

# 宝宝上火 应及时就医治疗

否则易引起身体发炎,比如感冒、扁桃体炎、腮腺炎等疾病

日前,记者从市妇幼保健院获悉,在该院儿童保健工作中发现,近期宝宝出现上火症状者急增。仅4月1日以来,就发现各类症状155例。据儿科专家介绍,宝宝这个时段上火是有原因的,只有找到了宝宝上火的原因才能对症处理。究竟小儿上火的原因是什么呢?应该如何正确应对?昨日,广元晚报全媒体记者进行了走访调查。



近期宝宝出现上火症状者急增

## A/上火有因

气温升高  
体内水分流失严重

昨日,记者在市内多家医疗机构走访时得知,进入3月份以来,各院常规体检检查中发现,0—3周岁的宝宝不同程度出现各种上火反应。据往年同期数据对比,发现同类症状的比例呈上升趋势。

“这几天宝宝的大便非常干燥,口腔还发现有长泡,情绪也非常不安,哭闹时间增多,来检查说是上火了。”市民林女士2岁的女儿,经过医生检查确认属于上火症状。“这段时间儿保工作中,发现宝宝出现同类情况者比较常见,这也是春天这个时段多发问题。”市妇幼保健院儿保科工作人员告诉记者。

据市第一人民医院儿科主任医师吴梦晖介绍,“春季气候干燥少雨,温度回升,加上宝宝的运动量增多,排汗量增加,导致体内水分流失严重,阴阳失调从而引发季节性上火。”

“从医学角度讲,宝宝是‘纯阳之体’,本身体质就偏热,容易出现阳盛火旺,即‘上火’现象,而且宝宝年幼肠胃消化功能体温调节功能都不完善。再加上春天气温上升,容易扰动人体肝、胆、胃肠蓄积的内热,而出现春燥。”吴梦晖说。

## B/避开误区 推迟使用药物 容易导致宝宝抵抗力下降

据吴梦晖介绍,宝宝上火后治疗应当避开几个误区。首先是拖延用药,许多妈妈会认为宝宝上火是很常见的,没什么关系,如果身体自我调整,那就没事了。其实这个想法是错误的。也有一些妈妈认为,“是药三分毒”,宝宝应该离药远一点,上火时最好不要吃药。

根据统计,许多宝宝就是因为上火症状没有及时治疗,导致病情恶化。父母不

重视治疗,推迟使用药物,很容易导致宝宝抵抗力的下降,“上火”只是外在症状而已,体内还潜伏了很多病因,如果不及时治疗,容易引起身体发炎,比如感冒、扁桃体炎、腮腺炎等疾病,宝宝“上火”的问题不能掉以轻心,需要及时得到治疗。

用药时也应当注意,避免滥用成人药物。许多家长认为,宝宝上火和大人处理方式是一样的,喝点凉茶

火就降下去了,或者可以将成人吃的药物“减半”喂给宝宝吃。这些方法实际上对儿童的健康是有害的,对他们的健康影响很大。

宝宝处于成长和发展的特殊时期。各种器官和免疫系统尚未完全发育,属于低免疫人群。成人药物的部分成分不适合儿童。滥用成人药物会伤害儿童的胃、肝和肾,所以儿童慎用成人药物。

## C/医生支招 宝宝上火后 应该多吃蔬菜

宝宝春天上火怎么办,除了及时确认症状对症治疗外,生活中还可以通过选择性进食和培养良好生活习惯多个方面来进行改善和预防。

春天宝宝上火后,应该多吃蔬菜,如白菜等性微寒食物,有清热除烦利尿的作用。芹菜性寒凉,能去肝火解肺胃郁热,容易“上火”宝

宝可以食用。莴笋性微寒质地脆嫩、水分多,顺气、清热化痰,适合肺胃有热的宝宝食用。

除此之外,让孩子形成合理的起居作息及生活习惯也很重要。培养孩子饮用开水的习惯,补充宝宝所需的水分,同时清理肠道,让宝宝体内的废物排出来。如果宝宝不喜欢喝开水,可以加些

