



孩子出现热性惊厥怎么办？

聊城市中心医院专家：镇静护理更重要

□ 文/图 鞠圣娇

孩子一旦发烧，很多家长如临大敌，有的家长说“害怕孩子烧抽了”。所谓的“烧抽”，是人们对热性惊厥的俗称。

孩子热性惊厥发作时，常会出现双眼上翻、牙齿紧咬、四肢强直、呼之不应情况，这时家长往往手足无措。“大多数孩子的热性惊厥预后良好，家长不必惊慌。”聊城市中心医院儿科副主任医师牛俊红说，热性惊厥是小儿最常见的惊厥之一。

热性惊厥 一般没有后遗症

热性惊厥分为单纯性热性惊厥和复杂性热性惊厥，大多数为单纯性热性惊厥，主要原因是孩子神经系统发育不完善，神经稳定性比较差。孩子发热会导致神经元功能紊乱，引起脑细胞异常放电，进而导致全身或局部肌肉不自主地收缩，常伴有意识障碍。单纯性热性惊厥发作约1—2分钟后自行停止，没有后遗症、不影响智力，且无生命危险，只有少部分会演变为癫痫。热性惊厥一般发生在上呼吸道感染或其他感染性疾病初期，这个阶段体温上升，如果体温大于38℃，就容易出现热性惊厥。

牛俊红说，符合以下条件可考虑是单纯性热性惊厥：3个月到6岁的孩子；体温超过38℃伴有抽搐；抽搐通常在数



牛俊红检查患儿情况

分钟内缓解，缓解后孩子通常会疲劳、嗜睡；没有中枢神经系统感染和炎症；没有可能导致抽搐的急性全身性代谢问题。但是，如果孩子年龄小于6个月、大于5岁，抽搐时间超过10分钟或者24小时内出现2次以上抽搐，就可能是脑炎、脑膜炎、复杂性热性惊厥等疾病。

遇到热性惊厥 不要强行抱起孩子

“大多数家长在孩子热性惊厥发作

时，都会惊慌害怕，容易乱中出错。”牛俊红介绍，有的家长会撬开孩子牙齿，把筷子、勺子伸进去，以防孩子咬到舌头，实际上孩子不会咬到舌头，强行塞硬物可能会损伤孩子的牙齿、牙龈，伸入太深还可能阻塞气道，引发危险。有的家长在孩子抽搐期间喂药、喂水，可能造成异物进入气管；如果抱起、摇晃孩子，会更加刺激孩子，导致病情加重，限制孩子活动，有可能造成骨折。

牛俊红提醒家长，热性惊厥发作时，应让孩子平卧在安全、平坦的环境

中，解开其衣领、腰带，把孩子的头偏向一侧，清理口腔内的食物和分泌物，避免呕吐物吸入气管而发生窒息，记录体温、观察意识及抽搐情况。如果惊厥时间超过5分钟，应及时拨打120急救电话，或就近就医。惊厥停止后，须及时采取降温处理，但不要使用酒精擦拭身体。

提前吃退烧药 不能预防热性惊厥

很多家长有疑问，既然孩子发烧后会出现惊厥，那么提前或加量使用退烧药，可以预防惊厥吗？

“没有权威证据显示退烧药物可以缩短发热病程。而且，由于孩子体温上升得非常快，基本没有办法预防热性惊厥的发生。”牛俊红说，要正确看待孩子发烧，发烧只是疾病的表现之一，孩子发烧时应适当使用退烧药物，让孩子舒服些。临床上，有的家长为了给孩子快速退烧，到小诊所给孩子打针、灌肠，但这些措施相较于口服退烧药物，风险较高且容易掩盖真实病情，不建议使用。

保障孩子身体健康，关键在日常。牛俊红建议家长，平时要督促孩子多运动、均衡饮食、按时接种疫苗，增强免疫力；还要勤洗手、勤通风，及时给孩子增减衣物，传染性疾病流行期间做好防护，尽量避免带孩子去人口密集的公共场所。

治疗儿童疼痛有良方

——聊城市中心医院儿科门诊的三个小故事

□ 鞠圣娇

疼痛是儿童就诊的一大原因，但因为孩子年龄小，往往很难说清疼痛部位和疼痛原因。有时，家长会按自己的经验、感受来判断孩子疼痛的原因，这给儿科医生的诊疗工作增加了难度。

“腹痛、头痛、腿痛是孩子疼痛的几个主要症状，疼痛背后的原因可大可小。”聊城市中心医院儿科副主任医师牛俊红说，小儿常见的腹痛可能是阑尾炎、肠套叠等急症，也有可能是不需要特别处理的肠系膜淋巴结炎，但这需要医生仔细甄别，以免误诊。

