

肺炎支原体感染增多 如何更好防治？

医生提醒，反复发烧5天以上的孩子一定要去医院就诊

近段时间以来，一些医院接诊儿童肺炎支原体感染病例增多。儿童肺炎支原体感染有何表现？跟流感等疾病有何不同？应当怎样防治？一起来了解。

感染增加 儿童感染后可能反复发烧

在广州市妇女儿童医疗中心儿内科门诊，不时有家长带着孩子前来就医。广州市民练女士的儿子今年4岁，已经发烧几天，经检测为肺炎支原体感染。

“本来还以为孩子是气管炎，咳嗽得厉害，于是赶紧带孩子来医院做了检测，结果是阳性。”练女士说。

记者走访广东一些医院了解

到，从6月份开始就陆续有肺炎支原体感染病例，之后呈现上升状态。

肺炎支原体是一种大小介于细菌和病毒之间的微生物，肺炎支原体引起的肺炎是我国5岁及以上儿童最主要的社区获得性肺炎，占住院儿童社区获得性肺炎的10%至40%，每隔3年至8年发生一次地区性大流行。

对肺炎支原体感染不可掉以轻

心。广州市妇女儿童医疗中心儿内科门诊主任、发热门诊主任李淑华说，部分5岁以上的孩子感染后可能反复发烧，出现肺炎，甚至引发较重的炎症反应。

李淑华说，反复发烧5天以上的孩子一定要去医院就诊，评估肺部是否受到影响，有没有出现肺炎症状或肺外并发症，谨防病情加重。

防病情加重 关键是及时识别和就诊

肺炎支原体感染的症状容易与新冠、流感等疾病混淆，如何区分辨别？复旦大学附属华山医院感染科副主任王新宇表示，新冠病毒感染和肺炎支原体感染可以通过呼吸道标本的核酸检测鉴别，两者的潜伏期明显不同，肺炎支原体潜伏期较长。

北京儿童医院呼吸二科主任赵顺英介绍，除了结合临床和影像学表现以及病原学、血清学检查来判断之外，一个简单方法是观察患儿的咳嗽情况。“该病一般会出现阵发性、成串的咳嗽，早期为干咳，有时影响到吃饭和睡眠。如果患儿出现发憋、喘不过气的症状，家长可以用

力拍其后背，清理气道，然后尽快到医院就诊。”赵顺英说。

“关键是及时识别、及时就诊。”专家建议，通过拍背排痰、药物祛痰等手段，必要时进行支气管镜治疗，肺炎支原体感染的患儿可以在较短时间内治愈，基本不会引发生命危险。

预防为先 成年人也不能掉以轻心

肺炎支原体主要通过呼吸道飞沫传播。长时间和肺炎支原体感染患儿待一起的成年人，被传染的几率还是不容小觑。成人一旦出现发热、剧烈咳嗽，甚至有肺部表现，也要及

时到成人呼吸科或者内科就诊。

日常预防中，首先要多通风，少聚集，平时在家每日最好开窗通风2到3次，每次15分钟到20分钟，近期避免带孩子到人员比较密集、通

风不良的公共场所；其次要保持良好的个人卫生习惯，勤洗手、勤漱口；最后，要开展适度体育锻炼，保持充足睡眠，合理的饮食，综合提高孩子的免疫力和抵抗力。

五问“支原体肺炎”

01 11月会是肺炎支原体感染的高峰吗？

未来肺炎支原体感染高峰会出现在哪个月还不好说，不过今年肺炎支原体感染的患儿确实比往年多，主要集中在学龄儿童，因为每几年就会有一次流行，所以今年有可能是高峰期。

02 如何进行居家治疗？

注意观察病情变化，体温超过38.5℃以上，可以口服退热药，如对乙酰氨基酚或者布洛芬。咳嗽剧烈可以口服止咳化痰药物，如氨溴特罗、福尔可定等。出现喘息时，可以家庭雾化布地奈德联合沙丁胺醇治疗。目前大环内酯类药物仍然是治疗首选，可以选择口服阿奇霉素2~3个疗程，或者静脉注射阿奇霉素治疗5天，体温正常，咳嗽减轻后，改为口服阿奇霉素1~2个疗程。

03 哪些情况是重症？

首先，孩子出现了呼吸困难，甚至出现血氧饱和度下降，出现缺氧表现；另外是出现呼吸急促，如果婴儿每分钟呼吸超过70次，年长

儿超过每分钟50次，也考虑是重症的表现。重症孩子会有三凹征，即吸气时锁骨上窝、胸骨上窝、肋间隙同时发生凹陷的征象。

04 会发展成“白肺”吗？

家长所说的“白肺”和我们所说的“白肺”不是一回事儿。胸片上出现一片阴影，有人就说是“白肺”

