

# 3岁男童反复咳喘被确诊哮喘

## 专家：需坚持长期规范化治疗

本报记者 鞠圣娇

1月28日,3岁男童小泽(化名)被妈妈领进了聊城市中心医院儿科主任刘兆国的诊室。妈妈说小泽这个冬天反复咳喘,用药后虽有所缓解,但过不了多久又会反复。刘兆国

检查发现,小泽不仅咳嗽,而且喘气困难,锁骨上窝呈深陷状态——这是哮喘典型症状“三凹征”之一。

看到小泽憋喘严重,刘兆国安排为他使用雾化药物来缓解症状。住院医师邓洋洋观察小泽的生命体征,了解到小泽已经是第三次发病了,家

长以为问题不大,只带孩子在小门诊就诊过,这次孩子出现了严重的憋喘、精神状态较差,才着急来医院治疗。

“小泽的症状可能是支气管哮喘,需要进一步检查和正规治疗。”刘兆国告诉小泽的妈妈,哮喘是儿

童最常见的慢性病之一,大部分患儿的病情可以得到有效控制。应用雾化药物治疗后,小泽憋喘的症状得以缓解。第二天,呼吸科医师为小泽完善了肺功能检查,结果支持哮喘。

### 出现以下情况需警惕哮喘

儿童哮喘指的是儿童时期的支气管哮喘,与成年人哮喘有很多不同。据相关数据显示,近些年,儿童哮喘患病率呈逐年上升趋势。儿童哮喘患儿的呼吸道受到过敏原(如冷空气、动物

皮毛、尘螨等)刺激,就会引起明显的支气管收缩痉挛,进而出现咳嗽、喘息、气促、胸闷甚至呼吸困难等症状,这些症状多发生在夜间和凌晨。哮喘对患儿生活影响较大,有的患儿因

哮喘在夜间发作而睡不好觉,有的患儿无法正常游戏或参加体育运动。

“目前,没有针对哮喘的直接检查方法,出现以下情况,家长就需要警惕了。”刘兆国说,如果孩子有多于每月1

次的频繁发作性喘息,活动诱发的咳嗽或喘息,非病毒感染导致的间歇性夜间咳嗽,喘息症状持续至3岁以后,抗哮喘治疗有效停药又复发等情况,家长一定要及时带孩子到医院就诊。

### 治疗重点在长期管理

“儿童时期的支气管哮喘随着年龄的增长有自愈倾向,家长要有信心,但同时,也需要坚持规范化治疗。”刘兆国发现,很多家长只重视急性期的治疗,忽视了长期治疗,导致患儿病情反复。还有的家长抵触使用激素类药物,不愿意面对孩子患

哮喘的现实,从而延误了孩子的治疗。

刘兆国表示,作为慢性疾病,治疗哮喘要坚持长期、持续、规范化、个体化的治疗原则。急性期儿童哮喘的治疗以抗炎、平喘为主,以快速缓解症状。急性期后,更重要的是对

患儿进行长期管理,坚持长期抗炎、降低气道反应。而且,应每3个月评估一次病情,以决定下一步的治疗方向。这个过程可能会持续1—3年甚至更长时间。

哮喘患儿在日常生活中要特别注意。平时要避免和控制哮喘触发

因素,及时识别哮喘发作症状,随身携带药物,家中也要经常通风、定期除螨除尘。患儿在规范化治疗和指导下,也可以参与运动,适当的运动可以提高其耐受能力,改善呼吸功能,增强抵抗力,减少急性发作次数。

## 改善孩子成长迟缓 《指南》来支招

本报记者 鞠圣娇

“孩子吃得也不少,但跟同龄人比身高不算高,该怎么办?”市民吴娟的儿子今年上小学一年级,春节期间,终于闲下来的吴娟为了让儿子长高,变着花样给孩子做饭。但假期结束后,自己又没有时间照顾孩子了,担心孩子营养跟不上,吴娟又开始焦虑了。

儿童、青少年生长发育一直都是家长关注的大问题,而足够的营养是保证儿童、青少年身体健康的基础。现实中,有些孩子因为吃得不好、吃得不对,或者家长喂养不当,导致生长发育迟缓。近日,

