

## 小儿斜视的常见类型与症状

□ 兰芳

斜视是指两眼不能同时注视同一目标,一眼注视目标,另一眼则向侧方偏斜,它是儿童期最常见的眼病之一。斜视不仅影响儿童的外观形象,更重要的是影响其视觉功能的发育,导致弱视、视力下降,甚至造成立体视觉的缺如。

### 一、小儿斜视的常见类型

1.共同性斜视:大约有80%的儿童斜视属于这一类。这类斜视的特点是两眼眼位双侧化、对称化,无眼球运动障碍,无隐斜视。

共同性斜视又可以分为以下几种:

(1)水平共同性斜视:表现两眼眼位向同一侧同时性偏斜。

(2)垂直共同性斜视:表现两眼眼位向同一垂直面同时性偏斜。

(3)旋转性共同性斜视:表现两眼眼位向

相反方向同时性偏斜。

(4)特殊类型共同性斜视:表现形式多样,包括伴有眼震的共同性斜视等。

2.麻痹性斜视:大约有20%的儿童斜视属于这一类。这类斜视是由眼外肌本身的功能异常所引起的,多伴有其他神经系统症状及体征,如眼球运动障碍、复视等。

### 二、小儿斜视的症状

小儿斜视的主要症状包括:两眼无法同时注视同一个物体,一个或两个眼睛向一侧偏转,可能是持续的或只是在某些时候。这种情况通常会导致视力问题,如弱视,以及可能会感到困惑或无法正确感知空间。对于儿童来说,患有斜视可能会对他们的学习和社交技能产生负面影响。

### 三、小儿斜视的原因

儿童斜视的原因可能有很多,包括遗传因素、先天异常、眼睛发育不全、眼球过度发育、过度使用电子设备、睡眠不足、营养不良等。特别是先天性眼外肌发育不良,和中枢神经系统的疾病,可能会导致斜视。营养不良可能会影响儿童的眼球运动控制能力,这也可能引发斜视。

### 四、小儿斜视的治疗方法

治疗方法通常取决于斜视的类型和程度。对于共同性斜视,首先会进行详细的眼部检查和影像学检查,以确定病因。如果需要手术,一般会在儿童年龄稍大(通常在5岁到青春发育前期)进行,以防止手术影响儿童的面部发育。对于麻痹性斜视,除了手术可能还需

要进行神经科等相关检查,治疗可能涉及使用药物或其他治疗方法。

### 五、预防小儿斜视的方法

预防小儿斜视的方法包括定期检查孩子的视力、保持充足的睡眠、合理使用电子设备、均衡饮食、定期锻炼等。对于有家族史的儿童,定期的眼部检查尤为重要。如果发现孩子有视力问题或眼球运动问题,应及时就医。

总结:小儿斜视是一种常见的儿童眼病,可能影响儿童的视觉功能和外观。了解小儿斜视的常见类型和症状,以及其可能的原因和治疗方法,对于及早发现和及时治疗儿童斜视非常重要。预防措施包括定期检查、良好的生活习惯和合理使用电子设备等。

(作者单位:河南省开封市儿童医院)

## 贫血的病因与治疗方法

□ 韩建胜

贫血是一种常见的健康问题,它通常是由于身体缺乏足够的红细胞或血红蛋白引起的。贫血的症状可能包括疲劳、头晕、心悸、呼吸困难等。了解贫血的病因和治疗方法对于预防和治疗这种疾病非常重要。

### 一、贫血的病因

1.营养不良:喜欢节食减肥的人可能进食的食物比较单一,导致身体无法摄入足量的营养物质,可能会导致营养不良,进而诱发贫血,还会伴随头晕、耳鸣、食欲不振等不良反应。

2.缺铁:如果平时过多饮茶或者浓咖啡,咖啡中含有茶酚类化合物,会影响到人体对铁元素的吸收。而茶饮当中的鞣酸,则容易与铁质结合,形成难以溶解的沉积物,进而导致贫血。

