白茅根：凉血止血的草根太医。

孩子暑假在家遇危险，家长如何学会开展急救？

误食干燥剂应立刻喝水再就医

□ 王筠 星级记者 俞宝强/文 倪路/图

孩子暑假在家，发生意外、事故的概率大大提高，比如烫伤、车祸、溺水等。如何学会加强自我保护，以及掌握急救知识？7月29日9:30～10:30，本报健康热线0551-62623752，邀请了省儿童医院急救转运中心、医联体临床中心主任陈雨青与读者交流。

专家介绍

陈雨青，女，主任医师，1995年毕业于安徽省医科大学临床医学系，现任省儿童医院急救转运中心暨医联体临床中心主任。中华医学会安徽省分会儿科学组委员，中国医学救援协会儿科救援分会第一届委员会委员，安徽省儿科医疗协会危重症分会副主委，安徽危重病医学分会委员会委员，安徽省医师协会急救医学医师分会第一届委员会委员，安徽省健康素养巡讲专家。从事儿科临床工作20余年，擅长儿童呼吸系统、消化系统的常见病诊治，尤其擅长儿童急救、各种急危重症、疑难杂症及感染性疾病的诊治。

散落在地的水银要及时清除

读者：体温表不慎被宝宝咬碎，应怎样处理？

陈雨青：水银（汞）对人体的伤害是由于汞蒸气的吸入造成的，原子汞在胃肠道内基本不被人体吸收。而体温表里的水银属于原子汞，且量很少，即使被吞入，造成的危害也很小，不用太过担心。真正要注意的是被咬碎的体温表会有很多玻璃渣，会伤及小朋友的口腔粘膜，要注意清除。家长正确的做法是：应立即让小孩用清水漱口，清除口内的碎玻璃，只要没有大块碎玻璃被吞下就不会有任何危险。如果自己在家中无法清除，可带小朋友就诊口腔科请医生帮忙清理口腔。

通常情况下，误咽体温表内的水银后，少则几小时，多则十几小时，即可从粪便中安然排出。也可以给小朋友多吃些纤维素含量高的食物，如韭菜、土豆等，以促进水银随粪便排出。

当然，水银在常温下即可挥发成气态汞，被吸入呼吸道后可引起中毒。所以对于散落在地的水银要及时清除，以防吸入中毒。如果患儿吞入钉子、回形针、碎玻璃等尖锐的、带尖带钩的异物，不能顺利排出的话，有可能造成消化道穿孔而导致严重的后果，家长应及时带小朋友去医院检查处置。

误服药物立即送医院处理

读者：宝宝误服药物，应怎样处理？

陈雨青：一旦发现孩子误服药物，正确处理的原则是：迅速促进药物排出，减少药物吸收，及时解毒及对症治疗。

首先，尽快弄清什么时间、误服了什么药物和大体剂量，以便就医时提供情况。如果误服的是一般性药物，如毒副作用很小的水溶性维生素、止咳糖浆等，且量也不大时，可让孩子多饮凉开水，使药物稀释并及时排出。如果吃下的药物剂量过大又有毒性，应立即用手指、硬羽毛、压舌板、匙柄、筷子等钝物搅触咽弓和咽后壁催吐。此法简单易行，奏效迅速。如果因食物过稠，不易呕出、吐净，可以先喝温水，然后再促使呕吐。但如果是重症患儿或年幼儿不合作，或误服的是具有腐蚀性毒物，要及时就诊，请专业人员给予处理，不宜在家盲目催吐。如果误服的是腐蚀性药物，要马上喝米汤、面汤等含淀粉的液体；若是来苏儿，可喝蛋清、牛奶、面粉糊以保护胃黏膜；若为强酸、强碱，禁在家中盲目催吐，应立即服用鸡蛋清、生牛奶等稀释，也不宜盲目服用酸碱制剂，避免酸碱中和反应时释放热量加重损伤，需立即送医院请专业人士处理。

