

# 孩子咳嗽总是好不了? 需注意这个疾病!

在儿童呼吸科门诊,经常接诊到许多咳嗽总是好不了的孩子,有些咳嗽一两个月,甚至半年,或者更长时间,家长带孩子多处就诊,用过各种“消炎药”“止咳化痰”的药物,但咳嗽症状总是反反复复,用家长话说就是“断不了尾”。

咳嗽变异性哮喘是引起儿童慢性咳嗽最常见的病因之一,大部分患儿有过敏性疾病的病史,如过敏性鼻炎、湿疹等,临床上主要表现为干咳,多数在夜间或清晨发作,运动或遇到冷空气后症状加重,咳嗽持续时间大于4周,肺通气功能检查可存在不同程度的异常等。所以,如果孩子长期咳嗽总是好不了,并且有以上表现时,需注意咳嗽变异性哮喘可能。

有咳嗽变异性哮喘的孩子多是过敏体质,过敏性体质具有较大的遗传可能,但也有后天因素影响。孩子在发病期应该积极治疗,平时家长可以从饮食、运动、起居、理疗、远离

过敏原等多个渠道进行干预。

过敏体质的孩子多属于气虚体质,这种体质由于肺气不足,卫外不固,容易受到外界环境的影响。气虚的孩子通常面色较差,淡白而灰,易出汗,家长可以选一些补气益肺的食材如太子参、党参、五指毛桃、北芪等,和瘦肉一起煲汤给孩子喝,每周喝两到三次即可。另外,不要过量食用生冷寒凉的食物,海鲜、冷饮、冰激凌最好从孩子的餐单中划掉,生冷寒凉的食物会伤脾胃,进而会导致肺虚。

要改善体质,还要鼓励孩子多做运动,特别是阳光下运动,有助于阳气生发,也会大大提高孩子的卫外能力。还可在三九天、三伏天带孩子到医院进行穴位贴药(天灸)。天灸是以辛温药物敷贴特定穴位,可提升人体阳气、温通经络,调理脏腑,使人体阳气更加充沛。

(据《羊城晚报》)



## 没有太阳也会晒伤

阴天出游,还需要防晒吗?医生提醒,阴天出游,防晒依旧必不可少。

没有太阳怎么会晒伤?医生解释,很多人以为只有热辣辣的大太阳才会晒伤人。事实上,伤人的主要是“藏”在阳光里、肉眼看不见的紫外线。即使是在阴天,紫外线辐射强度仍可达到晴天的20%~30%,多云天可高达50%左右,这些强度的紫外线(尤其是UVA)都处于较高水平,会对皮肤造成伤害。

另外,紫外线还容易被反射,所以去到水边或雪山更会使紫外线的辐射量暴增。此外,晒伤与室外气温高低没有关联,即使天气不热、云层很低,皮肤也仍旧会被灼伤。

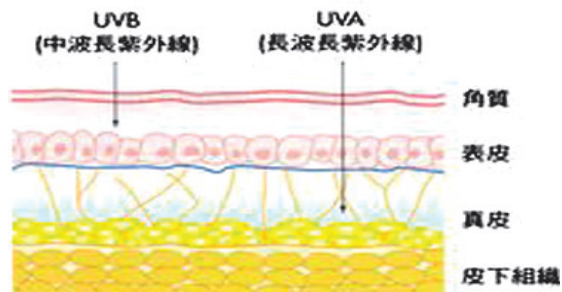
甚至还有一种更特别的情况:特别晴朗的天气里,漂浮的云朵遮蔽了50%~90%的天空。这种天气下常常出现一种现象,叫做“云层增强效应”。意思是多云间晴时地表的紫外线强度可能比无云的晴天更高,最高可以增强25%。

阴天也要注意防晒,尤其是上文中提到的这种“多云间晴”的“阴天”,和万里无云的大晴天相比,反而可能受到更大的紫外线伤

害。专家建议,日光/紫外线强烈时段,一般认为是每天的10:00~16:00,此时应尽量减少外出,必须外出时要做好遮蔽和其他防晒措施。

那么如果已经晒伤了该怎么办?当皮肤有明显的炎症反应时,可以先使用冷敷贴或冰袋降温。如果局部有刺痛或痒,可能就需要配合一些外用药物改善炎症,具体需医生判断,在医生指导下使用。对于皮肤从炎症期逐渐变为色沉后,可以使用一些合适的产品:比如含有氢醌、维a酸、壬二酸、烟酰胺、氨甲环酸等成分的产品。但需要注意的是,有的产品会比较刺激,所以一定要在医生指导下使用。

(据《扬子晚报》)



## 王向阳:中西医结合诊治不孕不育

王向阳,内蒙古自治区中医医院男科主任,主任医师,内蒙古自治区首批老蒙医中医专家学术经验继承人,广州中医药大学外聘教授,内蒙古自治区中医药学会中西医结合生殖医学分会主任委员,内蒙古蒙中医针灸学会秘书长,世界中医药联合会男科专业委员会常务理事,中华中医药学会生殖医学分会委员,中华中医药学会男科分会委员。

2007年,王向阳参加国家“十五”科技攻关计划项目(2004BA716B01)“芪参益气滴丸对心肌梗死二级预防临床试验研究(MISPS-TCM)”。该项目于2010年荣获教育部一等奖、2012年荣获科技部二等奖。2010年,王向阳作为第二主持人参加内蒙古卫生厅医疗卫生科研计划项目立项的“芪参蛭龙散对阿尔茨海默病疗效机理的研究”,课题通过呼和浩特市科技局基础研究部分的成果鉴定,2022年入选高等医药院校“十四五”规划教材《中医男科学》(第2版)编委。

2012年5月至2015年11月,王向阳作为内蒙古自治区首批老蒙医中医专家学术经验继承人跟随内蒙古名中医刘春甫(现为全国第七批老中医药专家学术经验继承工作导师、科技部评审专家)学习,在诊疗不孕不育、老年前列腺增生、精索静脉曲张等方面受刘老师“益气活血通络法”启发,在该疗法基础上随证化裁组方,经临床实践,获得较为理想的疗效。

2021年4月王向阳拜国医大师李佃贵为师,在李老师“浊毒理论”的指导下结合临床实践,在诊疗男科慢性病、难治性疾病如前列腺炎、睾丸炎、附睾炎等方面,临床疗效进一步提高。尤其在泌尿系统结石方面,王向阳结合李老师“浊毒理论”倡导扶正去毒排石法(结石亦由浊毒所致),治疗泌尿系统结石收到了较为满意的效果,并在排除结石后,进行善后调理,使结石复发率明显降低。

王向阳擅长中西医结合诊治不孕不育,对男性少精子症、畸形精子症、弱精子症导致的不育有较为理想的疗效。对胎停育的治疗,提倡夫妻同查同治,采用中药、针刺、艾灸等中医特色传统疗法,使患者达到邪去正安,五脏安和,元真通畅,易于受孕的目的。

文/草原全媒·北方新报记者 王利军

