



问问健康

如果你有任何健康方面的问题,请发邮件至 yjg@xxsb.com,或移动用户编辑短信“YJG# 短信内容”发送至 1065730234207,请尽量将症状说详细些,我们将请专家为你解答。代表性问题将刊登在周一见报的“医健馆·问健康”中。

抗生素不抗秋季腹泻

国庆长假,医院急诊室什么样的病号最多呢?根据中山一院、中山二院的接诊情况来看,儿童病号明显增多,这些小病号们多是感冒、发烧和腹泻。的确,越来越凉爽的秋季正是小儿秋季腹泻的多发季节。该病的病原体是轮状病毒,在临床上三大特征,即感冒、呕吐、腹泻。

时报记者 徐姗
通讯员 苏育敏



对于秋季腹泻这种病毒性腹泻,要勤洗手,降低感染几率。脱水严重一定要看医生。新华社发

既然把这种腹泻冠以“秋季腹泻”的名字,不仅因为其季节性特征,在秋季容易高发,更重要的是,它不同与其他季节的普通腹泻,从病因,到症状,到治疗都不相同。

关于疾病

6个月~2岁最高危

广东省妇幼保健院儿科主任医师王淑珍指出,秋季腹泻,多发于秋冬季节(南方地区是每年的10月到次年的1月),这种腹泻由轮状病毒感染引起,有传染性。6个月至2岁间的婴幼儿是最主要的易感人群。

秋季腹泻是一种传染病,可以通过消化道和呼吸道感染而致病。成人一旦接触到轮状病毒,在不卫生的情况下给宝宝喂东西吃,病毒就会进入宝宝体内。另外,宝宝接触患病的孩子,或空气中有病毒,也会被传染。

抗生素不抗病毒

孩子患上秋季腹泻后,王淑珍建议家长要仔细观察病情,勿乱用药。抗生素的作用是杀灭细菌。对这种由病毒引起的秋季腹泻是不起作用的,相反还可能造成小儿肠道正常菌群失调,加重腹泻症状。

关于治疗

宝宝只有腹泻,没有呕吐

如果排泄物中水的分量不大,孩子手脚不软,精神尚可,家长可在家给孩子喝温糖水或米汤,或是到药店买些口服补液让孩子喝,以补充水分。

如果排泄物中水的分量,尿量明显减少,就要马上到医院就诊,防止脱水

宝宝腹泻,还伴有呕吐、发热

量好体温,及时到医院就诊。若有大便可采样带往医院检查,以明确病因、对症下药,并在医院静脉注射补液。

不食生冷,但用不着禁食

不少家长有这样的认识误

区,认为孩子腹泻后什么都不能吃。事实上,禁食和挑食更不利于宝宝体力的恢复。王淑珍认为,腹泻后不要吃生冷的食物和难消化的食物,但是不能禁吃主食。相反,按医嘱服药或静脉注射补液后,家长要注意为孩子补充营养。6个月至1岁的孩子,平时多

以牛奶或母乳、米糊等粘稠食物为主食,腹泻后完全可以按照正常饮食。总之,腹泻期间要鼓励进食,给宝宝吃营养丰富、容易消化的食物,一直坚持到腹泻停止后2周。宝宝腹泻期间,也可以暂时停止吃一部分辅食,如肉、蛋等,等腹泻减轻再开始食用。

关于预防

眼下正是秋季腹泻肆虐的时候,王淑珍给家长下列建议预防秋季腹泻:

- 不要带宝宝到人的公共场所去,避免接触患腹泻的孩子。
- 宝宝使用的玩具,能够触摸到的家具,都要勤用清水冲洗。
- 喂宝宝吃奶或吃饭前,一定要洗干净手。
- 预防感冒,感冒会导致宝宝抵抗力下降,容易被轮状病毒侵袭。



今日提点

关键点:幽门螺旋杆菌、胃病传染

当心会传染的胃病!

