

## 冬春季節

## 談小兒呼吸道感染

羅星照

冬春季節是小兒呼吸道感染的多發季節。這不得不引起家長們的充分注意。據

WHO報導，呼吸道感染(RI)、腹瀉和營養不良是第三世界小兒常見病。後兩病已得到一定控制，但RI尚未得到重視。目前第三世界城市0，5歲RI發病率為5，8次/人/年；農村較少，為3，4次/人/年；每天有4，5百例0，5歲小兒死於RI，即每7秒鐘有一例小兒死於RI。每年有三百多萬小兒死於肺炎，佔RI死亡的70%，中國屬第三世界，情況一樣嚴重。RI佔兒科門診的2/5—2/3；肺炎是0，5歲小兒的主要死因。

據了解，小兒呼吸道上皮細胞發育不成熟，免疫系統發育不健全，加上餵養、護理不當，易患佝僂病、營養不良和某些微量元素缺乏症，導致體質虛弱、抵抗力低，一旦受涼，病原微生物就容易乘虛而入引發RI。

RI病原微生物主要是病毒和細菌。病毒以呼吸道合胞病毒、腺病毒、流感和副流感病毒為主；細菌以肺炎球菌、乙型溶血性鏈球菌和金黃色葡萄球菌多見。近年來，病毒感染有增多趨勢，已超過細菌感染。

小兒患了RI，輕者可有流涕、鼻塞、發熱、咳嗽、聲啞、咽紅等，但一般情況下，無呼吸增快。中型患者，除發熱、咳嗽外，尚可出現呼吸較快、唇色稍似發紺。重型患者，除上述表現外，還可出現呼吸三四征（在胸部）、呼吸困難、唇指明顯發紺、脈搏細速、神萎、拒食等。

輕、中型病兒可請醫生看過後在家中治療。輕型可不用抗生素治療，只用中藥治療。研究證明，加味射乾麻黃湯、桃紅生脈飲、加味麻杏石甘湯、複方莢術注射液、複方蒲公英注射液、川芎嗪注射液、當歸、丹參、黃芪等中藥，都具有化痰、止咳、清熱解毒、扶正、

活血化淤、誘生干擾素和增強免疫功能。中藥對病毒性RI療效明顯高於西藥組。

中型患兒，應以青霉素、紅霉素或頭孢菌素為首選藥。第二線藥物有白霉素、洁霉素、乙酰螺旋霉素、氣霉素等。應盡量不用鏈霉素、卡那霉素和廢大霉素，以免損傷聽神經和腎小管。

在藥物治療的同時，要注意護理。室內要避免煙塵，每天開窗換氣3次，每次半小時。開窗時門要關好，防止過堂風。室溫保持在20℃左右；相對濕度要保持在65%左右，必要時用水壺煮水或導入水蒸汽，以增加室內濕度。室內應採取濕擦、濕抹的方式保持清潔衛生，以防止交叉重疊感染。同時要觀察患兒神態、呼吸、脈搏和唇指色澤變化，以便及時採取相應措施。

飲食方面，原餵母乳的要繼續母乳餵養；原餵牛奶的，根據患者消化情況，可將牛奶稍加稀釋；大小孩可吃軟食，但以清淡、易消化、富營養食物為佳，供水要充分。

重型患兒要急送醫院治療。轉送途中務必注意保暖，但頭部切忌包纏過嚴，以免加重患兒缺氧而危及生命。

預防RI，首先要搞好環境和個人衛生。屋內要定時通風換氣，避免煙塵刺激，並保持適當溫度(20℃)和濕度(65%)。充分利用大氣，陽光和水，加強身體鍛煉。其次要加強營養，按時加添各種輔食。這是一項重要措施。近年了解到：維生素A缺乏，可使呼吸道上皮細胞正常發育、上皮細胞屏障功能，以及細胞免疫



# 食譜

柯月珠

## 金瓜(南瓜)糕

材料：

- |        |       |        |     |
|--------|-------|--------|-----|
| 1. 南瓜  | 1/4 個 | 7. 鹽   | 半茶匙 |
| 2. 粘米粉 | 400g  | 8. 胡椒粉 | 二茶匙 |
| 3. 蝦米  | 100g  | 9. 清水  | 七大杯 |
| 4. 蒜頭  | 五片    | 10. 生油 |     |
| 5. 生抽  | 一湯匙   | 11. 雞蛋 | 兩隻  |
| 6. 糖   | 一茶匙   |        |     |

作法：

1. 南瓜去皮切薄片蒸熟攪溶泥，蝦米去核舂細，蒜去皮舂碎。
2. 先熱一湯匙油爆香蒜泥與蝦米，關火下南瓜泥，七杯清水，下所有調味料，粘米粉攪勻至粉溶解，再開火慢火一面攪，至半生熟濃狀就放在蒸盤裡隔水蒸熟三十分鐘，起桌待冷，大約要三四個鐘頭。
3. 切點辣椒輔食，或將南瓜粒切長形薄片，沾上蛋液，再煎香來食。兩種吃法，可當點心或當正餐都可。

### 一迴響

其諸多的良好稿件中，近期使我  
感動的是 Ben Carson「恩賜的手」  
及許路加先生的「生命樂章」，請向作者  
轉達本人的敬意。

劉永生

功能遭到破壞；鈣和微量元素鐵、鋅、銅缺乏，也使細胞和體液免疫功能下降。這些都說明對嬰幼兒加強營養的重要性。第三，在季節轉換期間，需注意天氣變化，及時給孩子添加衣服和提高室溫，防止寒流襲擊。第四，呼吸道疾病流行期間，不要帶小孩到公共場所去。家人感冒時要戴口罩，避免接觸嬰幼兒。室內可用食醋蒸薰消毒一小時。第五，要按時給孩子進行預防注射，以增強抵抗力，防止發生RI及繼發性肺炎。深望家長們善自為之。祝你小孩健康成長。