



孩子烫伤、跌伤、割伤现场如何处理？儿科医生来支招

文/羊城晚报记者 余燕红 通讯员 白恬

进入暑假之后，孩子们户外活动时间增多，加上家长照顾不周，出现意外伤害的事件会明显增多，比如从凳子、楼梯上坠落或者被热水、热汤烫伤……当出现这些情形后家长要如何处理呢？广州医科大学附属第三医院儿科副主任医师谭小华教宝妈宝爸现场急救处理。

类型一：摔伤

避免单独把孩子留在家中，小户外活动时间玩滑梯、木马、秋千，家长要在旁边看护。一旦发生意外时，家长可分轻重处理。

处理方法

●如果宝宝不小心从高处摔下来，身体出现了淤青或是红肿，不要急着给孩子揉，因为越揉淤血越厉害。

●如果是头朝下摔下来，要注意观察婴儿有没有脸色发白、眼神发直、嗜睡、呕吐等现象。如果出现这些现象，可能是脑震荡，要立刻把宝宝送到医院治疗。

●如果宝宝摔倒后，胳膊不能动或者不能走路了，很可能出现了骨折。最容易发生的一般是骨骼弯曲，而不是骨头断裂。这时，切记不要去揉或捏，试图把变形或弯曲的肢体弄直，这样只能加重骨折。如果怀疑宝宝的脊椎骨断了，要先固定头部，把身体放平，迅速用木板抬到医院进行治疗。

类型二：烫伤

谭小华指出，小孩子对热水壶使用不恰当或是打翻了热水壶就容易被烫伤。所以，家长在厨房做菜时，人不要离开厨房或关上门，

快乐暑假，平安相伴

放假了！小学终于迎来了2021年的暑假。炎炎夏日，孩子们居家和户外活动增多，家长看护不周，稍不注意，孩子容易出现意外伤害以及暑假常见病。为此，本期健康周刊特别推出《快乐暑假，平安相伴》的主题策划，强调暑期学生的居家、户外运动和饮食安全，提高家长的监管意识，希望孩子们能过一个快乐的暑假，平安的暑假。



图/视觉中国

小儿夏季腹泻，需防病从口入

文/羊城晚报记者 张华 通讯员 林惠芳

最好还是带孩子到医院，请专业的医生帮你诊治。

值得注意的是，如果宝宝反复腹泻，伴有腹痛、发热、呕吐、频繁哭闹、精神差、脸色苍白等表现，大便中带有黏液或血，或者大便像水一样，或者是宝宝已出现了口干舌燥、尿少、皮肤干燥、哭时无泪、双眼凹陷、精神状态差等明显的脱水征象，说明宝宝腹泻的情况已经很严重了，不能再“不当一回事”了，必须要马上送往医院。

小儿腹泻怎么治？

有些家长一看到宝宝腹泻了，希望立即止泻。谢丹宇指出，其实，腹泻也是人体为了抵御感染而产生的一种保护性反应，当细菌、病毒进入人体消化道时，机体通过腹泻的方式，可以把体内的细菌、病毒排出去，而过早地给孩子使用止泻药，就是阻止了这些病毒及细菌等病原体，让它们不能从体内排泄出去，这反倒有可能会使得病情加重。

还有一些家长也会自行给孩子吃一些抗生素或益生菌类的药物，其实这种做法是不太可取的。“小儿腹泻的原因有很多，需要对症处理，才能达到真正的治疗效果。如果宝宝只是

宝宝腹泻了是否一定要去医院？

广东省妇幼保健院儿科主任谢丹宇指出，小儿腹泻了，家长可以从两个方面的信号得出，一是宝宝大便的次数增加了，比如一天大便次数超过3次；二是大便的性状发生了改变，如大便突然变得很稀甚至呈水样，或者是出现一些黏液甚至脓血。如果宝宝的便便同时具备了上述两种情况，那么，孩子极可能是腹泻了！

