

如何防治肺炎支原体感染

听听中医怎么说

□卞兰华

近日,全国多地医院出现较多的肺炎支原体感染患者,多以儿童为主。支原体是什么?多大的小孩容易感染?大人也会感染吗?下面我们一起来听听中医医生怎么说。

什么是肺炎支原体?

东台市中医院肝病科主任、主任中医师周鹤勤表示:肺炎支原体是除细菌、病毒之外的一种微生物病原体,大小介于二者之间,但它没有细胞壁,因此对许多传统的抗生素,如青霉素和头孢类药物无效。一般寄生在呼吸道黏膜上皮细胞内,潜伏期约1~4周。

肺炎支原体是怎么被传播的?什么样的人容易感染?

肺炎支原体主要通过呼吸道飞沫或直接接触传播,儿童多从密切接触的亲属和社区中开始流行,在幼儿园、学校等封闭和人群密集的环境



中,疾病的传播更为迅速。人群普遍易感,常好发于5岁以上儿童和青少年,但今年的支原体肺炎呈低龄化,3岁以下的幼儿甚至1岁以下的婴儿均有难治和重症支原体肺炎出现。

水,可用含酒精的免洗洗手液等擦拭消毒双手。

4. 流行高发季节,注意室内通风,每次通风不少于30分钟,以保持空气新鲜。

5. 养成健康生活习惯,适量运动,增强身体抵抗力,注意保暖,避免受凉。

6. 学校、幼儿园等重点场所要注意通风消毒,做好日常的清洁工作,加强健康监测,避免出现聚集性感染。

感受六淫邪气,内因贵之于小儿形气未充、肺脏娇嫩、卫外不固。其病位在肺,病机关键为肺气郁闭。

中医治法:常见的辨证分型:风寒闭肺、风热闭肺、痰热闭肺、毒热闭肺、阴虚肺热、肺脾气虚等。中医对肺炎喘嗽的治疗,以开肺化痰、止咳平喘为基本法。中医治疗方法多样,除中药颗粒剂外,还包括推拿、穴位贴敷、针灸疗法等。

中医预防:康复科主治中医师唐娟表示,小儿推拿是以中医辨证理论为基础,通过穴位点按推拿、调节脏腑、疏通经络、调和气血、平衡阴阳的方式,来改善儿童体质、提高机体免疫力的一种保健、治疗方式。

补脾经 100~200次

位置:拇指末节罗纹面(拇指桡侧指端到指根)

操作方法:屈拇指向心推为补,称补脾经。功用:健脾胃、补气血。



王秀萍
东台市中医院
儿科副主任、副主任医师

补肺经 100~200次

位置:无名指末节罗纹面。

操作方法:向心推为补,称补肺经。功用:补肺经能补益肺气。

按揉足三里 3~5分钟

位置:外膝眼下3寸,胫骨前嵴外1横指处。

简便定位:先找到外膝眼,屈膝,膝盖下面两侧凹陷中,内陷中为内膝眼,外陷中为外膝眼。外膝眼下3寸、胫骨嵴外侧约一横指处为足三里。

操作方法:以拇指端或罗纹面着力,稍用力按揉,称“按揉足三里”。

功用:健脾和胃,调中理气,导滞通络。

捏脊 6~9遍

位置:后背正中线大椎至龟尾成一直线。

操作方法:由下向上用捏法称“捏脊”。功用:调阴阳、理气血、和脏腑、通经络、培元气。



周鹤勤
东台市中医院
肝病科主任、主任中医师

支原体肺炎日常怎样预防?

东台市中医院儿科副主任、副主任医师王秀萍表示:

1. 尽量避免到人群密集和通风不良的公共场所,必要时戴好口罩做好防护。

2. 咳嗽、打喷嚏时使用纸巾捂住口鼻,或用手肘或衣袖等遮挡,将用过的纸巾丢入带盖垃圾桶中。

3. 注意手卫生,使用肥皂、洗手液在流动水下清洁洗手。如果没有流动



唐娟
东台市中医院
康复科主治中医师

听听中医如何应对儿童支原体肺炎?

儿童支原体肺炎在中医中归属于肺炎喘嗽范畴,以发热、咳嗽、痰壅、气促为临床主证。中医认为小儿肺炎喘嗽发生的原因,主要有外因和内因两大类。外因贵之于

特约刊登:盐城市卫生监督所

健康科普

科学避孕知多少?

避孕药具的应用与人口发展和健康密切相关,是每个成年人都可能遇到的生活问题,但经过调查显示,真正了解避孕方式的人并不多,今天向大家介绍几种主要避孕方式的原理和适用性。

复方短效口服避孕药

复方短效口服避孕药是一种高效、无创、迅速可逆、自主控制的避孕药物。它含有低剂量雌激素和孕激素的复合甾体激素制剂通过抑制卵巢排卵,增加宫颈黏液稠度,阻止精子通过,抑制子宫内膜,干扰受精卵着床达到避孕作用。

尤其适合缺铁性贫血和痛经的女性。而且停用后女性生育力恢复快,可以妊娠。

服用药物时要注意,每日坚持同一时间口服,连服21天,停药7天,再口服下一周期,周而复始,不能漏服,否则会影响避孕效果。有的女性在服药期间会出现头晕、恶心、阴道不规则出血等不良反应,只要不影响正常生活,可继续服用。但是肥胖女性、35岁以上且吸烟者以及有静脉血栓家族病史者等不宜服用。

宫内节育器

宫内节育器,俗称节育环,是一类放置于子宫腔内的避孕器具,有高效、安全、长效、可逆的特点。目前宫内节育器分惰性宫内节育器和活性宫内节育器两类。

我国主要使用的是活性宫内节育器,又分:含铜的宫内节育器,对金属不过敏的女性都可以选择。它是通过宫腔内化学变化干扰受精或阻止受精卵着床达到避孕作用的。其优点是避孕效果好。在放环期间有生育要求时,可以择期把它取出来,恢复正常月经后就可妊娠。但是有些女性在放环后可能有月经量增加或加重痛经的情况。

含药物的宫内节育器,是通过抑制子宫内膜,干扰受精卵着床,增加宫颈黏液稠度,阻止精子通过达到避孕作用的。优点是可以减少月经出血,预防贫血,降低盆腔炎症风险,缓解痛经,预防子宫内膜癌。有可能在放环后1年出现闭经现象,这属于正常现象,不影响健康,5年到期后取出宫内节育器,月经自然恢复。

宫内节育器种类繁多,也有一定的禁忌症,建议女性在咨询医师后选择适合自己的“环”。

蓝星

(未完待续)

盐阜大众报 健康服务体验团 会员招募火热进行

您想体验专业医疗机构先进高端的体检设施和优质高效的健康惠民服务吗?
您想掌握预防保健、医疗急救、科学用药和安全献血知识吗?
您想与名院名医、权威专家“零距离”面对面互动交流吗?
您想免费听取心理保健知识、健康养生专家讲座吗?
盐阜大众报健康服务体验团会员招募全面展开,欢迎广大读者踊跃报名,我们将带您开启健康体验之旅!

报名热线: 88888111 88302431 15996285055 17740538214

会员招募



广告