

# 宝宝咳嗽立马吃止咳药？ 正确护理方式在这里

孩子咳嗽家长闹心也心疼，这个时候家长就想着赶快给孩子止咳，甚至是用上止咳药，但是，止咳药可不能乱用哦。处理孩子咳嗽应该先了解孩子咳嗽的原因，然后根据孩子的自身情况处理。

## 提醒

### 咳嗽不是病

咳嗽是人体的一种生理反射行为，并不是疾病本身，人体希望通过这种反射将来自外界的刺激物从体内清除

掉。就像是当我们不小心吃东西呛了，就会剧烈咳嗽，把异物咳出来就好了，这样看来，咳嗽还是一件好事。

所以，如果咳得不是特别严重，不怎么影响睡眠、进食等日常生活，家长不必过于紧张和担心，也不建议盲目止咳。

## 建议

### 儿童咳嗽怎样正确护理？

首先，轻度咳嗽是不需要特殊处理的，只有当咳嗽影响到孩子睡眠、饮食、玩耍、学习时，才需要进行处理

1岁内的宝宝可以多喂奶来帮助稀释分泌物，舒缓呼吸道黏膜；

1岁以上宝宝可以服用正

规厂商生产的蜂蜜，6岁以上孩子可以使用含片或糖浆，但使用含片时要注意防止误吸进气道。

保持空气湿润。有条件的家庭推荐在卧室使用空气加湿器或者雾化器，洗澡时可以让孩子在温热、充满蒸汽的浴室多待一会；

对于有过敏性疾病的宝宝，还需要使用空气净化器及除螨仪，减少对呼吸道的刺激，避免孩子吸二手烟，雾霾天出门要戴口罩。

注意卫生，避免与宝宝嘴对嘴亲吻或鼻对鼻呼吸，注意勤洗手。

## 注意

### 这些情况下咳嗽要及时就医

年龄在3个月以下的婴儿；

孩子呼吸困难、咯血、面色青紫，同时高热不退；

孩子烦躁不安或嗜睡难醒，精神状态差；

咳嗽时间较长(超过2周)且没有好转的趋势，或虽有好转，但超过4周仍未完全停止；

痰液明显增多，或出现发热、头痛、耳痛时。

### 儿童咳嗽止咳药不可乱吃

部分药物有成瘾性，需谨慎服药。止咳药又称镇咳药，主要分为两大类——

**中枢性镇咳药：**直接作用于中枢神经系统的咳嗽中枢，包含吗啡、可待因、右美沙芬、喷托维林、福尔可定等。这些

成分会让人感到头晕或昏昏欲睡，比较适合在睡前服用。

但其中有些药物(如吗啡或可待因)有成瘾性，不能长期或大量使用，也不能用于儿童。常见药有氢溴酸右美沙芬糖浆等。

**外周性镇咳药：**这类药能覆盖在发炎的咽部黏膜上，使黏膜少受刺激，从而达到止咳作用。与中枢性镇咳药相比，外周性镇咳药止咳作用较弱，但不具有成瘾性。常见药有苯丙哌林、莫吉司坦、那可丁等。

### 这些人禁用含可待因止咳药

目前，中国已经明文规定，含有可待因的药物不可以用于18岁以下青少年或CYP2D6基因超快代谢者。一般含有可待因的药物都

会明确标注，但有些药物标注的是罂粟壳、复方樟脑酊、阿片粉等成分，这里面也可能含有可待因或类似成分。

所以，请家长购药、买药时，务必看清楚药品说明书中的药物成分是否含有可待因。

(澎湃)

## 医点通

# “好动”还是“多动症”得上专科分清楚

“我本以为孩子是不听话，经常责怪、打骂他，没想到他患了多动症。”三年级学生小鸣的母亲近日带孩子确诊了这一疾病。4月23日-4月29日是注意缺陷多动障碍关爱周，无锡市精神卫生中心儿少精神科负责人李志佳副主任医师表示，注意缺陷多动障碍俗称多动症，孩子出现注意力不集中、冲动任性难以管教而束手无策的情况，需要及时到专科诊断。

三年级学生小鸣做作业不专心，家长时常在旁边责怪他不听话，可是小鸣还不虚心接受，双方频繁起冲突。无奈，小鸣的父母带孩子来到无锡市精神卫生中心儿少精神科，李志佳经过与家长和小鸣的交

流，以及根据相关检测结果，确诊患儿有注意力缺陷、多动冲动的情况。考虑到小鸣目前学习成绩尚可，建议家长先进行行为干预，并指导了相关策略：保持写作业环境相对安静，减少干扰；完成作用及时给予肯定、口头表扬；劳逸结合和孩子一起互动交流等，目前已有初步好转。

