

自体输血与异体输血的区别

□ 唐玉杰

在现代医学中，输血是治疗许多疾病和手术过程中不可或缺的一部分。然而，输血并不只是简单地将血液输入患者体内，它涉及到多个关键选择，其中最重要的就是选择自体输血还是异体输血。两种输血方式在应用场景、风险和效果等方面存在显著差异。本文将介绍自体输血与异体输血的区别，帮助读者更好地理解它们各自的优势和局限。

一、自体输血的概述

1、定义与类型：自体输血是指将患者自己的血液采集、储存后，在需要时再输回患者体内。这种方法通常在预定手术或治疗过程中应用，目的是减少因输血引起的免疫反应和其他并发症。自体输血主要包括三种类型：预存式自体输血、急性等容血液稀释和术中/术后血液回收。预存式自体输血是在手术前几周内，提前采集患者的血液并储存，手术时再输回体内。急性等容血液稀释是指在手术开始时，抽取患者的一部分血液，并以等量的晶体或胶体溶液补充。术中/术后血液回收则是在手术过程中将患者失血回收并在处理后重新输回体内。

2、优点：自体输血的一个显著优势是避

免了异体输血中可能发生的免疫反应，因为输入的血是患者自己的。这样可以减少输血相关并发症的发生，比如溶血反应、输血相关性急性肺损伤（TRALI）和输血传播疾病的风险。自体输血还可以降低因供血不足或血型不匹配而导致的输血困难。此外，自体输血有助于保护血液资源，从而减轻血库的压力。

3、局限性：尽管自体输血有诸多优势，但它并非适用于所有情况。首先，自体输血需要提前计划，适用于计划性手术，不适用于紧急情况下。其次，患者必须具备一定的健康条件才能提供足够的血液。例如，贫血或血液病患者可能无法进行自体输血。此外，自体输血还可能存在技术和设备上的挑战，如血液采集、储存和再输注的设备要求较高。

二、异体输血的概述

1、定义与来源：异体输血是指将来自血库或献血者的血液或血液成分输注给患者。异体输血是临床上最常见的输血方式，广泛应用于各种急救、手术和慢性疾病的治疗。异体输血的血液来源于献血者，通过血液筛查、分离和储存后，供需要的患者使用。

2、优点：异体输血的巨大优势在于其可立即使用，尤其在急救和紧急手术中，异体输血是生命的重要保障。此外，异体输血可以根据患者的需要选择特定的血液成分，如红细胞、血浆或血小板，从而更加精准地满足患者的治疗需求。异体输血的操作相对简单，无需提前计划，对于患者健康状况没有过多限制，是处理大量失血和意外情况的有效方法。

3、风险与缺点：尽管异体输血在临床上广泛应用，但它也伴随着一些风险。由于血液来源于他人，存在免疫排斥反应的风险，可能引发溶血性输血反应。此外，虽然现代筛查技术已大幅降低了输血传播疾病的风险，但完全消除风险是不可能的，特别是对于一些新出现或变异的病原体。异体输血还可能引起过敏反应或输血相关性急性肺损伤（TRALI）。此外，异体输血在一些特定情况下，可能会引起患者免疫系统的复杂变化，增加术后感染风险。

三、自体输血与异体输血的对比

1、适用场景：自体输血适合计划性手术和有条件提前采血的患者，特别是在需要大量输血或供血困难的情况下。异体输血则更

适合紧急情况、意外事故或患者自身血液无法使用的情况。

2、安全性：在安全性方面，自体输血因为使用的是患者自身的血液，几乎不存在免疫排斥反应的风险，这使得输血过程中更加安全。患者不必担心因为血液不匹配或外来病原体引发的并发症，可以更安心地接受治疗。然而，异体输血虽然经过严格的筛查和测试，但依旧可能存在免疫反应的风险，尤其是在输血后不久，患者的免疫系统可能对外来血液产生抗拒反应。此外，异体输血在理论上还存在疾病传播的风险，尽管这一风险已被大幅降低。相比之下，自体输血在消除疾病传播风险方面具有显著优势，因为患者输回的血是其自身的，没有外来的病原体。

总之，自体输血与异体输血各有其独特的优势和局限，选择何种输血方式应根据患者的具体情况、手术性质以及血液供应情况综合考虑。对于计划性手术且患者身体条件允许，自体输血无疑是更为安全和有效的选择。而在紧急情况下或自体输血不可行时，异体输血则是不可替代的救命措施。