如果宝宝只是大便次数增加或大便性状改变，但是其他状态尚可，没有发烧，没有频繁呕吐、哭闹，食欲好，睡眠好，这种情况可以暂时不用去医院，但是如果家长无法判断孩子的腹泻是属于轻症还是重症，那

夏日带孩子户外活动，当心这种虫

文/羊城晚报记者 陈辉 通讯员 游华玲

暑假将至，不少家长会带孩子户外游玩。医学专业人士提醒，带孩子户外活动时要当心恙虫，最好穿轻薄的长袖长裤，并扎紧袖口、裤管口，上衣扎入裤腰内，多潜伏于草地或野外，尤其喜欢顺着人体汗腺叮咬腋下、颈后、腋窝、腹股沟等部位，起初留下红色丘疹，病情十分危重，生命垂危，经医生判断后直接进入ICU治疗。ICU医生和护士通过仔细查体及详细询问病史得知，潘女士发病前曾在自家农场劳作，而且查体发现在潘女士腋窝下有典型的黑色焦痂，医生们第一时间想到了“恙虫病”，随即给予了针对性的抗感染治疗、有效的胸液引流、舒适化的无创辅助通气、滴定式的液体管理、定制化的营养支持、有效的心理疏导等。潘女士的症状终于明显缓解，脱离生命危险，转到了普通病房继续后续治疗。

户外活动后，发热要当心恙虫

据ICU主任杨翊介绍，恙虫病是由恙虫叮咬而发病。恙虫是一种昆虫，多潜伏于草地或野外，尤其喜欢顺着人体汗腺叮咬腋下、颈后、腋窝、腹股沟等部位，起初留下红色丘疹，潜

最近又见恙虫伤人，导致多器官衰竭

日前，南方医科大学第三附属医院（以下简称“南医三院”）接诊了一位被恙虫咬伤，导致多器官衰竭的女士。增城的潘女士10天前突然出现发热头痛等症，到附近诊所就诊后不见缓解，后转到当地医院，治疗三天后病情不见好转，高烧依旧，还出现了多器官功能衰竭的症状。她转入南医三院时，初步诊断为：发热查因、呼吸衰竭、急性心力衰竭、多浆膜腔积液。因为

暑热户外季来临，摔伤割伤注意预防破伤风

文/羊城晚报记者 林清倩 通讯员 孙冰倩

深夜，一位女士戴着N95口罩到院看急诊。原来她被铁片割伤了脚……广州市红十字会医院药学部主管药师吴钦水说：“每年暑假前后，医院门诊经常出现摔伤、割伤后前来就诊打破伤风针的人。”

外伤出血都得打破伤风针吗？

“由于人群普遍易感，且各种类型和大小的创伤，都可能被含有破伤风杆菌的污物污染，因此建议有外伤的患者，都要进行破伤风预防。”吴钦水介绍，破伤风是由破伤风梭状芽孢杆菌通过伤口侵入人体引起的急性特异性感染。感染破伤风需要同时具备3个条件：组织开放性损伤、创口较深；有破伤风杆菌侵入（比如沾泥土、粪便、铁锈等）；伤口内有失活组织或局部组织缺血缺氧。因此，以上3种情况必须打破伤风。

不过，接种过破伤风疫苗的患者，即按要求接种了“小蓝本（免疫预防接种证）”规定相关项目的人群，或是仅有浅表创口及单纯表皮擦伤，经及时清创后，可以不用再注射破伤风针。

预防破伤风，成人与儿童有何不同？

有的小朋友比较活泼，经常跌跌撞撞，一些成年人也觉得自己已经不容易受伤，对此有何医学建议？“注射一次破伤风针能顶用多久？这是很多患者常问的问题。”吴钦水表示，预防破伤风的药物，目前有多种，特点、时效不太一样。

破伤风的预防主要依赖于抗体，并且只能通过一级预防或二级预防实现。一级预防即主动免疫（接种疫苗），新生儿免费，起效慢，需要在18个月内多次注射，较安全，不良反应少，作用维持时间长。完成全程免疫后，可以有效5-10年，加强免疫时效可达10年以上。“不过，新生儿一般都接种了百白破疫苗，具有免疫力，因此活泼儿童容易摔伤割伤，家长也不必过于担心。”吴钦水说。