3.失血过多:如果是在短时间内,大量失血,则容易发生急性失血性贫血,这种情况在受到外伤,导致血管破裂时,比较容易出现。

4.再生障碍:如果骨髓造血功能发生衰减或者与放射性物质接触,可能会引起贫血。

5.溶血:如果血液当中的红细胞,破坏速度比较快,而自身骨髓造血功能代偿严重性不足,则可能会发生溶血性贫血。

### 二、治疗方法

1.饮食调理:补充富含铁、叶酸、维生素B12等造血物质的食物,如动物肝脏、豆类、绿叶蔬菜等。同时,保持饮食均衡,避免偏食和挑食。

### 2.药物治疗:

缺铁性贫血:一般给予口服右旋糖酐铁、山梨醇铁、富马酸亚铁、琥珀酸亚铁等。

巨幼细胞性贫血:可给予叶酸、维生素B12来纠正贫血。

肾性贫血:可使用促红细胞生成素治疗。再生障碍性贫血:可选用雄激素、环孢素、抗淋巴细胞球蛋白、抗胸腺细胞球蛋白来治疗。

自身免疫性溶血性贫血:可给予糖皮质激素、免疫抑制剂治疗。

3.输血治疗:对于严重贫血或急性失血的情况,可能需要输血治疗。输血可以快速补充红细胞和血红蛋白,缓解症状。但输血并非长期解决方案,通常只用于紧急情况。

4.生活方式调整:保持规律的作息,充足的睡眠,有助于恢复身体的造血功能。适当的运动,如散步、慢跑等,有助于提高身体素质,促进血液循环。同时,保持良好的心态,避免

过度劳累和压力过大。

5.定期体检:定期进行血常规检查有助于及早发现贫血及其原因。如果发现贫血症状,应尽早向医生咨询,进行相关检查和治疗。

6.避免滥用药物:避免随意使用药物,尤其是抗生素和抗癫痫药等可能引起贫血的药物。如果需要使用药物,应咨询医生意见。

7.认识贫血的信号:了解贫血的症状和可能的诱因,有助于及早发现和及时治疗贫血。常见的贫血信号包括疲劳、头晕、心悸、呼吸困难等。对于这些症状,应警惕是否由贫血引起,并及时就医。

总结:贫血是一种常见的健康问题,其原因多样。了解贫血的病因和治疗方法对于预防和治疗这种疾病非常重要。

(作者单位:河北省平乡县人民医院)

## 儿童晕厥的预防与应对方法

□ 刘丹华

在儿童的日常生活中,晕厥是一种较为常见的现象。虽然它可能短暂且不严重,但了解儿童晕厥的原因,采取适当的预防措施以及在必要时采取正确的应对方法,对于孩子的健康和生命安全至关重要。本文将就儿童晕厥这一主题进行科普,帮助家长们更好地理解并处理这个问题。

