

小儿腹泻的护理小贴士

□ 郭华芳

亲爱的家长们,今天我们来聊一聊一个让许多新手父母都感到焦虑和困惑的话题——小儿腹泻。当看到我们的小宝贝因为腹泻而频繁跑厕所,小脸苍白无力时,我们的心也跟着揪了起来。但请放心,只要掌握了正确的护理方法,我们就能帮助孩子们顺利度过这段难熬的时光。接下来,我将从几个关键点出发,用简单易懂的语言,为大家详细讲解小儿腹泻的护理之道。

一、认识小儿腹泻:了解病因,心中有数

首先,我们要对小儿腹泻有一个清晰的认识。腹泻,顾名思义,就是孩子的大便次数明显增加,且大便的质地变得稀薄如水样或糊状,甚至可能带有未消化的食物残渣。更严重的情况下,孩子还会伴随发热、呕吐、腹痛等症状,让家长忧心忡忡。深入探究其病因,我们会发现,除了常见的饮食不洁、腹部受凉和消化不良外,还有如轮状病毒等病毒感染引起的腹泻,以及由细菌如大肠杆菌等引起的感染性腹泻。这些病因的了解,不仅能帮助我们更好地预防腹泻的发生,还能在腹泻出现时,迅速判断病情,采取正确的应对措施。

二、观察病情,及时采取行动

一旦发现孩子出现腹泻症状,我们要做

的第一件事就是仔细观察。观察孩子的精神状态是否良好,是否有发烧迹象,以及大便的颜色、形状和气味是否异常。如果孩子只是轻微腹泻,精神状态还不错,我们可以先在家进行初步的护理和观察。但如果孩子腹泻严重,伴有高烧、呕吐不止、精神萎靡或血便等严重症状,那么我们必须立即带孩子去医院就诊,以免延误病情。

三、调整饮食,呵护肠胃

腹泻期间,孩子的肠胃功能相对较弱,因此我们需要特别注意孩子的饮食。对于母乳喂养的宝宝,可以继续母乳喂养,因为母乳中的免疫成分有助于孩子抵抗病毒。但妈妈自己要注意饮食卫生和清淡。对于配方奶喂养的宝宝,可以适当稀释奶粉以减轻肠胃负担;如果腹泻严重,医生可能会建议暂时换成无乳糖奶粉。对于已经添加辅食的宝宝,则要暂停新添加的辅食,只给孩子吃之前吃过的、容易消化的食物如稀粥、烂面条和煮熟的苹果泥等,并避免高糖、高脂肪和生冷食物。

四、补充水分,预防脱水

腹泻时,孩子体内水分和电解质的快速流失是导致脱水的主要原因,这对于年幼的

宝宝来说尤为危险。因此,及时、有效地补充水分和电解质是腹泻护理中的重中之重。除了口服补液盐这一专业且高效的补水方式外,白开水也是不错的选择。家长应鼓励孩子多喝水,但切记要遵循少量多次的原则,避免一次性大量饮水加重肠胃负担。此外,还要特别注意避免给孩子饮用含糖饮料,因为这类饮料不仅不能有效补充体内所需的水分和电解质,反而可能因高糖分而加重腹泻症状,甚至引发其他健康问题。在补水的同时,密切观察孩子的尿量、精神状态和皮肤弹性等脱水指征,以便及时调整补水方案。

五、皮肤护理,保持清洁干燥

在腹泻期间,孩子娇嫩的皮肤成为了另一个需要我们细心呵护的重点。频繁的排便不仅增加了屁屁清洁的难度,还容易导致皮肤红肿、疼痛,甚至破皮。因此,除了每次大便后及时用温水清洗并轻柔擦干外,我们还应选用温和和无刺激的婴儿专用湿巾或纱布进行擦拭,以减少对皮肤的摩擦。涂抹护臀膏时,要选择含有天然成分、具有隔离和修复作用的产品,轻轻涂抹一层即可,避免过多造成油腻感。同时,为了保持屁屁的干燥,我们可以适当减少使用尿布的时间,让孩子的小屁屁

有机会暴露在空气中自然晾干,或者使用透气性好的尿布产品,为宝宝的肌肤创造一个更加舒适的环境。

六、心理安抚,给予孩子关爱

除了身体上的不适外孩子在腹泻期间心理上也需要得到更多的关爱和安抚。我们要多抱抱孩子用温柔的话语安慰他让他感受到我们的爱和安全;我们还可以给孩子讲讲故事、唱唱歌或者玩一些轻松的游戏来分散他的注意力减轻他的不适感;对于大一点的孩子我们可以简单地解释他为什么会腹泻以及我们正在做什么来帮助他恢复健康这样孩子会更加配合我们的治疗。

小儿腹泻虽然常见但只要我们家长细心观察,科学护理大多数孩子都能很快康复。预防胜于治疗因此我们在日常生活中要注意孩子的饮食卫生和保暖工作避免让孩子接触过多生冷食物和人群密集的地方以降低腹泻的风险。如果孩子真的出现了腹泻症状也不要过于慌张按照我们今天分享的护理要点去做相信孩子们很快就能恢复往日的活泼可爱了!让我们携手为孩子们的健康成长保驾护航吧!