糖或果汁。

确保宝宝在日常生活中有足够的睡眠,因为睡眠不够也易引起上火。我们还应该注意保持室内环境的清新,让孩子保持愉快的心情。此外,我们也应该考虑劳逸结合,不能让孩子过度劳累。

广元晚报全媒体记者 任茂心 文/图

## 行业传真

### 市疾控中心 召开全市慢性病、地方病防控工作会

广元晚报讯(全媒体记者 任茂心)4月12日,全市2018年慢性病、地方病防控工作会议,在市疾控中心召开。各县区疾控中心、市直属医疗机构、旺苍县、青川县大骨节病区乡卫生院技术人员50余人参加会议。

会议特邀省疾控中心大骨节病专家针对大骨节病的病因、发病机理、临床表现、诊断、鉴别、治疗进行了详细的讲解。会议还就全市2017年慢性病、地方病防治工作成效,燃煤污染型地氟消除评价、肿瘤随访登记报告、心脑血管事件报告和全民健康生活方式行动开展了专题培训。市疾控中心要求各单位要高度重视地方病、慢性病的防治工作,要认真落实市疾控中心对2018年工作的安排部署。

### 食药监管部门 暗访苍溪 药械经营使用安全

广元晚报讯(全媒体记者 任茂心)4月10日,市食药监局药品安全总监孙骊华带领药化市场科、医疗器械科和药品不良反应监测中心负责人深入苍溪县部分药械经营、使用单位,就药械经营使用质量安全进行了突击暗访检查。

检查组一行先后深入苍溪县永宁镇卫生院、广元市泰和医药贸易有限公司等5家药械经营、使用单位,就药械经营使用场所设施设备是否齐全并正常运转、药械库存是否实行“三色五区”管理、特殊管理药品储存是否符合规定、是否按药械产品说明书要求陈列等情况进行了现场察看,同时对药械购销资质审核、票据管理、特殊管理药品购销使用、温湿度监测等关键环节进行了重点核实。

### 市疾控中心 开展生活饮用水水质检测工作

广元晚报讯(全媒体记者 任茂心)近日,市疾控中心组织专业技术人员进入苍溪县永宁镇莽子村开展生活饮用水水质检测工作。

通过水质检测,将掌握该村生活饮用水水质卫生状况及其变化趋势,为预防控制水性疾病和应对饮用水卫生突发事件提供可靠依据,为政府有关部门科学决策以及制定相关规划提供技术支持,让群众用上“放心水”。

## 利州区远程医疗系统正式启动运行

与国内一流医院建立远程医疗协作网,患者足不出户便可得到“三甲”医疗服务

广元晚报讯(全媒体记者 任茂心)4月8日,利州区“远程医学中心”正式落户市精神卫生中心,这也标志着利州区远程医疗系统正式启动运行。

据了解,2014年,在上级政府和主管部门的推动下,市精神卫生中心牵头成立了全市首个县域医联体,并对利州区内4家乡镇卫

生院进行深入的帮扶。为此,中心先后投入1000多万元安装了相关设施设备,包括免费赠送4台救护车、4台DR、3台B超等设备,并在大石镇卫生院和白朝乡魏子村卫生站开展远程医疗试点工作,开设了8个专家门诊,每年查房1800余例、教学查房200余次、病案讨论40余例、手术示教20余

例、业务讲座50余次。2016年又建成了区域检验中心、区域远程影像诊断中心、区域远程心电图诊断中心、远程会诊、远程门诊,并在大石镇卫生院和白朝乡魏子村卫生站率先试点,年开展影像、心电、检验远程会诊、远程门诊8000余例。

2017年,市精神卫生中心开

通了“微医”在线诊疗平台,并纳入全省互联互通医院试点,初步建成市内首个线上医院。同时还与北大医院、华西医院、省人民医院等国内一流医院建立了远程医疗协作网,让群众足不出户得到了“三甲”医疗服务,有效缓解了边远及农村患者看病难、看病远等问题。