

## 幽门螺杆菌 你了解多少?

对话医生:步怡  
市三院内科医师

“大名鼎鼎”的幽门螺旋杆菌,相信很多人都有所耳闻,它除了与各种胃病、胃癌密切相关外,还有数十种疾病与它相关。正所谓“知己知彼、百战百胜”,要想战胜幽门螺杆菌的顽固感染,必须先了解清楚它的底细。

幽门螺杆菌本质上是一种细菌,是一种革兰氏阴性杆菌,该细菌生存能力极强,能够在胃中强酸性环境中生存,是目前发现的唯一能够在胃里面生存的细菌。据统计,世界上有超过50%的人口,在消化系统中能查出有幽门螺杆菌的存在。幽门螺杆菌感染者,多数并无症状和并发症,但几乎均存在慢性活动性胃炎,感染者中约15%~20%发生消化性溃疡,5%~10%发生消化不良,约1%发生胃恶性肿瘤。

幽门螺杆菌可通过粪口途径,口口途径传播。幽门螺杆菌感染者的粪便中存在幽门螺杆菌,如果污染水源,健康人饮用了含幽门螺杆菌的水,可能被传染。幽门螺杆菌感染者的口腔中也可能存在细菌,一起吃饭、接吻、使用不洁餐具、母婴传播、唾液传播等都有可能传染幽门螺杆菌。因此,如果一个家庭中有一个人是幽门螺杆菌感染者,有可能全家都被感染,特别是大人将食物嚼碎了喂小孩,容易将幽门螺杆菌传染给小孩。

怀疑幽门螺杆菌感染了,如何检测呢?首选呼气试验,无创,出结果快。胃镜下可行快速尿素酶检测,还可以观察有无胃炎,胃溃疡,胃痛等情况。还可以检测粪便和血液,目前在临床上应用的较少。

如果感染了幽门螺杆菌,均推荐接受治疗。目前临床主要靠抗菌药物联合质子泵抑制剂和胃黏膜保护剂进行全面根除治疗,常规用药有三联疗法和四联疗法,但考虑到抗生素滥用耐药的普遍存在,目前三联疗法已基本被四联疗法取代。同时口服四种药物,吃药10~14天,根治率可达90%左右。吃完药以后,最好至少间隔1个月之后进行吹气试验复查。

如何预防幽门螺杆菌?可通过以下措施降低幽门螺杆菌感染率:

少去不卫生的地方用餐,特别是路边摊,那里的餐具可能消毒不合格;

进餐时使用公筷,不将食物嚼碎了喂小孩,餐具要定时高温消毒,用沸水煮沸10到15分钟即可;

个人的生活用品一定要分开使用,不要共用牙刷,碗筷等等;

少吃辛辣刺激的食物,少吃盐,饮食清淡,多吃新鲜蔬菜水果,做好胃肠道的日常养护工作;

多锻炼身体,提高自身免疫力,一旦发现感染,积极配合根治。

(潘锋 杨玲)



## 孩子打喷嚏、流鼻涕 究竟是感冒还是鼻炎?

本期对话:李荣平  
市中医院儿科主任



平时在儿科坐诊,听到不少家长问过同一个问题:医生,我们家孩子感冒已经反反复复好几个月了,吃药老不好,这是怎么回事呀?是不是抵抗力太差?会不会身体内缺乏微量元素?你赶紧给好好查一查……等经过详细问诊和检查,往往发现孩子得的并不是感冒,而是过敏性鼻炎。那么,拥有相似症状的感冒和鼻炎,家长该如何区分?

感冒即上呼吸道感染,是由于各种病毒、细菌或支原体感染引起的急性鼻、咽、扁桃体炎症。由于绝大多数上

呼吸道感染病原为病毒,病毒感染具有自限性,因此上呼吸道感染患儿一般多在3~5天会自愈,病程很少超过一周,症状轻微者无需药物治疗亦可痊愈,症状严重者可以口服一些小儿氨酚黄那敏颗粒,以缓解不适症状,高热时口服退烧药,有高热惊厥史的患儿在体温骤升的第1天防止热惊,多喝水,补充维生素C等即可。

如果症状持续未得到控制或易反复,这可能是变应性鼻炎,即过敏性鼻炎。所谓过敏性鼻炎是指具有过敏体质的患者接触了过敏原后,主要由特异性IgE介导的鼻黏膜非感染性炎症疾病。

过敏性鼻炎的临床症状主要有以下几点:

流清水样鼻涕、鼻痒、鼻塞、喷嚏,小儿常有揉眼睛,从而导致眼结膜充血,或揉鼻,挖鼻等动作,大一点的孩子常诉眼痒。家长常常以为孩子是感冒了,去药店买上许多的感冒药吃了不见好转才想到来看医生。过敏性鼻炎的患儿眼睛下方可有变应性黑眼圈,鼻子上可见变应性皱褶。

过敏性鼻炎的药物治疗主要有抗组胺药、鼻用糖皮质激素、白三烯受体拮抗剂、减充血剂、鼻腔盐水冲洗等,如果尝试了以上方法效果不明显,不妨选择中医中药。鼻炎中医称之为鼻渊,中医治疗过敏性鼻炎已有数千年历史,通过中医辨证施治,能够明显缓解患儿鼻塞、喷嚏等症状,从而大大改善鼻炎患儿的生活质量。(汤建明 杨玲)

>>>>

## 宝宝学习走路时应该注意什么?

健康卫士:陆玲  
市四院儿童保健科主治医师

宝宝迈出人生第一步,是很多父母非常期待的时刻,不过需要提醒的是,面对宝宝学走路这件事,家长切勿操之过急,有以下几个方面要特别注意。

对于宝宝学习走路,家长要有一个正确的认识:学会走路没有一个标准的时间表,受到家庭带养方式、锻炼机会不同等方面的影响,每一个宝宝学会走路的时间都不会完全相同。一般来说,宝宝在11~14个月时开始学会走路,排除一些病理性的因素,只要宝宝在18个月之前能独立行走,就不会有什么大问题。因此,相对较晚学会走路的宝宝家长,可咨询专业医生的意见,不必过于焦虑和担忧。值得注意的是,如果还没有到学习走路的年龄,家长不应强迫宝宝去学,以免因此对孩子的肢体发育

产生不良影响。

在学习走路的过程中,宝宝的服饰、鞋子以及周围环境等也需要注意。在学走路的时候,宝宝穿的衣服要适当宽松些,鞋子要合脚,鞋底软硬适中。同时,看护人要做好安全防护工作,注意把危险物品,如尖锐物品、药品或细小的物品移开或收好。可在宝宝背后进行保护,防止宝宝摔倒时后脑着地,要避免湿滑的地面,注意路上的障碍物,可在家具的边边角角贴上防撞条,避免磕碰。宝宝学走路时,可充分利用家里的家具,比如让宝宝独立扶着沙发或者床慢慢移步,通过这种手脚配合,能够很好地锻炼宝宝的平衡感。当宝宝害怕不敢往前走的时候,家长可以用鼓励的言语和宝宝感兴趣的玩具来吸

引宝宝。

尤其需要提醒家长的是,宝宝在学走路的时候不要使用学步车。因为在使用学步车时,宝宝的脚后跟很少着力,所以足底的发育并不敏感,有可能影响宝宝后期的走路姿势,以及平衡能力和协调能力的发展。同时,部分看护人因为有学步车而放松了对宝宝的看护,从而增加意外发生率。此外,遇到斜坡或地面不平,宝宝在学步车里也更容易受到伤害。(钱菁璐 冯焯 杨玲)

健康之道