（作者单位：广西桂林医学院附属医院）

父母如何养育多动的孩子

□ 余志华

在我们的身边，经常有这样一群孩子，学校上课容易走神，小动作较多，东摸摸、西搞搞，话特别多，容易接嘴。书桌比较凌乱，整理不好，容易丢三落四。在家里，做作业特别慢，做事拖沓，有畏难情绪，家长守在旁边完成要好些，一旦家长没在，很难完成作业。还有一部分孩子做事情容易冲动，与同学容易发生冲突，老师或其他家长经常来告状等。这些孩子到底哪里出了问题呢？在外面看来，这些孩子一切都很正常，甚至有些孩子还很聪明，他们只是有点调皮吗？事实上，这部分孩子与正常儿童相比较，可能存在大脑神经递质分泌的异常，导致他们动作不断，控制能力较差，注意力不集中，条理性较差及执行功能不良。

很多家长在养育孩子的时候，都是一个不断学习、不断进步的过程。家里如果有一个多动的孩子，对于家长来说，养育他们是一项充满挑战的任务。家长会面临怀疑、咨询、焦虑，到最后冷静下来这样一个过程。和普通孩子相比，多动孩子的家长必须要参与孩子的养育过程，他们可能会到朋友、老师、专业

人士及社会人士方面寻求帮助，投入与付出可能比普通孩子的家长多得多。怎么来养育多动的孩子，很多家长是充满疑惑的，下面我们介绍一下，家庭行为管理的一些方法：

1、创造一个良好的家庭环境。建议家长为孩子创建一个稳定、有序、温馨的学习生活环境。如家长物品摆放整齐，制定明确的学习生活作息时间，避免干扰因素。保证充足的睡眠、均衡的营养、户外活动时间及避免长时间使用电子产品等。父母和孩子应该相互尊重，用赞赏、友好的态度与孩子相处。

2、设立适合孩子规则和奖惩制度。为了帮助孩子建立适当的行为，家长可以制定一套适合孩子的规则和奖惩制度。规则应该简单明了、具体可行，并在家中显眼的地方进行展示。同时，制定规则的时候尽可能让孩子参与，更能调动孩子的积极性。规则制定好后，家长应以身作则，不要轻易因其他原因妥协。尽量使用肯定、赞扬的态度来强调孩子的正确行为，并建立相应的奖励机制。在行为管理的过程中，主要采用表扬的手段为主，但是在违反规则时，施加合理的奖罚措施。在实施

惩罚的过程中，需要考虑孩子的具体情况谨慎选择，以便更好地促进孩子改变自己的行为。

3、清晰简洁的提示。在管理多动孩子过程中，很多家长不可避免的出现唠叨、打击等行为，这其实不利于我们与孩子的亲子关系及孩子执行我们的指令。家长可以采取清晰简洁的提示。帮助孩子明确的任务要求和细致的步骤，可以使用视觉提示，如便利贴或提示牌，提醒孩子注意时间，完成重要任务。

4、分解任务。对于多动孩子来说，长期、繁重的任务可能会造成困惑和压力。家长可以尝试将任务分解几个小任务，逐一完成。也可以根据孩子的兴趣，调整各个任务的顺序及时间。每完成一个小任务，给予孩子适当的奖励或赞扬，激励他们继续前进。

5、鼓励体育锻炼和注意力训练。体育锻炼对于多动的孩子非常重要，它能帮助孩子释放过多的能量，提高身体协调性和平衡感。如跳绳、游泳或球类运动。此外，还可以尝试注意力训练游戏和活动，帮助孩子培养注意力及记忆力。

6、与学校和医生合作。多动孩子的管理

需要学校和医生的配合。与孩子的老师、学校建立良好的沟通，及时了解孩子在学校的表现和需求，并与他们合作制定适当的教育计划。此外，及时医院就诊，了解更多关于多动症的信息和治疗方法，以便更好地了解和管理孩子。

7、家长保证平和稳定态度。家长应该以身作则，用爱和耐心对待孩子，关注他们的优点和努力，而不是过分关注他们的缺点和错误。让孩子会感受到家庭的温暖和安全，积极面对自己的问题。同时，家庭成员要保持良好平和的心态，全家态度一致，稳定情绪，这是行为治疗的关键因素。

总之，多动孩子的家庭养育需要家长的耐心、理解和支持。通过创造良好的家庭环境、设立明确的规则和奖惩制度、提供清晰简洁提示、分解任务、鼓励体育锻炼和注意力训练，与学校和医生合作以及家长平和稳定的态度，帮助多动孩子的行为管理，促进他们的健康发展和成长。