### 一、儿童晕厥的原因

1.短暂性脑缺血:这种情况通常在突然改变姿势或蹲姿时发生,这可能导致血液暂时无法到达大脑,从而引起晕厥。

2.病理性晕厥:病理性晕厥可能由疾病引起,如心脏病、呼吸道疾病或低血糖等。这些疾病可能导致血液供应不足,使大脑失去正常供氧,从而引发晕厥。

3.精神压力:在紧张或压力过大的情况

下,儿童可能会出现晕厥。

4.药物副作用:某些药物可能会引起儿童晕厥,如某些抗生素、抗癫痫药等。

### 二、预防措施

1.健康饮食:确保孩子饮食均衡,不让他们饥饿或过饱。避免让他们长时间空腹或吃得过饱后立刻运动。

2.定期检查:定期为孩子进行健康检查,包括心脏和呼吸道检查,以便及早发现潜在的健康问题。

3.建立良好的生活习惯:教育孩子保持规律的睡眠和运动,避免过度劳累和精神压力。

4.避免突然的动作:在可能的情况下,尽量避免孩子突然改变姿势或蹲下后再站起来。

5.药物管理:如果孩子正在服用药物,家长应了解其可能产生的副作用,并遵循医生

的建议。

### 三、应对方法

1.迅速反应:一旦孩子出现晕厥症状,应立即将他们平放在地上,防止受伤。同时,拨打急救电话寻求帮助。

2.监测生命体征:观察孩子的呼吸、脉搏和肤色,以确定有无严重的身体损伤。如有需要,及时联系急救人员或与医生联系。

3.查找原因:待症状缓解后,及时咨询医生以了解可能的原因。这可能有助于确定正确的治疗方法。

4.安全教育:家长和孩子应学习如何在紧急情况下保持冷静并采取适当的行动。可以通过模拟紧急情况来增强他们的应对能力。

5.家中准备:在家庭应急储备中,可以包

括一些基本的急救用品和药品,以备不时之需。此外,确保家庭环境安全,避免可能引发晕厥的潜在因素。

儿童晕厥是一个值得关注的问题,但通过了解其原因、采取适当的预防措施和正确的应对方法,我们可以大大降低晕厥对儿童的影响。家长和教育工作者需要共同努力,确保孩子在一个安全、健康的环境中成长。记住,如果孩子经常出现晕厥症状,应尽早寻求医疗专业人士的帮助。

总的来说,儿童晕厥是一个复杂的问题,需要我们以科学和理性的态度来对待。通过全面了解其可能的原因和正确的应对方法,我们可以为孩子们创造一个更加安全和健康的成长环境。

(作者单位:河南省开封市儿童医院)

## 内科患者康复护理的注意事项

□ 杨玮婷

护理在内科患者的康复过程中起着至关重要的作用。内科疾病种类繁多,如心脏病、糖尿病、高血压等,这些疾病的治疗和康复需要医护人员的精心护理和患者的积极参与。本文将介绍内科患者康复之路上的护理力量,帮助患者更好地恢复健康。

### 一、了解病情,保持良好心态

患者在患病初期,应该了解自己患有的疾病和相关治疗方法,从而保持一个良好的心态。积极的心态有助于患者更好地配合治疗,促进康复。了解病情的过程中,患者可以和医生、护理人员进行沟通,建立信任关系,有助于后续的治疗和护理。

### 二、合理饮食,控制血糖、血压

内科疾病往往需要控制血糖、血压等指标,因此合理饮食非常重要。患者在饮食上应该遵循低盐、低糖、低脂肪的饮食原则,多吃蔬菜水果,保持营养均衡。对于糖尿病患者,还需控制碳水化合物的摄入,适当运动,保持血糖稳定。

### 三、科学运动,增强身体素质

适当的运动有助于增强身体素质,提高免疫力,促进康复。患者可以根据医生的建议,选择适合自己的运动方式,如散步、慢跑、瑜伽等。在运动过程中,患者应注意适量运动,避免过度疲劳。

### 四、细心护理,预防并发症

内科疾病的康复需要医护人员的精心护

理和患者的配合。护理人员在患者康复过程中起着关键作用,他们需要密切关注患者的病情变化,监测生命体征,预防并发症的发生。

1.口腔护理:保持口腔清洁,预防口腔感染。患者应定期刷牙、漱口,或使用漱口水进行口腔护理。

2.皮肤护理:保持皮肤清洁干燥,预防压疮、皮炎等皮肤问题。对于卧床患者,应定期更换体位,避免长时间受压。

3.饮食护理:根据患者的病情和医嘱,提供营养均衡的饮食。对于吞咽困难的患者,应缓慢喂食,避免误吸。

4.心理护理:内科疾病往往病程较长,患者容易产生焦虑、抑郁等心理问题。医护人员应

关注患者的心理状态,提供必要的心理支持。

5.康复训练:根据患者的具体情况,制定个性化的康复训练计划,促进身体机能的恢复。

### 五、定期复查,坚持长期治疗

内科疾病的康复需要时间和耐心,患者应遵医嘱,坚持长期治疗和定期复查。在医生的指导下,调整饮食、运动和用药方案,以达到最佳的康复效果。

总之,内科患者的康复之路离不开医护人员的精心护理和患者的积极参与。通过了解病情、合理饮食、科学运动、细心护理、心理调适和坚持长期治疗,患者可以更好地恢复健康。医护人员与患者之间的紧密合作是康复的关键。

(作者单位:河北省张家口市察北管理区医院)