国家卫健委发布了《儿童青少年生长迟缓食养指南(2023年版)》(以下简称《指南》),结合儿童、青少年生长迟缓的特点,给出了食养原则和建议。

《指南》将“生长迟缓”定义为:由于膳食的蛋白质或能量、维生素、矿物质摄入不足等原因,导致身高低于筛查标准的年龄别身高界值范围,属长期性营养不良。“家长觉得孩子长得不高,不一定是孩子真不高,孩子的身高可能在正常范围内。”1月31日,聊城市疾控中心食品营养所负责人王文超说,家长首先要对孩子有合理期待,其次为了孩子健康饮食,家长要了解营养知识、日常食物制作方法、改善

就餐行为等多个方面下功夫。

根据记者调查,我市一些儿童、青少年存在营养不均衡的问题,淀粉、肉类等摄入较多,蔬菜类摄入较少;在饮食习惯方面,有的孩子会在饭前摄入高热量但营养单一的零食,如点心、饮料、果冻等,最终影响了正餐摄入;进餐时,有的孩子受父母的习惯影响,一边看电视、手机,一边吃饭,这容易导致食物摄入单一、摄入过多等问题。还有的孩子,因为中午在“小饭桌”吃饭,容易养成挑食的习惯。

“如果孩子已经出现发育迟缓,除了应到专业医疗机构就诊外,可以参考《指南》对家庭饮食作出改变。”王文超介绍,

《指南》提出,生长迟缓儿童、青少年选择食物时应全面、均衡、多样,保证一日三餐定时定量、饮食规律,能量和营养素摄入充足。每餐的膳食应包括谷薯类、蔬菜水果、畜禽鱼蛋奶和大豆等食物中的3类及以上;每天摄入食物种类达到12种以上,每周达到25种以上,尤其应重视选择高营养素密度食物。同时,《指南》以8岁的学龄儿童为例,结合临床常见问题列举食养方及分量,家长可以在医师、营养指导人员等专业人员指导下选择食养方法及食用时间,并根据实际情况调整。

## 舌系带短必须手术? 医生这样建议

文/图 本报记者 张琪

孩子舌头伸不出来,发音不清楚,是舌系带短造成的吗?需不需要手术?1月30日,聊城市第二人民医院华美院区口腔科主治医师乔金科表示,舌系带短需不需要进行手术治疗,应由专业医生评估后决定。

4岁的小雨活泼可爱,是家人的掌上明珠。但是,小雨说话发音不准确,常把“乐乐”说成“讷讷”,把“自己”说成“寄几”。不久前,妈妈偶然发现小雨的舌头像被东西勒住了似的,无论怎么用力都伸不出来,呈“w”形状。家人赶忙带小雨到聊城市第二人民医院华美院区口腔科就诊,接诊主治医师乔金科为小雨进行了仔细检查,诊断其患有舌系带短,导致发音困难,建议手术治疗。经过治疗,小雨恢复良好,现在已经和正常孩子一样口齿清晰了。

乔金科说,大家可以照镜子观察自己的舌系带,对着镜子向上卷起舌尖,看到

的舌头和口底的一条细长条状组织,就是舌系带。虽然它只是一条小小的系带,但对舌体运动、说话发音、面部发育等都具有重要影响。

“舌系带短属于先天性发育问题,很常见。但是有很多人认识不到这是一种疾病,因此经常忽视。”乔金科表示,正常情况下新生儿的舌系带是延伸到舌尖或者接近舌尖的,在舌尖逐渐向前生长的过程中,舌系带会向舌根部退缩。随着生长发育,如果舌系带没有退缩至舌根下,而是处于靠近舌尖的位置,就是舌系带短。正常的舌系带可以使舌头活动自如,比如舌尖能自然地伸出口外,呈卵圆形或“v”字形,翘舌向上可以舔到上牙龈。如果舌系带短则会造舌头不能完全伸出口腔,舌尖呈“w”型;翘舌向上,舌尖不能舔到上牙龈。这会导致舌头在口腔内活动受限,影响说话和发音,比如汉语拼音字母中“l”“zh”“ch”等音节的发音不准确;同时,舌系带短对咀嚼、吞咽也有影响,孩子



乔金科为患者检查

常表现出吃东西慢;对婴儿来说,吮奶时,会因裹不住奶头而出现漏奶现象,舌头还会因经常受到牙齿的摩擦而发生创伤性溃疡。

“其实,舌系带短并不一定必须进行

手术。”乔金科表示,发音不准确不仅是由舌系带短一种因素造成的,医生会进行仔细检查,判断孩子发音不准确是否与舌体运动有关,经过评估,提出是否需要手术的建议。