

孩子服药难 “药食同喂”可行吗

妇幼知识 一点通

小儿鼻炎的中医辨证治疗

□潍坊日报社全媒体记者 王路欣

春季是小儿鼻炎的高发期,主要表现为鼻塞、打喷嚏、鼻子痒等症状。记者日前采访了潍坊市妇幼保健院儿童保健科医生张雪飞和王小荣,从中医角度了解鼻炎的致病原因以及有效疗法。

张雪飞表示,中医认为,肺开窍于鼻,鼻塞不通与肺有关。相对于成年人,儿童更容易发生鼻炎,主要是因为儿童肺气不足。《难经·四十九难》中有云:“形寒饮冷则伤肺。”也就是说,着凉或者饮食寒凉都可以造成肺寒,孩子如果反复感冒、常年肺寒,就会形成鼻炎。“脾为生痰之源、肺为储痰之器”。平素嗜

食肥甘厚味,饮食不节,大量甜食、水果、过量肉类,都易造成脾实痰满,少量痰孩子或可咳出,或变成鼻涕流出来,如果症状严重,则可能痰浊壅肺造成鼻窍不利。

鼻子长在督脉上,患鼻炎说明孩子的督脉缺阳气。督脉被称为“阳经之海”,本应阳气充足,但有些孩子户外活动少,加之饮食过于寒凉,导致阳虚体寒,因此鼻炎多发。

王小荣表示,鼻炎不光是鼻子的问题,不能只治鼻子,要根据不同的原因选择合理的处理措施。鼻炎的中医治疗方法主要包括针灸、推拿、中药治疗等。其中,外治的纯绿色手法按摩、刮痧鼻部和艾灸鼻面部穴位有不错的效果,可以通风解表、清醒头目、温通经络、促进血液循环,达到降浊升清、通理鼻窍的效果,使鼻炎症状得到缓解或治愈。

□潍坊日报社全媒体记者 王路欣 通讯员 张立敏 侯筱坤

宝宝生病不肯吃药,用牛奶、饮料等送服药物可以吗?记者就此问题采访了潍坊市妇幼保健院药学部主任药师曹建英。

曹建英表示,宝宝吃的药物,如果说明书中没有标明可以和食物混合服用,家长不应使用“药食同喂”的方式给宝宝喂药。

“药物能否用牛奶冲服是由药物和牛奶的‘个性’以及两者在胃肠的相互作用决定的。”曹建英说,牛奶中的钙离子、铁离子和蛋白质等可能与某些药物成分发生反应,影响药物的吸收,甚至降低药效。比如部分抗菌药(头孢克肟、头孢地尼等)可能和牛奶中的钙、铁等金属离子产生反应,形成不溶性物质,无法被人体吸收,从而大大降低药效。

此外,牛奶中含有丰富的钙,可能会减少含铁制剂(富马酸亚铁、琥珀酸铁等)中铁的吸收。牛奶中的蛋白质则可能会与锌离子(葡萄糖酸锌)结合成不易溶解的络合物,降低锌和蛋白质的吸收。所以,牛奶不宜与补充铁、锌的制剂同服。

“使用上述药物并非不能喝牛奶,而是要隔开一定时间,通常至少间隔2小时。”曹建英说,虽然牛奶跟大多数药物“不合”,但部分药品和牛奶一起服也有好处。

牛奶可以减小部分药物对胃肠的刺激。有些药物对胃肠有较大的刺激性,如果与牛奶一起服,牛奶会在胃黏膜上形成一层保护膜,从而减少药物对胃的刺激。部分易引起胃肠不适且吸收不受食物影响的药物,也宜与牛奶等食物同服,比如阿莫西林克拉维酸钾、异丙嗪、克拉霉素颗粒等。

有些药和牛奶一起服用,可以促进药物吸收。比如罗红霉素有较好的脂溶性,能够溶解在牛奶中,从而更好地被胃肠吸收。“如果宝宝没有喝牛奶的习惯,建议空腹服用罗红霉素,因为进餐会减少药物吸收。”曹建英说。

牛奶还可以增加药物疗效。有些活菌制剂(益生菌)口服后需经胃到达肠道发挥作用,先喝点牛奶或与牛奶一起服用,可以减少胃酸对活菌的破坏,使更多活菌发挥疗效。常见活菌制剂有地衣芽孢杆菌活菌、枯草杆菌二联活菌、酪酸梭菌二联活菌、双歧杆菌三联活菌等,可以将药粉用温牛奶冲服。

对于其他饮料或茶水,曹建英表示,通常果汁中都含有果酸和维生素,这些酸性物质容易和药物的部分成分发生反应,会增加药物副作用出现几率。茶水中含有鞣质成分,会影响铁剂吸收,刺激胃肠道,进而引起腹痛或便秘。

“儿童如果需要补充铁剂,为了促进吸收,可以与果汁(所含维生素C可促进铁剂吸收)同服,但应避免喝茶水,因为茶水中含有大量鞣质,与琥珀酸亚铁等铁剂一起服用会产生沉淀,影响药物的吸收。”曹建英说,另外,小儿生血糖浆虽然属于中成药,但因含有硫酸亚铁,服药期间也应避免饮茶和食用含鞣质的食物。

