达到较好的治疗效果。

哮喘的常见治疗方法

▲内江市第二人民医院 朱艳

哮喘全称为支气管哮喘，是一种慢性的气道疾病，气管之中出现的慢性炎症反应是其

主要特征。在生活中哮喘的发作以反复的喘息、咳嗽、胸闷气短最为常见，发作时间多在夜间和凌晨。

（一）哮喘的类型

- 1、运动型哮喘。运动引起气管刺激带来的哮喘，运动的种类、持续时间与强度都与哮喘发作有着直接关系。运动型哮喘的发作以短期急性为特征，大多数患者都能够自行缓解。
- 2、药物型哮喘。例如β受体阻断剂、阿司匹林、头孢类药物引起的药物性哮喘，病情轻重不定，长短期皆有。
- 3、职业性哮喘。与职业特质有关的哮喘，例如在化工行业长期工作，与合成纤维等长期接触引起的哮喘。往往在工作之后发生气促胸闷等现象,经常伴有鼻炎和结膜炎的症状。在离开工作场所之后会有所缓解，但经常需要使用药物缓解。
- 4、过敏性哮喘。过敏性哮喘是过敏反应引起的病症之一，经常由于过敏原引发的一系列疾病，伴随有过敏性鼻炎等。表现为打喷嚏、咳嗽、鼻涕、胸闷甚至呼吸困难等情况，严重者甚至因为过敏窒息昏迷。

（二）哮喘的有效治疗

- 1、药物治疗，哮喘无法根治，但是能够通过药物治疗来缓解症状，药物治疗也是最好的治疗方法。控制性药物是需要每日坚持服药,用于较为严重甚至威胁生命的哮喘症状，通过抗炎作用组织炎症反应引发哮喘。但如吸入性糖皮质激素、全身用激素等激素治疗对人体影响较大，使用激素治疗也要伴随有缓释茶碱、抗IgE单克隆抗体等有助于减少激素治疗用量的药物。
- 最常见的哮喘药物为缓解性药物，常常让哮喘患者随身常备，特别是能够适用于儿童哮喘的缓解。缓解性药物又被称为急救药

要将污物进行妥善的处理。

（3）儿童所使用的水杯、婴幼儿所使用的奶瓶或者奶嘴，在使用之前以及之后都需要进行充分科学的清洗。

（4）在手足口病流行时期，家长或者教师不能把儿童带到人群集聚场地，或者空气流通比较差的公共场所之中，不要和其他的儿童进行接触。如果患儿处于较轻的情况，不需要到医院居住，只需要在家进行休息以及治疗即可，从而避免出现交叉感染的情况。

2、医疗机构的预防措施

（1）在手足口病流行的期间，医院需要进行预检分诊制度,并且要专门准备一个科室，对疑似手足口病患者进行分诊接待。出现发热以及出疹的患儿要引导其在专门的科室进行治疗，对于候诊以及就诊的区域要进行彻底消毒。

（2）医生以及护士在对于患儿接触诊疗之后，应该认真洗手以及消毒，避免出现交叉感染的现象。

物，通过吸入性的气雾迅速接触支气管的痉挛症状，缓解哮喘病症。以速效吸入剂为主，吸入激素类、短效茶碱或吸入性抗胆碱能药物，对人体影响较小。

2、急性发作治疗。药物治疗虽然最为直接有效，但是同样也要在急性发作时期首先缓解症状。当哮喘轻度发作时，使用沙丁胺醇或者间羟舒宁等气雾剂瞬间吸入，能够在

一分钟左右起到作用。口服药物虽然也有效用,但是在不停地咳嗽时难保不会吸入气管，反而会增加危险性。

中度哮喘发作时，上述的支气管舒张剂仅仅能够改善部分的症状，这是就需要更为强效的布地奈德气雾剂配合吸入。中度哮喘的急性发作往往会出现在夜间哮喘发作时的症状加剧，在防止夜间哮喘发作时，就经常需要考虑服用长效控制性药物，如长效缓释型茶碱等，防止夜间突然的支气管痉挛。

重度哮喘发作是在用尽居家能够找到的方法之后,即当激素药物已经无法控制病情时，立即送往医院进行急诊。

3、急诊治疗。急诊治疗的哮喘病患者以重症为主，有部分中度哮喘的患者居家没有激素类药物，送往急诊是非常明智的做法。急诊治疗首先需要明晰患者的病因，例如在呼吸道感染引发的哮喘，就需要使用抗生素进行治疗；过敏引发的哮喘，就要进行抗过敏药物的静脉滴注如地塞米松等。其次需要进行对症治疗，部分重症哮喘患者呼吸困难,应保证呼吸畅通，逐步稳定呼吸，给予吸氧。对于几乎无法自主呼吸的患者，及时进行机械通气。如果有喘息病症，则应当给予解痉平喘治疗，通过病症进行治疗，缓解哮喘的风险。

临床上哮喘的治疗思路是当患者自知哮喘时，随身常备哮喘药物。当哮喘发作时，依照症状的不同首先使用支气管舒张剂，之后使用糖皮质激素缓解症状。当症状无法缓解，则及时送往急诊治疗。