二级预防即被动免疫，主要指将免疫效应物如破伤风抗毒素（TAT）或破伤风免疫球蛋白（TIG）输入体内，使机体立即获得免疫力，用于破伤风的治疗和短期的应急预防。其中，破伤风抗毒素过敏反应发生率较高，需要皮试，价格较便宜，时效是2-4天；马破伤风免疫球蛋白，过敏反应发生率降低，仍需皮试，价格稍便宜，时效是2-3周；而人破伤风免疫球蛋白，价格较高，但不需要皮试，使用相对安全，时效是2-3周。

实际上，由于生产原料和价格上的限制，破伤风制剂供应在不同地区可能不稳定，所以受伤患者只要及时前往医院，按医生指引进行相关处理即可。一般来说，打疫苗要去社区卫生服务中心，打破伤风抗毒素或免疫球蛋白则到医院。

Tips：受伤后要在什么时间内打破伤风针？

一般来说，破伤风潜伏期为3-21天，多数为1-2周，因此在受伤后及时注射，越早越好，一般不超过24小时；超过24小时但未发病的，两周内打破伤风针，也有预防作用。



广州中医药大学副校长、广东省中医院副院长 张忠德教授

家中宝贝频打喷嚏 肺脾亏虚要调理

文/羊城晚报记者 林清清 通讯员 沈中

医案：琦琦，4岁，反复感冒流涕打喷嚏

琦琦今年才4岁，但来到德叔跟前时正襟危坐，像个大人一样。他从小包里拿出一张纸巾，擦了擦鼻涕，娓娓道来自己的症状。他说，不知道什么时候开始就有这个习惯，带个小包里面放着纸巾，自己好像随时都会流鼻涕打喷嚏。孩子妈妈补充道，琦琦无论夏天还是冬天，稍有不慎就会感冒，大家都不敢让他吹风。即便如此保护也无济于事，照样流

鼻涕打喷嚏，而且晚上更明显，鼻涕不停，有时候还会鼻塞，影响睡眠。琦琦爸爸也说，平时就算安静坐在那里，琦琦也会出一身汗，运动后或者天气稍微热那就更夸张了，刚换的衣服，二十分钟不到就湿透了。琦琦还是个大便秘，经常便秘，好几天才拉一次，每次都是又臭又硬的“羊屎蛋”。除此之外，大家都不敢让他吹风。即便如此保护也无济于事，照样流

德叔解谜：肺脾亏虚肝阳浮越

德叔表示，琦琦是个典型的过敏体质，而往往过敏体质是和“正气不存，邪气入侵”有关，换个通俗点的说法就是“抵抗力”不足。琦琦的“抵抗力”的缺失，源自他脾肺两个脏器的亏虚。脾肺的亏虚和饮食、起居等多方面原因相关，因此需要从上述各方面去调节生活习惯，才能从根本上解决问题。目前琦琦除了肺脾的虚，还有一

个脏腑过度活跃，那就是肝。因为鼻塞的原因，琦琦的睡眠得不到满足，肝阴损伤，制约不住肝阳上浮，造成了“上火”的假象。所以以当务之急是先平肝阳，收敛肝气，再通过提高睡眠质量，慢慢补充琦琦脾肺的阳气。服药后琦琦睡觉安稳了，也没有那么容易烦躁多动。经过两个月的调理，他汗收住了，再也不会轻易感冒了。

预防保健：鼻炎香囊抗过敏

德叔认为琦琦这类鼻炎，在急性发作期以治标为主。若出现流涕、鼻塞、喷嚏等症状时，可以试试在床旁放置或随身携带鼻炎香囊。药物：辛夷花10克，紫苏

叶10克，苍耳10克，薄荷5克。功效：疏风解表通窍。操作方法：1.将上述药物碾碎后放入防漏袋中，再装入香囊，置于床旁。也可制作迷你香囊，随身携带。2.每个月更换内置中药。

