

# 孩子“二阳”了怎么办?

## 需重点关注超高热惊厥急性喉炎等情况的应急处理

本报讯(记者刘雅玲)近期,二次新冠感染的人群有所增多,特别是儿童群体让家长担心。对此,珠海市妇幼保健院急诊科副主任何忠、急诊科主治医师曾立忠提醒广大家长,如果孩子“二阳”了,需要重点关注超高热、惊厥、急性喉炎等情况的应急处理。

### ► 超高热

据了解,发热仍是这次“二阳”的主要症状之一,且存在部分孩子出现超高热(41℃以上)的情况。何忠提醒,当孩子出现超高热时,需进行紧急处理,及时将体温降至38.5℃及以下,主要采用物理和药物降温措施,其中物理降温包括冷敷、冰敷、降温毯、冰袋、冰帽等方法。

他介绍,使用药物降温时,≥2月龄、腋温38.5℃,或因发热出现了不舒适和情绪低落的发热儿童,推荐口服对乙酰氨基酚,剂量为每次15mg·kg,2次用药的最短间隔时间为6小时;≥6月龄儿童,推荐使用对乙酰氨基酚或布洛芬,布洛芬的剂量为每次10mg·kg,2次用药的最短间隔6-8小时;2月龄以下婴儿出现发热,建议带患儿到医院就诊。

何忠提醒,在退热处理观察期间,应注意休息,多喝温水,进食清淡容易消化的食物,穿宽松的衣物,千万不要用捂热出汗的方式。

### ► 惊厥发作

“据医院急诊统计,5月以来,在发热过程中出现惊厥发作的儿童共119人。”曾立忠介绍,大多数的儿童热性惊厥发作时间较短,多在3-5分钟内自行停止。他建议,如果孩子发生热性惊厥,应该让患儿平卧,头偏向一侧,保持呼吸道通畅,防止呕吐引起误吸;在孩子抽搐过程中尽量少搬动孩子,减少不必要的刺激;及时送往医院就诊。

曾立忠提醒,惊厥过程中不要往患儿口中硬塞东西;不要用力按压患儿肢体,以防造成损伤;不要喂药、喂水,以免阻塞呼吸道;惊厥缓解后也不能掉以轻心,必须去医院检查。

### ► 急性喉炎

据称,感染新冠的孩子,尤其是小婴儿,容易出现急性喉炎症状。儿童急性喉炎是指由病毒或细菌感染导致喉部黏膜的急性炎症。儿童(尤其婴幼儿)因小儿喉部解剖特点喉管本就狭窄,局部

充血、水肿容易导致喉部出现呼吸困难。

何忠介绍,急性喉炎临床表现主要包括:犬吠样咳嗽,由于喉头充血、水肿,咳嗽时发出的声音有别于一般的咳嗽,像小狗的“汪、汪”叫声,家长听到这种咳嗽声要想到喉炎可能;许多急性喉炎患儿都会出现声音嘶哑的现象,甚至不能发声,在哭闹时尤其明显。

此外,有些患儿会有喘鸣、吸气型三凹征,出现气道梗阻时,孩子呼吸时可能会伴随杂音,即“喘鸣”,喉梗阻越严重,进气量越少,喘鸣的响度可能更低。同时,患儿吸气时伴有锁骨、胸骨、肋间内陷的情况,即为吸气型三凹征,为患儿呼吸费力的表现,这时孩子随时可能出现呼吸衰竭。

何忠提醒,家长发现孩子有以上症状,要尽量安抚孩子,大声哭闹可能会加重孩子的喉梗阻,可以通过拥抱、小声聊天、观看视频等方式来缓解孩子的情绪。通常如果病情较轻,医生会进行常规的给药及雾化等对症处理。如果孩子出现了烦躁、呼吸困难、吸气时有杂音等二度及以上喉梗阻则提示严重的情况,应尽快到医院就诊。

# 孩子耳廓畸形怎么办?

## 专家提醒要及时就医



医生为患儿进行耳廓塑形手术治疗。 本报记者 程霖 通讯员 姜鑫 摄

本报讯(记者刘雅玲)耳朵作为五官之一,不仅是掌管听觉和平衡的重要器官,还是构成面部外形完整的重要组成部分,耳朵的美观性和对称性在头面部审美中有着重要的作用。

6岁的小天(化名),因先天性双耳耳廓畸形导致生活备受困扰。不久前,家人带他来到中大五院就诊。经检查评估,耳鼻咽喉头颈外科冯韶燕主任医师表示,患儿右耳耳廓畸形较之左侧更为明显,可以先进行右耳耳廓塑形术,待恢复后再行左耳手术。

冯韶燕介绍,先天性耳廓畸形作为一种常见的先天性体表缺陷,很可能对孩子心理发育产生不良影响。随着孩子年龄的增长,当他注意到自己的耳朵异于常人,或是受到他人异样的眼光和嘲讽时,容易产生自卑、敏感、焦虑甚至抑郁等负面情绪,严重的还会引发社交障碍、自闭等心理疾病。

经过反复沟通和讲解,患儿及其家属表示知情理解,接受了右耳耳廓塑形手术治疗。术中,冯韶燕主任医师及其团队发现患儿畸形耳廓软骨呈向前卷曲状态,于是根据患儿自身的软骨特点,专门为其设计了最佳手术方案——取患儿右耳耳甲软骨支撑起柔软畸形的耳轮软骨,用可吸收缝线缝合定形,将患儿耳廓重塑至正常形态。

