

春季是传染病的高发季节,像水痘、猩红热、风疹、麻疹之类的传染病,都摩拳擦掌地纷纷上阵。它们的一个共同特点就是:生病后,身上都会出现疹子。知道一些简单的辨别方法和护理要点,家长就不会那么慌乱了。

春季传染病高发 这些“小红点”一定要分清

水痘

水痘是由带状疱疹病毒引起的。典型的皮疹首先出现于头皮、面部或躯干。最初的皮疹为红色斑疹,瘙痒明显,然后发展为充满透明液体的水疱疹。一两天后,透明的液体变浑浊,疱疹出现“凹脐”现象,然后结痂。此时,其他部位的皮肤上会再次出现类似皮疹。水痘临床表现轻重不一,症状轻的不发热,皮疹稀少;症状较严重的会有发热、食欲减退或轻度腹痛;更严重的还会合并肺炎。

●护理要点

大部分孩子患水痘后病情比较缓和,很少有并发症,不需要特殊治疗,常可在7~10天内自然痊愈。发热出疹期要让孩子卧床休息,多喝水,吃营养丰富、容易消化的食物,忌吃辛辣的食物和鱼虾。

水痘导致的瘙痒是孩子很难忍受的,所以对水痘的护理很重要。要修剪孩子的指甲,年龄小的孩子可以戴连指手套,以防孩子抠烂皮肤。可用炉甘石涂抹皮疹处止痒,如果合并感染,可以用百多邦。切忌使用肤轻松、强的松一类含激素的软膏,以免造成全身性水痘。

孩子的内衣要每天换洗。如果皮疹不严重,可以洗浴。

如果孩子出现高热、咳嗽、头疼等症状,要到医院及时治疗。

●隔离时间

全部皮疹结痂或出疹后7天。

猩红热

猩红热是由A组溶血性链球菌引起的。猩红热的皮疹多在发热第二天出现,最先出现在颈部、腋下和腹股沟等处,24小时内会遍布全身。在全身皮肤弥漫性充血潮红的基础上,有均匀密集的小红点广泛分布,看着像鸡皮疙瘩,摸上去像砂纸,用手按压红疹会消退,放开手后红疹又会出现。此外,有些孩子还有“杨梅舌”(红肿的舌头突出于白苔之外)、口周苍白圈(面部皮肤潮红而口鼻周围皮肤发白)、帕氏线(皮疹在折皱处如腋窝分布密集并伴有出血点,形成明显的横纹线)等症状。