颈部疼痛，不一定是落枕

7月14日，4岁男童乐乐(化名)因脖子疼来到聊城市中心医院儿科门诊就诊。乐乐妈妈认为孩子落枕了，想开点止痛药。牛俊红检查发现，孩子低头、左右转头时，颈椎均不疼，但是仰头困难，无法上抬头部。牛俊红怀疑乐乐并不是落枕，颈椎CT检查发现，乐乐的颈椎第二节椎体轻度向前滑脱，颈椎呈反弓改变，完全不符合落枕的诊断，证实了牛俊红的判断。随后，牛俊红联系骨科医师进行会诊，明

确乐乐为颈椎滑脱，其治疗方式与落枕完全不同。

颈椎滑脱是成年人的常见病，儿童相对少见，需要骨科医师制定治疗方案，使用颈部支具固定、牵引治疗等方法，而如果采用对待落枕的方式进行手法按摩，有可能损伤颈椎导致四肢瘫痪。

胸痛，可能是肺炎

说起咳嗽，很多家长都会联想到肺炎，不过，咳嗽有时并不是肺炎。前不久，牛俊红接诊了一个自称胸痛的5岁男童诺诺(化名)。

诺诺就诊前一天开始发烧，偶尔咳嗽。牛俊红进行肺部听诊、叩诊等检查后，没有发现明显疾病特征，咽部也不红肿，但孩子的胸痛不像是装出来的。牛俊红建议为孩子完善血常规、C反应蛋白和胸片检查，但家长认为偶尔两声咳嗽不值得拍片子。

“肺炎并不一定咳嗽，孩子咳嗽也不一定是肺炎，但孩子胸痛需要确定是否为肺部感染。”牛俊红耐心解释后，家长半信半疑地带孩子去检查了。检查结果提示为大叶性肺炎，炎症累及胸膜产生了胸痛表现，血常规结果提示有非常严重的细菌感染。经

过对症治疗，孩子第二天就不再胸痛，肺炎逐渐好转。

腿痛，未必是生长痛

生长痛是很多孩子成长中会面临的一种腿部疼痛，但腿痛还有可能是其他病因。4岁女童欢欢(化名)平时活泼好动，但最近1个月一直腿痛，因为不影响活动，家长以为是缺钙引起的生长痛。欢欢家长带她来到门诊后，牛俊红问她哪里疼痛，她却说不清楚，只说疼痛是间断性的，可以缓解。

不过，只有在排除其他疾病的情况下，才能诊断腿部疼痛是生长痛。牛俊红检查发现，欢欢左膝关节比右膝关节肿胀，且按压时有痛感，她怀疑这不是单纯的生长痛，便联系了骨科医师会诊。膝关节磁共振检查显示，欢欢的左膝关节腔及髌上囊有少量积液，而这些积液正是欢欢腿痛的原因。由于积液量不大，暂时不需要手术，骨科医师为其制定了个性化治疗方案。

“疾病和心理因素都有可能引导孩子疼痛，虽然疼痛可能暂时不影响生活，但应尽早治疗。”牛俊红提醒家长，有些疼痛可能会影响孩子今后的成长，家长在不确定的情况下，应及时带孩子到医院就诊。

学习健康知识 摆脱育儿焦虑

□ 鞠圣娇

如今，很多家长觉得养孩子难，孩子生病后更难。一些家长在孩子生病时容易产生焦虑情绪，病急乱投医，甚至采取错误的处理方式，以期让孩子迅速好转。比如，一味追求药到病除的“神医”“神药”，或给孩子超剂量用药等。

其实，家长们出现这种心理，一方面是因为爱孩子，另一方面是因为缺乏医疗知识，对儿科疾病特别是急危重症的病情的变化不了解，认为“生了病就要吃药”“吃了药就会好转”。实际上，很多疾病都有一个进展过程，即便是采取有效治疗措施，也需要时间恢复。还有些家长平时没给孩子养成良好的饮食、卫生习惯，孩子生病后才追悔莫及。

俗话说，手中有粮，心中不慌。日常生活中，家长应主动学习一些常见的儿科疾病知识和护理方法，孩子生病时，才能及时发现孩子的异常，不会急迫、盲目地带孩子去医院。当然，家长学习健康知识时，需选择靠谱的平台或书籍，学会分辨健康知识的真伪，避免落入陷阱。同时，家长要帮助孩子养成健康的饮食、运动和睡眠习惯，给孩子一个健康美好的童年。