

轮状病毒,儿童秋季腹泻的元凶

□殷伏生 蚌埠市第一人民医院

秋季腹泻通常由多种病原体引起,其中最为人所熟知的便是轮状病毒,除了轮状病毒,其他如诺如病毒、腺病毒等也可引起秋季腹泻。轮状病毒肠炎是一种主要由轮状病毒引起的急性胃肠炎,常见于婴幼儿,特别是在6-24月龄的儿童,他们的免疫系统尚未成熟,是易感人群中的“弱势群体”,面对轮状病毒等病原体的入侵,他们往往难以抵挡,导致腹泻等症状的出现。可以说,轮状病毒是全球5岁以下儿童腹泻的元凶。

一、轮状病毒的特点

轮状病毒具有强大的传染性,可以通过粪-口途径传播,也可以通过呼吸道传播。轮状病毒在环境中具有较强的稳定性,能够耐受酸和碱,对有机溶剂和反复冻融也有较强的抵抗力。

二、轮状病毒的流行环节

- 1. 传染源:**主要传染源包括轮状病毒肠炎患儿和无症状的轮状病毒感染者,传染期可从发病前1~2天持续到腹泻停止后48小时,在轮状病毒肠炎患儿出现症状至极强康复前3天内排毒量最多,传染性最强。
- 2. 传播途径:**轮状病毒的主要传播途径是粪-口传播,即通过摄入被病毒污染的食物或水。此外,病毒也可以通过接触传播,如接触到被病毒污染的物体或表面,然后触摸口鼻眼等黏膜。在集体生活的环境中,如幼儿园、医院等,轮状病毒可以迅速传播,导致暴发疫情。
- 3. 易感人群:**儿童对轮状病毒普遍易感,尤其在3-35月龄婴幼儿中轮状病毒感染最常见。部分儿童可多次感染不同型别的轮状病毒,幼托机构的儿童感染风险最高。
- 4. 流行病学特征:**轮状病毒更容易在寒冷季节传播,主要集中在秋冬(10月一次年2月)和早春(3-5月),是导致<5岁儿童腹泻的主要原因。

三、轮状病毒肠炎的临床表现

轮状病毒肠炎的典型症状包括呕吐、腹泻和发热。病程早期可能出现呕吐,随后出现腹泻,大便多为水样或蛋花样,次数频繁,可伴有不同程度的脱水或酸碱平衡、电解质紊乱。部分

患儿可伴有低热、呼吸道症状,偶有惊厥、脑病、脑炎、心肌炎、肝功能损害等胃肠道外并发症出现。

四、轮状病毒的诊断

轮状病毒肠炎的诊断主要依据临床症状和体征,确诊通常需要实验室检测。临床常用的检测方法为检测粪便中的病毒抗原,以及通过电子显微镜观察病毒颗粒。在流行季节,根据典型的临床表现,医生可以做出临床诊断。

五、轮状病毒肠炎的并发症

虽然轮状病毒肠炎通常为自限性疾病,但在某些情况下,它可以导致严重的并发症,如脱水、电解质紊乱、酸中毒等。在资源有限的地区,这些并发症可能导致严重的健康问题,甚至死亡。

六、轮状病毒肠炎的治疗

目前,轮状病毒肠炎没有特异性治疗方法,主要的治疗方法是对症治疗和预防脱水:

- 1. 口服补液盐:**腹泻时,宝宝容易出现脱水症状。家长应密切关注宝宝的尿量、精神状态等,及时补充口服补液盐,及时补充流失的水分和电解质是治疗的关键。口服补液盐是世界卫生组织推荐的补液方式。
- 2. 饮食调整:**腹泻期间,母乳喂养的宝宝可以继续喂养,人工喂养儿则可选择低乳糖或无乳糖配方,对于已经添加辅食的孩子,应继续喂辅食,但避免新食物,只吃以前适应良好的食物。一岁以上的孩子可以吃含盐分的食物,年龄较大的儿童饮食不加以限制,但应避免高浓度单糖食物和高脂

肪食物。

3. 臀部护理,预防红臀:每次便后,用温水清洗宝宝臀部,并涂抹护臀膏,保持臀部皮肤干燥、清洁,预防红臀等皮肤问题

4. 药物治疗:对于严重的脱水或持续呕吐,可能需要静脉补液。此外,医生可能会根据患儿情况开具益生菌等药物,需要注意的是止泻药物如洛哌丁胺不推荐常规使用,因为它们可能延长病原体在肠道内的停留时间。秋季腹泻多为病毒感染,抗生素无效,且可能引起肠道菌群失调。

七、轮状病毒的预防

轮状病毒的预防主要采取综合性预防措施,良好的卫生环境、习惯、行为规范等有利于阻止轮状病毒的传播,尤其在护理轮状病毒感染的儿童时,养成良好的洗手习惯、规范处理污染的尿不湿、衣物、室内物品以及环境等有助于减少家庭内或医院内传播风险。预防轮状病毒肠炎的关键是改善卫生条件和接种疫苗。轮状病毒疫苗是预防轮状病毒肠炎的最有效措施。世界卫生组织(WHO)推荐所有国家将轮状病毒疫苗纳入国家免疫规划,并作为优先选项,特别是在轮状病毒肠炎相关死亡率较高的国家。

总之,秋季腹泻是一种常见的儿童疾病,对全球儿童健康构成严重威胁。通过采取适当的预防措施和治疗策略,可以有效地控制这种疾病。轮状病毒肠炎通常在3-8天左右自愈,家长应保持冷静,遵循科学的治疗和护理方法。秋季腹泻虽然来势汹汹,但只要掌握了正确的预防和护理方法,就能为宝宝筑起一道坚实的健康防线。通过改善卫生条件、推广疫苗接种以及对症治疗,可以有效地减少秋季腹泻的发病率和死亡率。

关于压疮,你需要知道的事儿

□黄红艳 蚌埠市第一人民医院

在日常生活中,尤其是在生病住院期间,我们可能经常听到“压疮”这个词,但大多数人对它并不是真正地解。压疮可不仅仅是疼那么简单,它还可能带来很多麻烦。如果不小心感染了,会引发很严重的疾病,像脓毒症、败血症之类的,这可是会危及生命的!而且,治疗压疮可不是一件容易的事儿,需要花费很多时间和精力。今天,关于压疮,你需要知道的那些事儿,就让我跟您一一道来吧。

一、压疮是什么?

