

牢记这些处理方法 孩子误服药(毒)物

□潍坊日报社全媒体记者 王路欣

误服药(毒)物是儿科急诊中常见的病例,患儿临床表现、体格检查常无特异性,大部分首发表现为腹痛、腹泻、呕吐、惊厥或昏迷,严重者可能出现呼吸、心脏骤停等症状。家长发现孩子误服药(毒)物后该怎样处理?在日常生活中如何避免发生此类事件呢?记者日前采访了潍坊市妇幼保健院儿童重症医学科住院医师刘伟。

刘伟表示,家长一旦发现孩子误服药(毒)物不要惊慌失措,先尽量明确误服药物或毒物的名称、数量,然后查看说明书,明确相应副作用,并密切关注儿童精神、面容、呼吸、体温等的变化情况;稳定孩子情绪并紧急催吐。可以用手指、勺柄、筷子等直接刺激孩子的咽喉部,诱导其呕吐。根据孩子对刺激的反应程度,可采用一次或者多次,呕吐得越完全越好。这种方法适用于年龄较大、神志清醒和合作的患儿,家长一定果断行动,采用人工催吐的时间越早越好;误服药(毒)物后可以喝冷牛奶、豆浆、米汤、鸡蛋清等,这些食物附着在食管和胃黏膜上能够保护黏膜,在一定程度上中和药物或毒物毒性;尽快将孩子送往能实施洗胃的、离家最近的医院,一定要带上孩子误服药(毒)物的包装盒、说明书等,以便医生采取有针对性的治疗措施。

日常生活中,建议家长尽量避免在儿童面前服药,以免激发孩子的好奇心,每次服完药后要把剩余的药品收好;切勿盲目给儿童用药,用药前一定要仔细阅读说明书;妥善存放药品。将药物放置在儿童接触不到的地方,若将药物放置在抽屉里,应及时上锁,避免儿童接触;给孩子吃药的时候不要骗其是糖果,避免给孩子造成药品是糖的错误印象。切忌用饮料、矿泉水瓶装有毒液体,以防孩子误服;经常对孩子进行相应的科普宣教,正确识别相应药(毒)物,禁止儿童玩耍带毒性物质的用具,如灭蚊喷雾等。



乳头溢液 不可忽视的预警信号

□潍坊日报社全媒体记者 王路欣 通讯员 侯筱坤

“医生,我一侧乳头总是有分泌物,流出一些淡黄色的液体,已经一年多了,这是怎么回事?”日前,45岁的王女士到潍坊市妇幼保健院乳腺外科门诊咨询。经过乳管镜检查,发现王女士的乳腺导管内有隆起物,冲洗后不消失。医生结合其他检查结果,初步判断为乳腺导管内乳头状瘤,遂手术治疗。乳头溢液可能预示着哪些疾病?该做什么检查?对此,记者联系到了潍坊市妇幼保健院乳腺科主治医师马元玉。

导管内乳头状瘤是指发生在乳腺导管上皮的良性肿瘤,多见于产后妇女,有一定的癌变几率。“如果在非孕期、非哺乳期出现大量乳头溢液,尤其是溢液呈单孔血性、棕色、淡黄色时,应及时就诊检查。”马元玉说,该病的具体病因尚未明确,也没有有效的预防方式,高危人群要做到早发现早治疗,像王女士一样,经过乳管镜检查,并结合其他检查结果初步判断出是乳腺导管内乳头状瘤,采取手术治疗,病情可得到有效治疗。

马元玉提醒,需要注意的是,并不是有乳头溢液就一定是患了导管内乳头状瘤。乳头溢液指不同性质的异常液体从乳头渗出,一般可分为生理性溢乳与病理性溢乳。生理性乳头溢液通常是由于激素水平变化、月经周期、怀孕等原因引起的,溢液为无色、透明或乳白色的液体。有些女性在月经周期中或怀孕期间会出现这种情况,不用过于担忧。另外,女性绝经

前期或绝经后期乳头挤压有少量溢液者,也属正常生理现象。

病理性溢液是指非生理情况下,一侧或双侧来自一个或多个导管的间断性、持续性,从数月到数年的乳头溢液。病理性乳头溢液通常是由于乳房疾病引起的,如乳腺增生、导管内乳头状瘤、乳腺癌等,溢液可以是黄色、绿色、棕色、血性等不同颜色。