忌与果汁同服的药主要是降压药和解热镇痛药。特别是西柚汁,西柚含有丰富的柚皮素,这些物质能影响肝脏中的一些酶,让其不能发挥应有的作用,进而引起血液中药物浓度过高,服用非洛地平降压药时若同时喝这类果汁,可能提高副作用风险。还有咪达唑仑口服溶液,切忌不要与葡萄柚汁同时服用,以免增加眩晕和嗜睡的发生率。

有些药物有特殊服用方法,比如孟鲁司特钠颗粒,其说明书推荐的用法是直接服用、与果酱混合后服用,或溶于少量(一茶匙室温下或冷的配方奶、母乳)液体中服用。并明确指出不能使用配方奶或母乳以外的其他液体溶解。

曹建英提醒,为了确保药物疗效的正常发挥,减少不良反应,服用药物时应参照药品说明书。

孩子睡觉打呼噜 可能得了“鼾症”

□潍坊日报社全媒体记者 王路欣

很多孩子睡觉时打呼噜,有的家长觉得这是孩子睡得香。潍坊市妇幼保健院耳鼻喉科副主任、副主任医师任雪莲提醒,孩子经常打呼噜有可能是“儿童鼾症”,应该引起重视。

儿童鼾症在医学上称为儿童睡眠呼吸暂停低通气综合征,大多是因为上呼吸道的多层面气道狭窄,扰乱了睡眠过程中的正常通气和睡眠结构而引起的一系列症状和体征的变化,如睡眠打鼾、张口呼吸、反复憋醒、呼吸暂停、夜晚遗尿、白天嗜睡等。

引起儿童打鼾的主要原因有腺样体肥大、扁桃体肥大、鼻炎、鼻窦炎等局部因素以及肥胖等全身因素。局部因素可导致上气道部分狭窄,其中最常见的是腺样体肥大。

任雪莲表示,诊断儿童鼾症的方式有很多。儿童鼻咽镜检查可以明确上气道狭窄的因素(包括鼻、咽、喉);多导睡眠监测(PSG)可以监测患者夜间的睡眠状况、打鼾程度、憋气

程度、缺氧程度等,通过电脑自动综合分析判断病情轻重,为选择治疗提供依据;便携式PSG检查则适用于配合欠佳的低龄儿童,家长可以将机器带回家,方便监测孩子情况;影像学检查(CT、X线、MRI)能显示上气道结构异常;鼻咽侧位片是传统的检查手段。

在儿童鼾症的治疗方面,任雪莲介绍,药物治疗适用于轻、中度打鼾患儿,可鼻用激素、白三烯受体拮抗剂、抗组胺的口服药物等,抗炎抗过敏,减轻上呼吸道黏膜肿胀。几种药物的合用可部分缩小患儿的扁桃体和腺样体,从而达到治疗的效果。

对于药物保守治疗无效的中、重度患儿,可选用手术治疗。“目前手术治疗是儿童鼾症中最常见且最有效的治疗方法,可采用鼻内镜下低温等离子微创手术,切除病变的扁桃体及腺样体。”任雪莲说,还有持续正压通气治疗,这种方法适用于身体条件不适合手术的中、重度患儿。

孕期发现胎儿脉络丛囊肿 宝妈不要慌

□潍坊日报社全媒体记者 王路欣

有的孕妈在孕中期超声检查时,会被告知胎儿有脉络丛囊肿。什么是脉络丛囊肿?对胎儿影响大吗?记者日前采访了潍坊市妇幼保健院超声科主治医师赵曼钰。

赵曼钰表示,脉络丛囊肿是指于孕龄在14周-24周胎儿发育中超声检查发现的侧脑

室脉络丛散在的、直径≥3毫米的小囊肿。超声上表现为高回声脉络丛内单发或多发的圆形或椭圆形无回声结构,边缘整齐,可单侧出现,亦可双侧出现。

“在不合并有其他胎儿畸形时,对于单纯孤立性的脉络丛囊肿,孕妈不必过于紧张,可以定期随访观察,大多数囊肿会在孕28周前自行消失,少数可持续至孕晚期甚至新生儿期,一般预后良好。”赵曼钰说,如合并其他胎儿结构畸形或高危因素时,染色体异常的几率会比较高,尤其是18-三体综合征,这种情况则需要进行遗传咨询,行羊水穿刺检查染色体核型是否有异常。

赵曼钰表示,在一个核型正常的胎儿中,孤立的脉络丛囊肿与任何神经后遗症无关,换句话说,当其他系统正常发育时,脉络丛囊肿属于胎儿发育过程中的正常表现,宝宝在出生后的智力也不会受到影响。孕妈给予一定重视的同时,不要过于担心,保持良好的心情很重要,定期做好产检,积极听取医生的专业意见,有助于及时发现问题、及时诊疗。