(作者单位:广西钦州市妇幼保健院)

胆汁反流性胃炎的中西医结合治疗

□ 韩利

胆汁反流性胃炎是消化内科常见疾病,可引起腹部不适、烧心、呕吐等症状,随着病情发展,可引起贫血、消瘦等症状。该病存在恶变倾向,若不及时干预,可发展为胃癌,危及患者的生命健康安全。因此需要尽早采取有效的治疗措施,改善患者的预后情况。目前临床对于该病主要以药物治疗为主,若药物治疗无效的患者可选择手术治疗。但是常规治疗方案的总体疗效不够理想,因此目前有学者采取中西医结合治疗方案,并表现出较好的疗效与安全性。因此文章主要就胆汁反流性胃炎的中西医结合治疗展开探讨。

一、胆汁反流性胃炎概述

胆汁反流性胃炎主要是由于含有胆汁的内容物反流入胃引起的炎症疾病,根据发生原因可分为原发性胆汁反流性胃炎和继发性胆汁反流性胃炎,前者主要是指无胃肠手术或胆系手术史、幽门解剖结构完整,由于胃肠排空或运动障碍引起;后者则是由于胃肠手术或胆系手术引起胃肠排空障碍引起。引起胆汁反流性胃炎的原因较多,包括幽门结构异常、幽门压力降低、括约肌功能

紊乱、胃窦开放时间过长、胃轻瘫、胆系疾病等。吸烟、饮酒、女性、年龄、饮食等因素与该病的发生有密切的相关性。

胆汁反流性胃炎的典型症状为消化不良,多表现为上腹痛或不适、烧心、反酸、恶心呕吐、腹胀、早饱、嗝气、食欲不振等症状,少数患者伴随消化道出血症状,多表现为黑便。胆汁反流性胃炎的总体预后较好,多数患者经过积极治疗可有效缓解患者的临床症状,但是容易复发。病情反复迁延后期可发展为胃癌,因此需要采取积极的治疗措施。

二、胆汁反流性胃炎的中西医结合治疗

目前临床医学对于该病主要是采取药物治疗为主的方案,对于保守治疗无效的患者,可采取手术治疗。临床常用的治疗药物包括:①促胃肠动力药物:此类药物可以促进胃肠排空,减少胆汁在胃内停留时间,从而减少胆汁对胃黏膜造成的刺激反应,并且胃肠排空增强可减少胆汁、胰液分泌,有助于改善患者的临床症状,比较常见的药物为多潘立酮、莫沙比利等。②胃黏膜保护剂:此类药物可以中和胃酸,达到保护胃黏膜的效

果,比较常用的药物为铋剂、硫糖铝等药物。③抑酸药物:此类药物可以抑制胃酸分泌,从而避免胃酸对胃黏膜的侵蚀作用,比较常见的药物为奥美拉唑、兰索拉唑、雷尼替丁等。对于保守治疗无效的患者,可采取胆道分流术、Roux-Y转流术治疗,可以减少胆汁反流,在改善患者临床症状中具有较好的应用价值。

但是常规西医治疗方法不够理想,因此可以在西医治疗基础上加入中医治疗方案,有助于改善患者的预后情况。中医虽然没有这一病名,但是根据患者的临床症状,可以归入“胃脘痛”“呕吐”范畴,中医认为该病的病位在胃胆,主要是由于胆邪逆胃,胃气失和,胆汁随胃气上逆引起。中西医结合治疗该病的主要思路有以下几种:①利胆和胃:中医认为该病的发生原因为胆气逆乱,通过改善肝胆功能有助于脾胃消化,因此可以采取利胆和胃的治疗原则。大柴胡汤出自《伤寒论》,为和解剂。具有和解少阳、内泻热结之功效,可以与莫沙比利联合应用,可以促进胃肠蠕动,减少反流情况发生,改善患

者的临床症状。②酸收和胃:该病的发生主要是由于反流物中存在胆汁酸、胆盐等成分,造成胃黏膜损伤。因此可以使用酸性药物来中和反流液,减轻其对胃黏膜造成的损伤。可以采用和胃平肝丸治疗,该药物由沉香、佛手、木香、檀香、砂仁、豆蔻仁、枳壳(麸炒)、厚朴(姜炙)、川楝子、延胡索(醋炙)、陈皮、片姜黄、白芍、茯苓组成,具有舒气平肝,和胃止痛的功效,可以与铋剂联合应用,促进胃黏膜修复,改善患者的临床症状。总体来说,中西医结合治疗的方法较多,可以结合患者的实际情况选择合适的治疗方案。