李志佳介绍，注意缺陷多动障碍是一种以“注意力不集中、多动和冲动”三者为核心症状的疾病，常见于学龄期儿童，但有70%的患儿症状持续到青春期，30%-50%的患儿症状持续到成年期。多动症若不治疗会直接影响学业，而且，患儿由于学习不好、交际能力和社会适应能力差，成年

后容易形成抑郁症。据统计，有10%的成人抑郁症患者在儿童时期也是多动症患者。目前，我国儿童青少年多动症整体患病率估算为6.3%，这意味着平均100个人里大约有6个多动症患儿，男孩的发病率是女孩的2-4倍。

多动症就诊的情况耐人寻味，一类是孩子活泼了怀疑多动症，另一类是碍于面子有了症状也不愿意到专科医院确诊。李志佳表示，注意缺陷多动障碍目前没有一项单独的测试可以确诊，只有依靠合格的医疗专业人员才能进行评估和诊断，父母需要带孩子到正规、专业的医院进行评估，排除其他躯体疾病或心理问题。(卫文)



近日，无锡卫生高等职业技术学校收到常州武进区雪堰镇政府寄来的一封感谢信，原来，今年3月，因为常州疫情，该校护理系19健康管理班学生赵琳无法正常返校学习。她加入所在地区的志愿者队伍至今(图左)，工作虽然辛苦，但她觉得一切都值得。(薇笑)

# “月亮姐姐”： 四十年守护“她健康”

## ——记“全国五一劳动奖章”获得者 江南大学附属医院余进进

从医近40年来，江南大学附属医院妇产科主任、无锡市妇科首席医师、省临床重点专科学科带头人余进进主任心中装着的只有妇女的健康与安危。她带领妇产科团队忘我工作，披星戴月，把奋斗的足迹留在了病房中，留在了手术台上，留在了医学研究中，成为了大家口中献身医学事业的“月亮姐姐”。

14000多个日日夜夜，无论阴晴雨雪，无论黑夜白昼，余进进从未延误过病人的每一次召唤。她就像陀螺一样在查房会诊、门诊、手术、科研之间连轴转，累计完成门诊20余万人次、手术2万余台次，抢救生命2000余人次。

2007年春节前夕，一名孕妇分娩后出现呛咳，生命指征极不稳定，命悬一线。余进进立即奔赴临产室，迅速诊断为羊水栓塞，这种病死亡率极高，余进进临危不惧，果断抉择，经过七天七夜战斗，终于把患者从死亡线上拉了回来。2018年，一位怀孕24周的孕妇因宫颈机能不全，多次习惯性流产，辗转多地就医均没有得到有效处理，还被告知必须引产。余进进看到病人及其家属几乎绝望的眼神，主动勇挑重担，挑战极限，给患者做了宫颈环扎手术(一般手术黄金期是14到18周)，后来孕妇足月产下一对健康的龙凤胎。

在同事眼里，余进进的精益求精不仅体现在对病人的关爱理解上，更深深蕴含在她对技术孜孜以求的探索之中。

面对病魔无所畏惧，更要技术过硬、管理水平

高超。余进进积极开展各类高、难、新技术，先后在全省率先开展腹腔镜下腹主动脉旁淋巴结清扫术+广泛性子宫颈切除术治疗子宫内膜癌和宫颈癌、腹腔镜下卵巢肿瘤分期手术、腹腔镜下骶骨固定术、改良盆底重建术治疗子宫脱垂及压力性尿失禁、保留生育功能的宫颈癌根治术等。

作为学科带头人，她带领团队2009年成功创建无锡市妇产科临床重点专科；2011年成功创建江苏省妇产科临床重点专科；2013年妇科通过国家药物临床试验基地；2016年通过国家辅助生殖技术人工授精技术校验；2018年通过国家辅助生殖技术第一、二代试管婴儿运行资质；2020年获批正式运行，2020年在无锡市政府“太湖人才计划”中成功引进马丁院士顶尖医学专家团队，成为当时全市医疗界首个院士合作项目；2021年入围首批全国100家妇科肿瘤质控单位及首批全国30家妇科肿瘤大数据平台共享单位。正是她永不满足、创新求变的精神，使科室始终处于全市领跑者地位。

余进进把爱播撒到周围，自己却是个“资深病人”，肩周炎，腰椎病，颈椎病……困扰着她。深夜回家已成常态，即使是周末，她也经常奔波于全国各地参加各类学术会议，与同行交流技术经验，力争让更多的病人早日享受高精尖新技术带来的红利。“女儿从小到大都没管过……作为一个母亲，我欠她太多，但患者生命相托，定当全力以赴！”(谢霜)