德叔养生药膳房：太子乌梅茶

材料：太子参10克，乌梅10克，麦芽10克，冰糖适量。功效：健脾益气。烹制方法：诸物洗净，放

入锅中，加清水750毫升，武火煮沸后改为文火煲0.5小时，加入适量冰糖调味即可。此为1~2人量。

天热易烦躁，两款茶汤调理心境

文/羊城晚报记者 张华 通讯员 麦丽霞

酷暑来临，很多人容易心烦气躁，加上近期疫情影响，许多人没有外出休闲散心，情绪很容易起伏波动。那么，夏季烦躁应该怎样调理呢？广州番禺区妇幼保健中医科主任杜娟燕认为，根据运气理论分析，2021辛丑年六月正值三阳之气的客气为少阳相火，客气为太阳湿土。肝经郁热，中焦湿困的人群也特别多。因此，如果在盛夏出现心烦躁时，可以通过中医饮食进行调理。为此，她介绍了适合不同人群

饮用的两款茶汤。1. 玫瑰菊花茶。食用玫瑰花蕾2-3朵，菊花5朵。用开水冲泡茶喝，可加入蜂蜜调味。具有疏肝解郁，清热明目功效。此茶较适合工作紧张、出现睡眠障碍、易烦躁易怒等症的女性。2. 百合莲子汤。百合15克，莲子30克，淮山15克，茯苓15克，瘦肉150克，生姜片2片，陈皮1片。煎1.5小时即可饮用。百合、茯苓有宁心安神作用，对睡眠不好，出现烦躁易怒的人士是一种很好的选择。

数字化精工种牙，圆健康好牙梦

解决看牙难题，“广东爱牙工程社区行”福利进行中，即日起致电020-8375 2288 申领高额种牙补贴，免挂号费，专家会诊费，名额有限，火速报名！

文/华章



服务一次，关爱一生，让百姓拥有健康好口腔

健康中国战略中，口腔健康为第一位

健康中国2030战略中提到了“三健”运动，包括了健康口腔、健康骨骼、健康体重，其

中健康口腔放在了第一位，可见其重要性。口腔卫生事业是一个朝阳产业，建设健康中国，口腔健康应该先行，而各大民营口腔医院越来越成为促使我国口腔水平与国际接轨的重要力量。德伦口腔凭借先进数字化的医学技术、专业的医疗团队与优秀的医疗资源等优势，打造了一个优秀的医疗品牌做表率！



黄伯通过数字化种牙恢复一口健康好牙

缺牙早修复，省钱更享口福

黄伯掉了一颗牙，他以为不影响生活就没有在意，谁知后来其他的牙也掉了，吃了东西，身体日渐消瘦。最后在医师安排下接受了数字化无牙颌种植治疗！重新种上牙齿后，身体也慢慢地恢复如初，现在种好了牙，吃饭更有滋味！



德伦口腔凭先进数字化技术获得高新技术企业荣誉

数字化无牙颌亲骨种牙，圆好牙梦

数字化无牙颌亲骨种植牙，只需植入4-6颗种植体即可修复半口牙，减少创口，缩短种牙时间和恢复时间，更加关注患者感受，适合全口或半口缺牙人士选择！德伦口腔亦是广州市社会医疗保险定点医院，始终坚持以高品质的诊疗服务市民。



德伦口腔连锁获批广州市社会医疗保险定点医院



《广东爱牙工程社区行》福利进行中

- 免费领数字化种牙高额补贴
- 0元种植方案设计每日限量50名
- 0元博硕专家挂号费每日限量50名

广州佛山双城19点 地铁沿线均设有分院
东风总院·体育西旗舰店·中山八旗舰店
宝业旗舰店·车陂旗舰店·燕塘旗舰店
区庄旗舰店·顺德旗舰店·赤岗旗舰店
三元里旗舰店·京溪旗舰店·石溪旗舰店
新塘旗舰店·花地广百精品院·冼村精品院
滨江精品院·长寿精品院·汇侨精品院
西门口精品院