（作者单位：四川省成都市第一人民医院儿童康复中心）

守护儿童呼吸，从了解腺样体开始

□ 张陈玉

腺样体是位于鼻咽部的一组淋巴组织，是儿童免疫系统的重要组成部分。它们在儿童早期帮助抵御感染，但在有些情况下，腺样体可能会出现肥大或感染，导致呼吸、睡眠和耳鼻喉等问题。因此，正确护理儿童的腺样体是家长们需要重视的课题。本文将介绍儿童腺样体的相关知识，共同守护“儿童呼吸”。

一、什么是腺样体

腺样体，又称咽扁桃体或增殖体，是位于鼻咽顶壁与后壁交界处的淋巴组织。它形似半个被剥了皮的橘子，表面凹凸不平，有5~6条纵形沟裂，这些结构使其容易滞留病毒和细菌。腺样体在儿童的生长发育过程中扮演着重要角色，它不仅是呼吸道的第一道防线，还在一定程度上参与免疫功能，识别和清除进入鼻腔和咽部的病原体，从而保护上呼吸道免受感染。但随着年龄增长，其功能逐渐减弱，并在青春后期趋于萎缩。

二、腺样体肥大导致的危害

腺样体作为免疫系统的一部分，能够识别并捕捉吸入的细菌和病毒，防止它们进一

步进入下呼吸道（如支气管和肺部）。然而，当腺样体发生肥大或感染时，它可能会导致一系列与呼吸相关的问题。首先，腺样体肥大可能会导致鼻腔阻塞。由于鼻腔无法正常通气，孩子往往会选择用嘴呼吸。这种呼吸方式不仅降低了吸入空气的过滤效果，还会导致口腔干燥，增加感染的风险。此外，长期张口呼吸还可能影响面部骨骼发育，导致面部畸形，出现“腺样体面容”，如长脸型或高拱颌。其次，腺样体肥大还可能导致睡眠呼吸暂停综合征（OSA）。这种情况发生在睡眠期间，表现为呼吸短暂停止或变浅。睡眠呼吸暂停不仅会影响孩子的睡眠质量，还可能导致白天嗜睡、注意力不集中、行为问题等。严重时，OSA可能影响心脏健康，导致高血压等问题。

腺样体肥大是儿童常见的健康问题之一，其影响可能不仅限于呼吸道，而是涉及到全身健康。首先，腺样体肥大对听力的影响不可忽视。肥大的腺样体压迫耳咽管，导致中耳通气不畅，从而引发中耳炎。中耳炎长期未得到有效治疗，可能导致听力损失，进而影响

孩子的语言发育和学习能力。其次，腺样体肥大对口腔和牙齿的发育也有负面影响。由于长期张口呼吸，孩子的口腔结构可能发生改变，如上颌变高、牙齿排列不齐，甚至导致咬合不正。这些问题不仅影响美观，还可能影响咀嚼功能，进而影响消化和营养吸收。此外，腺样体肥大还可能引发行行为和认知问题。由于肥大的腺样体导致的睡眠呼吸暂停，孩子可能在白天表现出注意力不集中、易怒、学习困难等行为问题。长期缺乏高质量的睡眠，还可能影响孩子的记忆力和认知能力，进而影响学业成绩和社交能力。

三、就医建议

当孩子出现腺样体肥大或感染的症状时，家长应该及时带孩子到医院就医。医生通常会通过病史、体格检查和必要的辅助检查（如电子鼻咽镜检查）来确定腺样体的大小和是否存在感染。在大多数情况下，腺样体肥大和轻度感染可以通过药物治疗和生活方式的调整来管理。例如，医生可能会建议使用抗生素治疗感染，或使用鼻喷剂减轻腺样体的肿

胀。同时，保持良好的口腔卫生、合理饮食和充足的休息，也是帮助减轻腺样体问题的重要手段。

四、如何为孩子打造健康的呼吸环境

为孩子打造健康的呼吸环境，家长应保持居住环境的空气清新，避免孩子接触二手烟、过敏原和空气污染物等。同时，合理饮食、充足睡眠和适度运动有助于增强免疫力，从而减少腺样体肥大和感染的风险。定期监测环境湿度，保持口腔卫生，并及时处理呼吸道问题。

总的来说，腺样体在儿童的健康中扮演着重要角色，家长应了解其基本知识和护理方法，及时识别和处理腺样体相关问题，确保孩子的健康成长。家长应关注孩子的呼吸情况，尤其是夜间的睡眠质量，密切监测腺样体肥大或感染的症状。通过营造清新的空气环境、提供营养丰富的饮食、保持良好的生活习惯以及及时的医学干预，可以帮助孩子守护腺样体健康，享受健康快乐的童年。

（作者单位：南平市第一医院）