

孩子咳嗽发烧总不好 警惕是肺炎支原体惹的祸



孩子持续咳嗽发烧,竟成了肺炎

今年暑假,赵女士请了公休假,自驾游带8岁的孩子去甘肃玩了十几天。在返回的途中,孩子反复咳嗽、发烧。赵女士沿途找药店给孩子买了头孢类药物、止咳药和退烧药。她看到孩子不发烧的时候除了咳嗽,精神状态也还好,也就没太在意。就这样,按计划结束旅程回到家,虽然孩子还是在咳嗽,也伴随发烧,但赵女士想着孩子可能就是普通感冒,加上旅途劳累,好好休息两天应该就好了。

又过了几天,孩子的病情并没有好转,赵女士这才带孩子去医院检查。医生安排孩子进行了血和胸片的检查,没想到,血病原学的结果提示“肺炎支原体感染”,更让赵女士心头一紧的是胸片提示肺炎和大范围肺实变。“当时医生跟我说,孩子是得了‘肺炎支原体肺炎’,需要住院治疗,很可能还需要在住院时做支气管镜术。我一听就懵了。”赵女士想不明白,孩子平时特别爱运动,身体很好,怎么咳嗽几声就成肺炎了,而且还有可能要做手术?

什么是肺炎支原体?

“近几个月来,我国肺炎支原体肺炎患儿较

谁能想到只是因为咳嗽发烧,孩子竟然需要做支气管镜术。说起前段时间孩子因反复咳嗽而被诊断为“肺炎支原体肺炎”的经历,赵女士十分后怕。

往年同期增长不少。”宁夏回族自治区银川市妇幼保健院儿科医生张静介绍说,认识这个病,需要先认识什么是“支原体”。

支原体是目前发现的最小的最简单的原核生物。“支原体类似细菌但不具有细胞壁,细胞中唯一可见的细胞器是核糖体,它是能独立存活的最小微生物,属于非典型病原体。”张静解释说,肺炎支原体是其中的一个亚型,主要侵犯呼吸系统,儿童感染后有10%至40%会引起肺炎。“再直接一些说,肺炎支原体既不是细菌,也不是病毒,普通血常规无法检测出来,常规的‘青霉素’‘头孢’治疗也是无效的。”

张静说,肺炎支原体主要经飞沫和直接接触传播,潜伏期一般为1至3周,潜伏期内至症状缓解数周均有传染性。肺炎支原体感染可发生在任何季节,不同地区的流行季节有差异。“多见于5岁及以上儿童,5岁以下也可发病,以发热和咳嗽为主要表现。中高度发热多见,也可低热或无热。部分患儿发热时伴畏寒、头痛、胸痛、胸闷等症状。病初大多呈阵发性干咳,少数有黏痰,偶有痰中带血丝,咳嗽会逐渐加剧,个别患儿可出现百日咳样痉咳,病程可持续2周甚至更长。”

怎么治疗和预防?

那么,如何诊断肺炎支原体感染?感染后又如何治疗?

对此,张静介绍说,肺炎支原体肺炎是肺炎的一种类型,故可按常规肺炎治疗原则予以对症支持治疗,如保障孩子充分休息和适当饮食,正确服用退热药;干咳明显影响休息者,可酌情应用镇咳药物;咳痰多时可予以口服或雾化祛痰药物。具体治疗还需结合临床表现及检查结果综合评估。除了采取抗感染治疗、糖皮质激素治疗外,如果情况严重,还会采取支气管镜介入治疗。重症肺炎支原体肺炎常有呼吸道黏液阻塞,甚至出现较大的支气管被塑形分泌物堵

塞,也就是我们说的塑形性支气管炎。支气管镜能够通过局部灌洗通畅呼吸道,清除下呼吸道分泌物和痰栓,对促进肺复张、减少后遗症的发生有重要意义。

“肺炎支原体肺炎属于儿童常见的呼吸道感染性疾病,大部分孩子经过规范治疗后都恢复得不错。”张静说,但对于病情严重或有个人、家族过敏史的孩子,需关注有没有闭塞性细支气管炎、支气管扩张等呼吸系统后遗症的发生。如遗留后遗症的孩子,除相应治疗外,还应尽量避免反复呼吸道感染,另一方面需尽早开始进行肺康复。张静说:“在日常生活中,可以进行一些有趣的呼吸控制游戏,如吹泡泡、吹风车、吹气球等。” (据《银川晚报》王敏)

Tips

孩子出现这些状况 要小心

张静最后提醒,如孩子出现以下情况,建议前往医院治疗:

- 孩子出现感染症状,且持续3天以上不能缓解。
- 出现阵发性、成串的咳嗽:早期干咳,后期有痰且较剧烈。
- 喘息或是呼吸困难,呼吸时锁骨上出现了凹陷症状。
- 明显呼吸增快:1分钟内,2个月以内的孩子呼吸超过60次,2个月至1岁的孩子呼吸超过50次,1至5岁的孩子呼吸超过40次,需引起家长警惕。

运动如何促进健康? 专家如是说

运动如何促健康?青少年身体素质如何提高?运动可以治病吗?近日,“智汇长三角,运动促健康”——2023年长三角运动促进健康研讨会在上海开幕,与会专家就“运动促健康”话题进行了讨论。

“从国民营养计划的‘三减三健’,到糖尿病防治的生活方式干预,运动都发挥着不可替代的作用。”中国工程院院士贾伟平在研讨会上表示,“现在慢性疾病有年轻化的趋势,运动对于预防一些青少年疾病的发生具有积极意义。”

原上海体育学院院长陈佩杰认为,学生体质属于教育范畴但不能局限在校园内解决,通

过学校、家庭、社会一体化的青少年体育促进机制,形成社会各方合力,加大评估后的体质干预,是包括学校体育在内的青少年体育努力的方向。

“人工智能不会取代我们,但可以帮助我们更好地开具有个性化且准确的运动处方。”美国伊利诺伊大学终身教授朱为模指出,随着科技的发展,AI(人工智能)中心化、跨学科、个性化,包括疾病专业化、可穿戴设备和行为理论基础以及生活方式整合的新型运动处方即将到来。

澳大利亚昆士兰大学教授杰夫·库姆斯则分享了优化健康的运动处方。他认为,高强度

间歇训练是提高心肺健康的有效干预方法,但对于慢病患者来说,最有效的运动处方是患者有意愿去参与的运动处方,这个运动处方需要在理想的生理处方和可操作的处方中找到一个平衡。

会上还发布了《运动促健康长三角宣言》,旨在建设“人人运动,人人健康”的“活力长三角”,将全民健身作为“活力长三角”建设和长三角地区体育一体化高质量发展的重要支撑,促进长三角体育融合,力争使之成为全国体育高质量发展样板区和区域体育一体化发展示范区,赋能健康中国和体育强国建设。

(据新华社 许东远)