疹退后一周内开始脱皮,轻者呈糠屑样,重者大片脱皮,个别孩子脱皮可持续6周。

●护理要点

猩红热的皮疹瘙痒不明显,所以孩子抓破皮肤的可能性也不大。

治疗猩红热首选青霉素,如果孩子对青霉素过敏,可选用红霉素或头孢霉素。只要早发现、早治疗,猩红热能很快痊愈。

在发病的急性期,孩子要卧床休息,多喝水,保持皮肤清洁。大一些的孩子可以用温淡盐水漱口。饮食以流质、半流质为宜。

少数孩子在病后2~3周容易发生急性肾小球肾炎,所以病后每周给孩子化验一次尿液很重要。

●隔离时间

患病的孩子要一直隔离到咽拭子细菌培养呈阴性为止。

风疹

由于风疹的疹子来得快,去得也快,像一阵风似的,风疹因此而得名。

风疹由风疹病毒引起,病毒存在于出疹前5~7天患病孩子的唾液及血液中,但在出疹2天后就不易找到了。

风疹病毒在体外生活力很弱,不过传染性与麻疹一样强。

风疹通常于发热1~2天后出现皮疹,先从面颈部开始,24小时左右蔓延到全身。

皮疹初为稀疏的红色斑丘疹,以后面部及四肢皮疹可以融合,类似麻疹。

出疹第二天开始,面部及四肢皮疹变成针尖样红点,像猩红热样皮疹。皮疹一般在3天内迅速消退,留下较浅的色素沉着。

●护理要点

孩子在出疹期体温不再上升,也没有不舒服的感觉,饮食和玩耍都和正常一样。

患病期间要卧床休息,吃富含维生素及富有营养的易消化食物如菜末、肉末、米粥。

风疹的全身症状轻,但会伴有耳后、颈部淋巴结肿大,而且风疹预后良好,也很少有并发症。只要注意保持孩子的皮肤清洁卫生,防止细菌继发感染就可以了。

●隔离时间

患风疹后要及时隔离治疗,隔离至出疹后1周。

麻疹

麻疹早期很像普通的感冒,加上麻疹通常在孩子发烧后3~4天才出现,所以很容易误诊。

皮疹开始为稀疏、不规则的红色斑丘疹,疹间的皮肤正常。

皮疹最早出现在耳后、颈部,沿着发际边缘发展,24小时内遍及面部、躯干和上肢,第三天继续往下蔓延至下肢和足部。

病情严重时,还会出现皮肤水肿、面部浮肿、变形等症状。麻疹消退后,皮肤留有糠麸状脱屑以及棕色色素沉着,7~10天痊愈。

此外,麻疹还有眼部充血、眼睑水肿、眼泪增多、下眼睑边缘处有一条明显的充血横线等较明显的特点。

●护理要点

孩子生病后最好卧床休息,房内保持适当的温度和湿度。

如果孩子有畏光症状,房间的光线要保持柔和。给孩子吃容易消化的食物,并补充足量的水分。保持皮肤、黏膜清洁。孩子的衣物最好在阳光下暴晒,房间要经常通风。

当孩子出现高热时可用儿童专用的退热剂;如果出现烦躁症状,医生会适当给予苯巴比妥等镇静剂;出现剧烈咳嗽则用镇咳祛痰剂;如果出现继发细菌感染用抗生素治疗。

患病期间孩子对维生素A的需要量比较大,所以应补充维生素A。

●隔离时间

一般病人隔离至出疹后5天,合并肺炎者延长至10天。接触麻疹的易感者应检疫观察3周。

宝宝的喝水杯 竟有这么多讲究

有些家长可能以为,宝宝用的杯子,不想用就不用,只要宝宝肯喝水就行。其实,宝宝使用杯子喝水,这里面可大有学问。

使用杯子喝水的好处

提高协调能力

使用杯子喝水,可以提高宝宝的手嘴协调能力,锻炼宝宝吮吸和咀嚼吞咽能力,为宝宝以后的断奶提前做准备。

避免龋齿产生

长期使用奶瓶,特别是有夜奶习惯的宝宝,患上龋齿的几率更大。奶瓶不仅对宝宝口腔牙齿存在不良影响,还不利于宝宝建立良好的进食和睡眠规律。用杯子逐渐替代奶瓶,有助于纠正宝宝奶睡的习惯。

宝宝迈向独立

从奶瓶到杯子,标志着宝宝成长的转变。这个信号会带给宝宝很大的鼓舞,从而使宝宝更加渴求进一步的独立。

降低中耳炎风险

习惯用奶瓶喝奶并会睡着的宝宝,奶液可能通过咽鼓管流进中耳,造成中耳炎的风险。有数据显示,宝宝完全接受用杯子喝各种液体,大约需要6个月的时间来完成过渡。这时候,家长的引导非常重要,还要多让宝宝练习抓、握东西。

使用杯子需要逐步训练

宝宝6个月大以后,可以使用带吸管的杯子或者吸口杯。

刚开始的时候,可以给宝宝使用训练杯(也称学饮杯,杯上有双柄和可扣紧的盖子,盖子上有喝水嘴)或吸管杯。这样在宝宝将杯子当玩具而乱扔时,可以减少杯子里的水洒出来。

无论宝宝之前是否使用过杯子,6个月左右都可以开始学习使用杯子。

而且,当发现宝宝有以下反应时,也代表宝宝做好使用杯子喝东西的准备了:

- 用母乳或奶瓶喂宝宝时,宝宝的眼睛不是专注盯着一处,而是不停地环视其他地方。
- 宝宝只是把乳头含在嘴里,没有吮吸的动作。
- 在喂奶结束之前,宝宝就试着从妈妈的大腿上滑下来。

一般,宝宝常见的学饮杯有鸭嘴杯和吸管杯两种。鸭嘴杯还会分为软嘴和硬嘴,主要是为了1岁以下牙龈比较娇嫩,和1岁以上控制力已经很好的宝宝而设计。

6个月左右初学使用杯子的宝宝,可以选择鸭嘴杯,也有一些宝宝可以直接接受吸管杯。

9个月有了一定使用杯子基础的宝宝,开始使用吸管杯。

1岁以后控制力很好的宝宝,尝试习惯用普通的杯子。

宝宝拒绝用杯子怎么办

每个宝宝对于杯子的接受程度不同,使用起来的困难程度也不同。有些宝宝可能刚开始就被杯子吸引,而喜欢用杯子。

也有些宝宝就是不愿意用杯子,这需要家长循序渐进地引导和坚持培养宝宝使用杯子喝水的兴趣。

用杯子装母乳或配方奶

刚开始可以尝试在宝宝不太饿的时间,例如中午的时候,在杯子里装上母乳或配方奶喂宝宝,因为是宝宝熟悉的味道,这样对杯子的接受程度可能大一些。

家长等宝宝适应了用杯子喝奶,再尝试在早晚的时候,用杯子喂宝宝。

在宝宝面前演示用杯子喝东西

家长可以刻意在宝宝面前演示用杯子喝液体的动作,可以用倒液体的声音吸引宝宝的注意力。

通过演示,可以将用杯子喝液体的信息传输到宝宝的大脑内,降低宝宝对使用杯子的抵触情绪。

在容易渴的时候使用杯子

当宝宝晨起、洗澡或玩耍后,体力及身体里的水分会有所流失,这时宝宝的身体也会发出缺水的信号,此时再给宝宝用杯子喝水,会更容易些。

增加杯子喝液体的趣味性

挑选不同颜色、款式的杯子,或在杯子中插入形状各异的吸管,吸引宝宝的注意力,引起宝宝对杯子的兴趣。

绘本教育引导宝宝使用杯子

选择一些关于引导宝宝使用杯子的绘本,边给宝宝讲绘本的故事,边拿起杯子喝水,尽量生动形象一些。

平时挑选一些宝宝喜欢的卡通人物,告诉宝宝,他喜欢的角色也很喜欢使用杯子,或将宝宝喜欢的卡通人物贴在杯子上,这样宝宝也就会爱屋及乌地喜欢上使用杯子。

游戏中学会使用杯子

和宝宝进行一些杯子喝液体的游戏,如:“干杯比赛”或“藏杯子”等。通过游戏,让宝宝慢慢习惯使用杯子。

随手可触的杯子

在宝宝经常活动的地方准备好杯子,当宝宝看到杯子或口渴的时候,自然而然地就会用起杯子了。



千年观前街 一个采芝斋

苏州热线电话: 0512-67276198 地址: 苏州市观前街91号

全国热线电话: 0512-67274512 网址: caizhizhai.tmall.com