

让父母不再焦虑——儿童反复呼吸道感染病因

杜娟

绵竹市人民医院 四川德阳 618000

【中图分类号】R725.6

【文献标识码】A

【文章编号】2095-9753 (2019) 06-085-01

儿童反复呼吸道感染是一种常见的病症,有资料显示,儿童呼吸道感染的病例在儿童门诊中占就诊总人数的60%,不仅会对儿童的生长发育有影响,甚至会增加儿童在成年后患有慢性呼吸系统疾病的概率,对肺造成永久性的损害。要找到儿童反复呼吸道感染的原因,用合适的治疗方法治疗,在日常生活中,也要注重预防,让儿童更加健康的成长。

1 儿童反复呼吸道感染的原因

(1) 先天性疾病,比如肺发育不全、先天性心脏病、食管气管瘘等。

(2) 儿童的机械屏障功能和免疫系统发育不够完善,鼻粘膜娇嫩、常用口呼吸、缺少鼻毛、容易呛奶等,而且血清中的免疫球蛋白水平比较低,留个与以后的婴儿生理性免疫低下,更加容易患反复呼吸道感染。

(3) 慢性细菌性病灶,比如鼻窦炎、支气管炎、中耳炎、扁桃体炎等,让呼吸道黏膜受到损害,造成机体的免疫功能下降。

(4) 病毒等感染让儿童暂时性免疫功能低下,比如腮腺炎、麻疹、水痘等,让胸腺萎缩,T细胞亚群之间的平衡失调,抵抗能力下降。

(5) 免疫抑制剂,一旦长期大量的使用氨甲蝶呤、环磷酰胺、糖皮质激素等都会将机体的免疫功能抑制,儿童容易患呼吸道感染。

(6) 慢性消耗性疾病和营养不良。比如营养性贫血、维生素A和维生素C等缺乏、锌等微量元素缺乏、佝偻病等,都会影响机体的免疫功能。除此之外,肾病、结核病、慢性腹泻、各种肿瘤、慢性肾炎等,都会让机体的抵抗能力下降。

(7) 长期在拥挤而且卫生条件不好的机体机构生活和护理不到位以及呼吸道感染的治疗不够彻底的儿童很容易患反复呼吸道感染。

(8) 居住环境潮湿、拥挤、阴暗以及空气污染都会对气道黏膜有损伤,让呼吸道的免疫功能和抗病能力下降,导致儿童容易患呼吸道感染。

2 儿童反复呼吸道感染的临床表现

(1) 旧的呼吸道感染刚好,又出现新的新的呼吸道感染。

(2) 反复出现鼻塞、发热、咽痒、流涕、咳嗽、喘憋、气促、咳痰等。

(3) 时常还有烦躁、瘦弱、多汗等。

(4) 反复出现感冒、鼻炎、支气管炎、反复咳嗽、肺炎、扁桃体炎等。

3 儿童反复呼吸道感染的治疗

(1) 一般治疗。要均衡营养,饮食以清淡为主,增加对微量元素和维生素的摄取量。多喝开水,注意休息,注意通便,要保持室内的湿度和温度合适,如果出现发热症状,要及时

退热。

(2) 全身用药。对于反复上呼吸道感染急性期要以抗感染治疗为主。病毒感染者在使用抗病毒药物的时候要酌情使用。细菌感染者使用大环内脂类或者青霉素类,比如阿奇霉素等抗菌药物。

(3) 局部用药。对于鼻塞比较严重的,可以短期使用医用高渗海水或者减充血剂,对于过敏的局部要用糖皮质激素喷鼻和抗组胺。对于咽痛的可以使用局部雾化药物。对于耳流脓局部或者耳痛局部治疗的时候可以用1%的酚甘油滴耳剂,用3%的双氧水进行清洗,局部采用非耳毒性抗菌药物滴耳剂等。

(4) 免疫调节剂。在急性感染期可以将免疫调节剂当做合并用药,能很大程度上缩短病程,将抗生素和其他药物的用药时间减少。

4 儿童反复呼吸道感染的预防

(1) 生活要有规律,要保证孩子有充足的睡眠时间,有适当的户外运动,多晒太阳,增加体育运动,加强体格的锻炼。

(2) 生活环境中的空气要保持新鲜,房间要经常通风。儿童经常接触的玩具以及桌椅等要进行消毒。要注意卫生,勤洗手,尽量避免和感染病患接触,出门要佩戴口罩。在咳嗽的时候有手帕或者衣袖遮掩。

(3) 在流感流行的季节,尽量少带孩子去公共场所,避免儿童和已经感染的患者接触。

(4) 在气候变化较大的季节,要及时增减衣物,冷暖适宜,加强护理,以防感染。

(5) 饮食平衡,营养合理。营养的摄入量要多样性,多食用含有碳水化合物、维生素、微量元素、纤维以及蛋白质的食物,比如肉类、牛奶、鱼类、蔬菜以及水果。水分补充要充足,多喝水,少吃冷食以及甜食,少喝饮料,对于油炸食品的摄入量要进行控制,让营养达到均衡。要养成良好的饮食习惯,按时吃饭,做到不偏食、不挑食。

(6) 合理饮食。多食用一些健脾一提起的食物和蔬菜,比如白萝卜、南瓜、山药、花生、核桃、大枣、油菜、胡萝卜、芥菜、蘑菇等。

综上所述,儿童反复呼吸道感染的主要原因先天性疾病、儿童的机械屏障功能和免疫系统发育不够完善、慢性细菌性病灶、病毒等感染让儿童暂时性免疫功能低下、免疫抑制剂、慢性消耗性疾病和营养不良、生活环境不好等。临床表现主要是反复出现鼻塞、发热、咽痒、流涕、咳嗽、喘憋、气促、咳痰、感冒、鼻炎、支气管炎、反复咳嗽、肺炎、扁桃体炎等,要根据具体的病因进行分析,找出适合的治疗方法,做好预防措施,多食用一些富含维生素、纤维、蛋白质以及一些微量元素的食物,养成良好的生活习惯,适量的运动,有效预防儿童反复呼吸道感染。