压疮,也叫压力性皮肤损伤或者褥疮。如果我们长时间躺在床上或者坐在轮椅上,身体的某个部位一直被压着,得不到放松,那个地方的血液循环就会变得不顺畅。就好像一条小河被堵住了,水流不过去,时间久了,那片土地就会干涸、受损。我们的皮肤和皮下组织也是这样,因为长期受压,缺血、缺氧、缺乏营养,就会出现溃烂,这就是压疮。

二、压疮的易发人群

如因疾病,瘫痪等不能自主改变体位的患者,长时间乘坐轮椅且不能经常变换体位的人,还有身体虚弱营养不良的老年人等。其原因,首先是长时间保持一个姿势不动,那些骨头突出的地方,像骶尾部、足跟、肘部等,是最容易发生压疮的部位;其次,皮肤和床或者轮椅之间的摩擦力,还有身体不同部位之间的剪切力,也会伤害皮肤。再有,如果营养不良,人体没有足够的营养来维持皮肤的健康和修复能力,压疮也容易找上门;另外,皮肤总是湿漉漉的,比如被汗液、尿液、粪便弄湿了,也会让皮肤变得脆弱,增加发生压疮的风险。

三、压疮的不同阶段

一开始呢,皮肤可能只是有点发红,压一下不会马上变回原来的颜色,这就是早期信号啦。然后呢,皮肤可能会出现水泡或者破皮。再严重一些,皮肤会烂得更深,甚至能看到皮下的组织。最严重的时候呀,肌肉、骨头都可能露出来呢,想想都觉得很可怕呀。

四、压疮的治疗与居家处理

专业医护人员会根据压疮的严重程度采取不同的治疗方法,部分严重压疮需要住院处理,一般初期压疮护理可在门诊伤口护理中心进行。因压疮愈合慢,疗程长,更多患者的伤口护理需要居家进行。现在简单介绍居家处理:

- 1. 准备物品:**生理盐水、碘伏、无菌棉签、无菌纱布、镊子等。
- 2. 清洁伤口:**用生理盐水湿润无菌棉签,轻轻擦拭伤口,去除分泌物和坏死组织。
- 3. 消毒:**用碘伏棉签消毒伤口周围皮肤。
- 4. 覆盖敷料:**根据伤口情况选择合适皮肤抗菌液引流或湿敷,如乳酸吡啶抗菌液等,然后多层纱布覆盖在伤口上,胶布固定。
- 5. 还可以选择新型的压疮护理产品,**如溃瘍贴,泡沫贴等,需在专业人员指导下使用。

五、压疮患者居家换药时,一定要注意

- 1. 学习掌握基本无菌操作,**换药前一定要洗净双手,保持清洁。
- 2. 动作要轻柔,**避免过度用力导致伤口再次损伤。
- 3. 观察伤口的变化,**如渗出液的颜色、气味等,若有异常及时就医。
- 4. 定期换药,**不要间隔时间过长或过短。
- 5. 如果患者感觉疼痛加剧或出现其他不适,**应停止操作并咨询医生。
- 6. 注意患者的体位,**避免伤口受压。

六、压疮护理中常见的误区

1. 过度清洁:频繁过度地清洁压疮部位可能会去除有益的皮肤保护物质,导致皮肤干燥和受损。适度清洁并保持皮肤湿润是更重要的。

2. 忽视疼痛管理:压疮可能会引起疼痛,忽视疼痛管理会影响患者的舒适度和康复。应及时采取适当的疼痛缓解措施。

3. 自行处理严重压疮:严重的压疮可能需要专业的医疗护理和治疗。自行处理可能会导致感染加重或其他并发症。应及时就医并遵循医生的建议。

4. 不重视预防:预防是压疮护理的关键。忽视预防措施,如定期翻身、使用减压床垫等,可能会增加压疮再次发生的风险。

5. 忽略患者的心理需求:压疮不仅对身体造成影响,还可能对患者的心理产生负面影响。关注患者的心理需求,提供情感支持,有助于促进康复。

了解并避免这些误区,可以提高压疮护理的效果,促进患者的康复。同时,定期与医护人员沟通,获取专业的建议和指导也是非常重要的。

七、如何预防压疮的发生

- 1. 最重要的就是要经常变换姿势,**不要总是压着同一个部位。对于卧床的人,定时更换体位和姿势,每隔一两个小时就要翻翻身。
 - 2. 要保持皮肤干净、干爽,**避免使用刺激性的清洁产品。有汗液、尿液等要及时用柔软的湿巾或毛巾清理干净。
 - 3. 给病人选择合适的床垫和轮椅也**很重要。
 - 4. 注意营养摄入。**多摄入足够的蛋白质、维生素和矿物质等,保证病人营养均衡,增强皮肤的抵抗功能。
 - 5. 积极治疗基础原发病。**
- 总之,压疮虽然危害不浅,但只要我们多注意、多预防,就能减少它的发生;治疗压疮的成本大大高于预防的成本。希望大家都能了解压疮,有能力保护好自己和家人。

公益广告

弘扬法治精神 建设法治政府