了，而临床上的“白肺”就是急性呼吸窘迫综合征（ARDS），支原体感染很少会发展成ARDS。

05 何时能回校上课？

现在能做核酸RNA检测的很少，所以每个孩子感染支原体痊愈后再做检测也不现实。只要孩子没有临床症状，不咳嗽了，就可

以回学校上课。支原体感染不是法定传染病，所有的呼吸道感染都有传染性，都跟新冠的传播途径是一样的。

（综合新华社、北京日报、北京青年报）

秋季做好“三暖” 可让孩子少感冒

早晚温差大时可给孩子穿小背心，少吃或不吃生冷、寒凉食物

连日来，佛山市气温下降，最低曾跌至16℃。广东省中西医结合医院治未病中心医生、中医师彭玉莹说，入秋后气候多变，早晚温差大，尤其是小儿抵抗力弱，容易受寒生病，“当风寒邪气侵袭机体后，小儿可能会出现打喷嚏、鼻塞、流鼻涕、咳嗽，若腹部受寒还容易出现腹痛、呕吐清涎、腹泻等不适。”

那么，该如何增强孩子抵抗力，避免风寒邪气侵袭呢？彭玉莹讲解了小儿保健的“三暖”调理方法。

小儿保健有“三暖”

暖背

小儿肺常不足，抵抗力弱，足太阳膀胱经循行经过背部，是人体防犯病邪的藩篱，保持背部的适当温暖可以预防疾病，减少感冒咳嗽等的发生。

●注意事项：

- 1、汗出勿当风吹，气温下降时勿玩水。
- 2、早晚温差大时，可给孩子穿小背心、马甲或小坎肩，护住后

背。

- 3、注意“适当温暖”，就是不要过暖，如衣被过多，小儿背部容易出汗，反而会受寒生病。
- 4、“形寒饮冷则伤肺”，养护肺脏要少吃或不吃生冷、寒凉的食物。

●调理方法：热敏灸

采用热敏灸温灸小儿背部特定穴位（肺俞、身柱等），有祛风散寒的功效，能增强肺功能，减少呼吸道疾病发生。

暖腹

小儿脾常不足，腹部是脾胃之所，外寒（冷空气、冷饮等）侵袭腹部脾胃，孩子容易出现腹痛、呕吐、腹泻等不适，因此要注意腹部保暖，顾护脾胃。

●注意事项：

- 1、睡觉时可给孩子穿肚兜，或腹部盖小夹被。

暖脚

寒从足下生。脚部是人体阴阳经交会之处，皮肤脂肪薄，保温性能差，一旦脚部受凉，容易引起感冒。孩子脚部做好保暖，才能保证身体适应外界气候的变化。

●注意事项：

- 1、在空调房或气温下降时避免赤脚行走，可给孩子穿一双薄袜子。
- 2、尽量保证孩子的鞋袜干燥，如果湿了要及时更换。洗脚的水温要

2、脾虚的孩子平常应少吃或不吃生冷、寒凉的食物，如冷饮、冰镇瓜果等。

●调理方法：热敏灸

采用热敏灸温灸小儿腹部特定穴位（神阙、中脘等），有健脾和胃、温中散寒的功效，能增强孩子脾胃运化功能，增强孩子抵抗力，还能达到培土生金，减少外感的效果。

适宜。

●调理方法：中药足浴

材料：紫苏叶10克，紫苏梗15克，藿香10克，艾叶10克。
做法：取上述材料加适量清水煮沸5~10分钟，将药汤放至适宜的温度，泡脚至微微汗出即可（约10~15分钟）。
功效：祛风散寒解表。
注意：①对上述药物过敏者忌用。②局部皮肤有溃疡破损者忌用。③上述为3岁以上小儿药量。

饮食调理有“两方”

紫苏生姜饮

●材料：生姜3大片，陈皮1瓣，苏叶5~10克，红糖少许。
●做法：锅里放入一碗半清水，先煮生姜、陈皮15分钟，后下苏叶煮

沸，放少许红糖调味，隔渣代茶饮。
●功效：散寒祛风。
●适用：受凉或进食凉物所致腹痛、呕吐、鼻塞流涕。

杏苏陈皮茶

●材料：紫苏叶10克（干品），南杏仁10克，北杏仁5克（去皮、尖），陈皮5克，蜜枣1枚。
●做法：锅里放入清水两碗，加入南杏仁、北杏仁、陈皮、蜜枣，煮15~20

分钟，后下苏叶煮沸，隔渣代茶饮。
●功效：宣肺散寒，化痰止咳。
●适用：风寒所致流涕、咽痒、咳嗽、痰稀或白。

★注意：上方为3岁以上药量，1~3岁药量酌减，1岁以内请在医师指导下服用。

文/佛山市新闻传媒中心记者 许可可 通讯员 梁健桃



关心保护未成年人健康成长 是全社会的共同责任