胃病到了秋季属于高发时期,原本有胃病的人,天气变冷容易发作。如果你有家人患上了胃病,你也得做好卫生防护了,有一种胃病是会传染的。

这种叫幽门螺旋杆菌的病菌会造成多种胃病,如慢性胃炎、胃溃疡、十二指肠溃疡等,并且,它的传染性比较强。80%的家人也会受到传染。

传播的主要方法是用餐,大家同一桌上吃饭,这种细菌可能会粘在筷子上而被吃到肚子里。

如果你已经感染胃病,特别是口腔异味非常严重(感染幽门螺旋杆菌的标志之一),应立即实行分餐制,并带家人接受检查。

时报记者 徐姗

问健康

奶水没有了催也催不出

我刚生完小孩1个月,考虑到工作问题,孩子出生不久我就给他喂养了配方奶。现在奶粉出问题,我想恢复母乳喂养,但一点奶都没有了,还有什么方法可以催奶吗?

读者:陈小姐

陈小姐:

很抱歉,已经晚了。一点奶都没有的情况下,无论你采用何种方法,永远无法出奶。

市妇婴医院保健中心林穗方介绍,生后半小时内就要让新生儿吸吮两侧乳头,宝宝吃奶后,妈妈血液中的催乳素会成倍增长。这是因为宝宝吮吸乳头,可促进妈妈脑下垂体分泌催乳激素,从而增加乳汁的分泌。

但如果不及早建立这种刺激,就会导致母乳越来越少,最后完全消失。这个过程具体有多长,因人而异,但非常迅速。

如果你现在还有一点奶,不管多少,可以尝试让宝宝多吮吸,奶水是越吸越有的。但如果一点都没有了,那用任何方法都不会再有奶了。

小编的话:

对于你所提的问题,医师只能根据描述,告诉你一些参考信息,以便方便你找到检查的方向。从古代至今,有病看大夫天经地义,望闻问切才能对症治疗。有病看医生才是首选。

时报记者 徐姗

医学词典

非炎症成人痘 挤破康复快

跟痘痘盛行的夏季相同,有秋燥的秋季也是痘痘喜爱萌发的时节。秋天的风大,空气干燥,容易夺走人体水分,失水会使角质增厚,造成阻塞毛孔形成痤疮。成年人暗疮最喜欢挑下巴、鼻、

唇的周围,恰恰是最敏感的三角区,这里的痘痘常让患者有疼痛感。

脸上长了红疙瘩,手总忍不住去挤压挑破,或很多人知道痘痘不能随便挑,这都不太恰当。广医三院

皮肤科副主任翁智胜提出,炎症性痤疮不能挤,如果伤口破在里面,痘痘会肿胀,而伤口破在皮肤外,则容易留下永久性凹疤。而非炎症性痤疮则挤掉之后康复更快。你属于哪种呢?对照左下表判断。

内分泌失衡成人长痘

另外,翁智胜说,痘痘发作相关因素非常多,它的成因复杂,跟内分泌(精神状况)、生活环境密切相关,比如饮食习惯,有些人喜欢吃鸡、鱼,比较发痘。常饮酒,常食麦当劳等油炸快餐食品,常熬夜等。另外,城市粉尘多,生活环境污染,护肤品堵塞毛孔等也是诱发原因。但解除了这些干扰因素,也并不一定能去除痘痘。严重长痘,建议上医院接受治疗,查明原因。

链接 蔡依林“痘”风波

早前,蔡依林疯狂冒痘,甚至被媒体讽为“烂脸”,不得不求医。经过检查,医师发现,蔡依林是脸部过敏引发痘痘问题,最终发现,她经常亲密解除的宠物狗 Whoo-hoo 是罪魁祸首。其验血报告证实,蔡依林对狗毛、尘螨、蛋白、蛋黄和蟑螂5种物质过敏。

蔡依林只得减少跟宠物脸对脸亲热。此外,她也去买空气清净器,希望能杀死空气中的尘螨,保持住家的整洁和清新,至于蛋白、蛋黄等食物,则以少吃来控制。时报记者 徐姗

名词:成人痘

症状:早过青春期的成人冒出的痘痘。可能是一串的红肿包,摸起来疼痛;或者顽固地出现在同一个地方——比如下巴或额头;又或者东一个西一个地冒个不停。

释意:它实质与青春痘一致,医学上都称为痤疮,只不过发病缓后或延后。成人痘则是与内分泌失衡关系更大。

