

儿童久咳无感染 警惕过敏性咳嗽

很多家长一看到宝宝咳嗽,就急着喂止咳药、消炎药,却忽略了一种常见又易被误诊的情况——过敏性咳嗽。其实宝宝咳嗽老不好,很可能不是“感冒”,而是身体在发出过敏信号。家长若乱用药,反而会延误宝宝的治疗。

很多家长误以为“咳嗽就是有炎症”,其实普通感冒引起的咳嗽,大多和病毒、细菌感染有关,通常伴随流鼻涕、发烧、喉咙痛等症状,病程一般3~5天,宝宝服药后症状可明显缓解,咳嗽也会随之逐渐好转。

但过敏性咳嗽不一样,它不是“感染”惹的祸,而是宝宝的呼吸道对某些物质过敏引起的反应,就像呼吸道被刺激后不停地“抗议”。打个比方,宝宝的呼吸道就像娇嫩的花朵,普通咳嗽好比花朵被雨水打湿(感染),而过敏性咳嗽则像花朵被花粉、灰尘刺激后不停颤动(咳嗽)。

儿内科医生提醒,宝宝出现以下几种情况,大概率是过敏性咳嗽,别再乱喂止咳药了:

咳嗽时间长:超过2周不痊愈,尤其是夜间、凌晨或晨起时加重,白天活动后也可能明显,而安静休息时反而减轻。

咳嗽特点怪:大多是干咳,没有多少痰液,或者只有少量白色泡沫样痰,宝宝可能会说喉咙痒、有异物感。

诱因很明显:一旦接触冷空气、花粉、尘螨,或者闻到油烟、香水味,甚至哭闹、剧烈运动后,咳嗽就会加重。

无感染迹象:不发烧、不流鼻涕,精神状态、食欲都正常,去医院查血常规,白细胞也没有升高(排除细菌感染)。

以下这些误区,家长需注意:

咳嗽就喂止咳药:止咳药只能“压制”咳嗽,无法解决过敏的根本问题,还可能掩盖病情,甚至增加宝宝的肝肾负担。

没炎症也喂消炎药:消炎药只对细菌感染有效,对过敏完全无效,滥用还会破坏宝宝肠道菌群。

觉得“扛一扛就好”:过敏性咳嗽如果不及早干预,长期下来可能发展成过敏性哮喘,危害宝宝的呼吸道健康。

宝宝过敏性咳嗽,这样做才对:

及时就医确诊:带宝宝去儿内科就诊,医生会通过症状、血常规、肺功能等检查,判断是否为过敏性咳嗽,明确过敏原(常见的有尘螨、花粉、宠物毛发等)。

远离过敏原:这是最关键的一步!对于尘螨过敏的宝宝,家长应勤晒被褥、定期清洁家居;对于花粉过敏的宝宝,家长应在花粉季减少外出,外出时佩戴口罩;同时,家长应避免让宝宝接触香水、油烟、冷空气等刺激物。

(据《大河健康报》)

本版组稿 李鹤



科学预防室内中暑

盛夏气温节节攀升,天气闷热难耐,因中暑就诊的患者也随之增多。医生提醒,高温天气待在密闭闷热的室内,或是过度贪凉长时间吹空调,可能诱发中暑。冷热失衡引发的中暑,是最容易被大家忽视的健康盲区。

新华社发 曹一作

药品说明书上的“不良反应”,你看得懂吗?

当你拿到一盒新药时,最先关注的信息是什么?相信除了“用法用量”,“不良反应”也是大家普遍关注的内容,也就是俗称的“副作用”。

有些人看到药品说明书上密密麻麻的“不良反应”一栏,心里常打鼓:“这么多副作用,这药还能吃吗?”其实,药品的不良反应是指合格药品在正常用法用量下发生的、与用药目的无关且有害的反应。

我们需要理解的是,不管是西药还是中药,都有可能发生不良反应,但这并不意味着每个人都会出现。就好比吃辣椒,辣椒对胃肠道有刺激,有的人吃了会拉肚子,有的人却没什么事,这主要看个体耐受性。不良反应的发生有一定概率,说明书里通常会有标注,按照发生概率依次降低,可分为:十分常见、常见、偶见、罕见和十分罕见。

那么,为什么会发生药品不良反应?主要有以下3个方面的原因:个人体质差异、药物因素和用药方式。

个人体质的差异是导致不良反应的关键因素,就好比有人对海鲜过敏、有人对花粉过敏,不同体质、年龄,甚至不同性别,对药物的耐受程度存在差异。比如老年人,肝肾功能随着年龄增大逐渐衰退,对药物的代谢和排泄能力降低,就会更容易出现不良反应。即使是同一个人,在不同时期(如间隔数日)身体状况不同时,对药物的耐受程度也可能发生变化。

药物的药理作用(即发挥疗效的原理)、药品中的辅料以及不同剂型,都可能导致不良反应的发生。比如抗菌药物在杀灭体内致病菌的同时,可能会伤及肠道内的有益菌群,从而引发腹泻。

不良反应还和用药方法有关,如用药时间、是否空腹等,比如布洛芬类的止痛药,空腹服用容易刺激胃部,导致胃部不适。

对于可能发生的不良反应,用药者又该怎样规避和应对呢?

提前了解,心中有数。用药前,患者应通过阅读药品说明书、咨询医师等途径,了解正在服用的药物有哪些常见不良反应和注意事项,可以避免部分不良反应的发生。

用对方法,有效预防。用药者应严格按照药品说明书的要求正确用药,具体要关注服药剂量(一次吃多少)、服药频次(一天用几次)、与饮食的关系(饭前还是饭后服用),以及与其他药物联用时,是否需要间隔时间。

出现不适,可先咨询。如果使用药物后感到不适,患者应立即咨询医师或药师,不可随意自行停药、减量或者换药。咨询时,患者应准确说明“使用了什么药物”“使用了多少剂量和多长时间”“出现了什么样的症状”等,且应随身带上已服用的药物和说明书,供医师查看分析。

在实际生活中,很多人面对的情况更复杂,比如同时吃好几种药,不知道哪个药物引起了不适;看到说明书上复杂的不良反应,有些害怕,不敢服用;或者作为老年人、孕妇、肝肾功能不佳的人群,不敢随意用药等等。这时候,建议患者到药学院门诊咨询药师。药师会逐一分析患者的用药情况,判断不适症状是否与药物有关,并给出继续观察、调整用法、换药或停药等专业建议。

(据《光明日报》)



AI制作