近些年来随着社会环境变化,胆汁反流性胃炎的发生率逐年升高,如何提高该病的疗效、改善患者的临床症状成为临床研究的重要课题。常规西医治疗方案在该病治疗中的疗效不够理想,因此可以加入中医治疗方案,可以达到协同治疗效果,改善患者的预后情况,并且中医治疗方案不良反应少,具有较高的安全性,符合临床治疗要求,可促使患者早期恢复正常生活。

(作者单位:河北省武安市北安乡卫生院)

癫痫性精神障碍的症状和防治措施

□ 麦娇林

在我们日常生活中,癫痫这个词或许并不陌生,它常以一种突如其来的抽搐症状出现在人们的视线中。然而,癫痫并不仅仅意味着身体的抽搐,它还可能伴随着一系列复杂的精神症状,这就是我们今天要探讨的主题——癫痫性精神障碍。本文将带您走进这一领域,用通俗易懂的语言,分几个关键点来揭开它的神秘面纱。

一、什么是癫痫性精神障碍

癫痫性精神障碍,简单来说,就是癫痫患者在癫痫发作前、发作时、发作后或发作间歇期出现的一系列精神异常症状。这些症状可能包括意识障碍、幻觉、记忆问题、情绪变化等,严重时甚至可能影响到患者的日常生活和社会功能。癫痫性精神障碍也被称为癫痫精神运动性发作或复杂部分性发作,它主要由脑内颞叶的病变引起,因此也常被称作颞叶癫痫。

二、癫痫性精神障碍的主要表现

1. 发作前精神障碍:在癫痫发作之前,患者可能会出现一系列前驱症状,如焦虑、紧张、易激惹、冲动、抑郁、淡漠等。这些症状可能持续数分钟、数小时甚至数天,让患者预感

到癫痫发作的临近。这些情绪和行为的改变,往往让患者和家属感到不安和困惑。

2. 发作时精神障碍:癫痫发作时,患者可能会出现意识障碍、幻觉、幻听、记忆障碍、强迫性思维等症状。他们可能会看到或听到并不存在的事物,记忆变得混乱,思维被打断或强迫性地重复某些想法。

3. 发作后精神障碍:癫痫发作后,患者可能会经历一段时间的意识模糊、定向障碍和反应迟钝。他们可能无法清晰地认识周围环境,对别人的询问也无法给出准确的回答。此外,部分患者还可能出现幻觉及躁动狂暴行为,这些都需要家人和医护人员的密切关注。

4. 发作间隙精神障碍:在两次癫痫发作之间,部分患者可能会出现慢性精神分裂症样精神病、躁狂抑郁样精神病、癫痫伴发的神经症等。这些精神障碍可能表现为持续的幻觉、妄想、情绪不稳定等,严重影响患者的生活质量。

三、癫痫性精神障碍的成因与机制

癫痫性精神障碍的成因复杂多样,目前尚未完全阐明。但普遍认为,它与癫痫患者大

脑的器质性或结构性病变密切相关。这些病变可能由多种原因引起,如脑外伤、脑肿瘤、脑血管病等。此外,神经元的过度同步放电也是导致癫痫性精神障碍的重要原因之一。当大脑神经元异常放电时,会干扰正常的脑功能,从而引发一系列精神症状。

四、癫痫性精神障碍的防治与预防

1. 药物治疗:药物治疗是癫痫性精神障碍的主要治疗方法之一。患者可以在医生的指导下使用抗癫痫药物和抗抑郁药物来控制病情。这些药物能够减少癫痫发作的频率和强度,从而减轻精神症状。

2. 心理治疗:心理治疗在癫痫性精神障碍的治疗中也扮演着重要角色。通过心理治疗,患者可以更好地了解自己的病情和心理状态,学会应对压力和情绪的方法。此外,心理治疗还可以帮助患者建立积极的生活态度和社会支持系统,以提高生活质量。

3. 手术治疗:对于部分难治性癫痫性精神障碍患者,手术治疗可能是一个有效的选择。通过手术切除癫痫病灶或阻断癫痫放电的传播路径,可以显著改善患者的病

症状和生活质量。但手术治疗需要严格评估患者的病情和手术风险,并在专业医生的指导下进行。

4. 预防措施:预防癫痫性精神障碍的关键在于控制癫痫发作。患者和家属应积极配合医生的治疗方案,按时服药并定期复查。此外,患者还应保持良好的生活习惯和心态,避免过度劳累和情绪波动等诱发因素。同时,社会也应加强对癫痫患者的关注和支持,减少歧视和偏见,为他们创造一个更加包容和友好的环境。

五、结语

癫痫性精神障碍是一种复杂而严重的疾病,它给患者和家属带来了极大的困扰和挑战。但通过科学的治疗和有效的预防措施,我们可以有效控制病情并改善患者的生活质量。让我们携手努力,为癫痫患者创造一个更加美好的未来!通过本文的介绍,相信您对癫痫性精神障碍有了更深入的了解。如果您或您身边的人正遭受这种疾病的困扰,请及时就医并寻求专业帮助。记住,面对疾病,我们从不孤单!

(作者单位:广西壮族自治区脑科医院)