马元玉表示,对于乳头溢液的病因诊断,首选方法为乳管镜,也称电子乳腺纤维内窥镜。乳管镜直径只有0.75毫米,将柔软的超细光导纤维导管内镜插入乳腺管内,对乳腺导管腔和管壁进行观察、检查。对于各种乳头溢液,尤其是乳头血性溢液、黄色溢液的患者,乳管镜对明确病变原因,指导后续治疗具有重要意义。



两类人群易患贫血 医生提醒这样预防

□潍坊日报社全媒体记者 王路欣

贫血是由血红蛋白水平下降引起的。血红蛋白是一种特殊的蛋白质,它在红细胞内负责运输氧气。当血红蛋白偏低时,红细胞的氧气携带能力会降低,导致人体出现头晕、乏力、面色苍白等贫血症状。孕妇及儿童贫血患病率高。记者日前采访了潍坊市妇幼保健院医学检验中心主管技师韩学学,讲解孕妇及儿童如何预防贫血。

贫血是妊娠期较常见的并发症,可以在医生的指导下通过饮食调理、口服药物或者输血治疗进行改善。韩学学表示,孕妇应在医生的指导下,适当补充叶酸和铁剂;进行饮食调理。孕妇的日常饮食要多样化,多吃含铁丰富的食物,如动物肝脏、蛋黄、瘦肉、豆类、菠菜、红枣等。多吃蛋白质含量丰富的食物,包括鱼、牛奶以及豆类和坚果类等。多摄入维生素C含量丰富的食物,如猕猴桃、生菜、柠檬等。同时,避免食用影响铁吸收的食物,如茶、咖啡和高纤维食物等;定期产检很重要,能够及早查出有无贫血症状并及早治疗,将伤害降到最低。

韩学学表示,造成小儿贫血的原因有很多,可以从饮食、生活习惯等方面进行预防。首先要避免孩子挑食和偏食,均衡饮食有助于提供身体所需的各种营养素,减少贫血风险。家长应鼓励孩子尝试各种食物,包括水果、蔬菜以及各种肉类;适量运动。运动可以促进孩子骨骼的生长发育,增强机体免疫力,对预防贫血有一定的辅助作用;定期体检有助于早期发现和治疗贫血。

孕期睡眠不好 不妨换一换睡姿

□潍坊日报社全媒体记者 王路欣

怀孕后,女性的生理和心理会发生较大变化,睡眠质量受到一定影响。究竟哪种睡姿有利于胎儿发育?记者日前采访了潍坊市妇幼保健院产二科主任医师王建芹,聊聊孕妈妈睡眠的那些事。

●孕早期(1周-12周):爱咋睡咋睡

怀孕的前3个月,子宫还很小,腹形没有明显变化,这时候孕妈妈选择自己舒服的睡姿就可以。

●孕中期(13周-27周):不建议趴着睡

孕12周以后的腹形变大,孕妈妈的睡姿并不会对自身生理变化产生明显影响,只要胎动正常,完全可以按照自己喜欢的睡姿入眠,但不建议采取俯卧位。

●孕晚期(28周-40周):建议左侧卧位睡姿

这一时期,孕妈妈的肚子变得越来越大,尤其是孕36周以后,孕妈妈可能会出现肠胀气、便秘、尿频等症状,此时对睡姿就有一定要求了。孕妈妈仰卧时,变大的子宫会对下腔静脉造成压迫,下腔静脉和盆腔血液回流会因此受到阻碍,从而迅速降低心排血量,血压也就随之下降了;增大的子宫还会向上压迫横膈,引起迷走神经兴奋,使心跳减慢、心脏血管扩张,同样导致血压下降。这种表现在临床上称为仰卧位低血压综合征,多发生在孕28周后,足月时发生率最高。如果遇到这种情况,孕妈妈要立即转换体位,一般选择左侧卧位后症状会很快缓解。因为这个时期子宫呈右旋状态,右侧卧位会导致右旋加重,影响胎儿的血液供给,因此,左侧卧位是最有利于胎儿的睡姿。

当然,左侧卧位不一定适合所有的孕妈妈,有的孕妈妈采取左侧卧位时,会因心脏受压迫而感到不适。实际上,无论用哪种睡姿,只要孕妈妈觉得舒服就可以。如果发现某个睡姿会让胎动明显增加,那可能是宝宝不舒服,在提醒你要换睡姿了。