冯韶燕表示,耳廓形态复杂,包括三角窝、舟状窝、耳轮、对耳轮、耳甲腔等多个细微结构。针对不同类型先天性小耳畸形选择相应的术式,是手术成败的关键因素之一。理想的耳廓再造应充分分析利用残耳的组织,并将自体组织灵活地与再造部分完美对接,才能使再造的耳廓浑然一体,达到好的效果。如何利用小耳畸形局部的皮肤、残耳组织和自体软骨,构建具有良好外形和立体结构的耳廓,一直是耳科治疗领域的难点。耳科医生不仅要重视听力康复,也要重视耳朵形态美观修复,更好地为患者排忧解难。

“对于耳廓畸形程度较轻的新生儿,因耳廓软骨柔软易塑形,早期实施非手术方式矫正可取得较满意疗效。”冯韶燕介绍,非手术方式矫正需在新生儿出生后的前3个月内进行,才能取得一定效果,且7天内开始治疗效果最佳;对于错过最佳非手术矫正时机的患者,则需要进行手术治疗。考虑到耳廓畸形对患儿心理方面的影响,建议在患儿学龄前进行矫正最佳。

最后,冯韶燕医生提醒,当发现孩子耳朵异于常人时,家长第一时间要做的,就是带孩子前往正规医院就诊咨询,根据专业医生的建议,选择最优的治疗方案,保护好孩子的美好童年。

# “心梗发作”到底是怎么回事?

## 珠海专家为您科普

本报讯(记者刘雅玲)现在患心梗的年轻人越来越多,很多患者在发病之前没有任何征兆,一旦过度劳累或外界刺激,就会成为心梗发作的“最后一根稻草”。对此,珠海市第三人民医院心血管内科主任医师何皓提醒,心梗属于“又急又重”的凶险急症,除了遗传易感性因素外,也与年轻人的生活方式有关,心梗如果没有得到及时救治,随时可危及生命。

### 诱发急性心梗的因素有哪些?

首先是过度劳累和压力过大,年轻人长时间熬夜、连续超时工作、过度疲劳或超负荷的体力劳动,会让心脏持续处于高负荷运转的状态中,容易诱发心梗。现在生活节奏明显加快,焦虑无处不在,压力无法缓解,精神高度紧张,交感神经极度兴奋,是诱发心梗的重要因素。

其次,长期吸烟和饮食不健康也易诱发心梗。不论是主动吸烟还是被动吸烟,

通过多种机制共同作用,都会诱发心梗。吸烟时间越长、吸烟量越大,几率就越高。爱吃油腻食品、甜食,大量饮酒,经常性暴饮暴食等这些不良饮食习惯,增加了心梗的发作风险。

此外,气温急剧变化,特别是当天气突然变冷,很容易导致血管收缩、血压升高,从而诱发心梗。

### 什么征兆可能是急性心梗发作?

何皓医生表示,急性心梗发作最典型的症状就是“胸痛”,常常在安静的时候,在胸骨后或心前区突然发生绞榨性或压迫性、紧缩感或烧灼样的剧痛,疼痛持续的时间超过15分钟,达到数小时,甚至几天。除了胸痛之外,胸骨后有明显发闷紧缩的感觉,像一块石头压在胸口,喘不过气来,呼吸困难。

他提醒,一些疼痛会放射到左肩、左臂或背部,还有一些患者没有胸痛,反而表现为牙痛,特别需要注意;有

些可能表现为上腹部疼痛伴恶心、呕吐,很容易被误诊为其他病症;胸痛还会伴有面色青紫或苍白、烦躁不安、出冷汗等症状,有些患者还会突然晕厥,不省人事。

### 急性心梗发作时应该怎么办?

何皓医生建议,任何怀疑有急性心梗的人,在到医院之前,都应该做到以下几点:稳定情绪、安静休息,避免再受刺激而加重病情;不论在何种场合,都应停止正在进行的活动,选择一个感到舒服的体位,可以躺下,也可以坐着,不可再增加活动量;立即开窗通风,保持室内空气新鲜,同时解开衣领、皮带,保持呼吸通畅。

他同时提醒,如有条件,应立即吸氧;身边有阿司匹林或硝酸甘油等药物,可酌情使用,尝试缓解不适症状;拨打急救电话120,赶快到有抢救条件的医院救治,时间越早,抢救成功率越高,治疗效果越好。

# 如何集中专注力放下焦虑?

## 儿童心理健康讲座进社区

本报讯(记者康振华)为了营造良好的心理健康氛围,引导学生树立正确的健康观念,提高学生心理健康的意识,5月27日,梅华街道富华社区党委、富华社区妇联联合珠海市蓝海社会服务中心在社区新时代文明实践站举办从“心”出发 共“童”成长——庆“六一”心理健康知识讲座。

讲座邀请中国心理卫生协会认证心理咨询师、高级家庭教育咨询师洪友玲授课。活动开始,洪老师先带大家一起做“加法减法”的动手练习,引导学生们如何集中专注力,放下焦虑、活跃气氛,为活动增加色彩。接着,洪老师对围绕压力的定义与

过度表现和影响、现代社会中的“斗争-逃避”反应、压力管理的策略等具有实用性的专业内容进行科学讲解。

为了让参与者放松减压,洪老师还指导大家体验了“冥想减压练习”,积极心理学——感恩训练等。在洪老师轻柔的声音中,大家闭上双眼,放松身心,用身体的每一个细胞感受身边静谧的环境。每位同学都在用自己的内心感受世界,放空大脑,安然地冥想着……通过本次心理健康教育,提高了学生的心理素质,鼓励学生用积极乐观的情绪面对生活,助人助己,提升自信。