误食干燥剂立刻喝水或者喝牛奶

读者：如果小朋友误食干燥剂，家长应怎样处理？

陈雨青：一般常见的干燥剂有两种，可以根据成分的形态来判断：一种是生石灰干燥剂，白色的块状物，受潮后变成粉末；另一种是硅胶干燥剂，硅胶是无色透明的小球，有些是彩色的，看起来像好吃的糖果。

如果误食生石灰干燥剂，妈妈们不要慌张，也别急着上医院，立刻给宝宝喝水或者牛奶。有个简单的办法来控制饮用量：按每公斤体重10毫升服用，不能超过200毫升，因为过量有可能造成呕吐。然后再送入医院进行治疗。

如果误食硅胶干燥剂，妈妈们也不必太担心，因为它是另一种常用的干燥剂，在胃肠道不能被吸收，可经粪便排出体外，对人体没有毒性。误服后不需要做特殊处理。除非宝宝出现了头晕、呕吐等特殊反应，一般无须就医。

如果遇上一个没有标识的干燥剂包该怎么办呢？妈妈们注意看成分的形态：生石灰是白色的块状物，受潮后变成粉末态；硅胶是无色透明的小球（有些是彩色的，因为添加了其他化学物质，这种干燥剂更能引起宝宝们的好奇，它们很像好吃的糖果）。妈妈们判断之后再采取不同的办法对付它。

被蜂蜇首先检查有无毒刺残留

读者：宝宝不慎被蜜蜂（马蜂）蜇伤，应怎样处理？

陈雨青：人被蜜蜂（马蜂）蜇后，轻者仅局部出现红肿、疼痛、灼热感，很快会出现红斑、风团，被蜇处常有一个小瘀点，以后可出现水泡、瘀斑、局部淋巴结肿大，数小时至1～2天内自行消失。如果身体被蜂群蜇伤多处，常引起发热、头痛、头晕、恶心、烦躁不安、昏厥等全身症状。蜂毒过敏者，可引起荨麻疹、鼻炎、唇及眼睑肿胀、腹痛、腹泻、恶心、呕吐，个别严重者可致喉头水肿、气喘、呼吸困难、昏迷，若救治不及时，很可能因呼吸、循环衰竭而死亡。

宝宝被蜜蜂（马蜂）蜇后，家长不必惊慌，首先仔细检查被蜇处有无毒刺残留，尽可能拔出蜂刺，局部用清水或肥皂水冲洗，然后涂抹无极膏或是南通蛇药片糊剂。若症状加重，需及时送至医院救治，以免延误治疗。

但实际上，有明确病史的蛇咬伤、蝎蜇伤或是虫蜇伤并不多见。家长常常是发现宝宝不知道什么时候突然手背、脚趾肿胀了起来，或是突然身上某处出现红斑、肿块，之前并没有明确的被蛇咬伤或是被虫蜇的病史。这个时候，应该首先仔细检查局部有无蛇咬的牙印或是虫蜇的瘀点，若实在发现不了任何异常情况，可以先试着涂抹些肥皂水之类的碱性液体，再继续观察宝宝的病情变化。因为多数毒虫分泌的液体是酸性的，碱性液体可以起到中和作用，减轻毒性反应。若病情继续加重，应及时去医院就诊。

孩子吃得过饱也有可能长不高

寻医问病
热线电话 0551-62620110
邮箱 749868765@QQ.com

本期特邀医院：安医大二附院

□ 郑慧 星级记者 俞宝强

生怕孩子长不高，每顿餐都使劲地让孩子多吃点。殊不知，吃得过饱，有可能适得其反，让孩子身材矮小。安医大二附院儿科主任医师刘德云介绍，吃得过饱也有可能让孩子长不高。

读者：安徽患有矮小症的人数有多少？

安医大二附院儿科主任医师刘德云：2014年，我省首次对矮小症患病率进行了调研，选取了全省范围内33所学校12000名学生，对身高进行了调研。调研发现，我省中小学生33万人身材矮小，占比3.16%，高于全国3%的矮小症患病率。其中合肥3.5万儿童身材矮小。但是我省只有仅仅几百名身材矮小的患者在接受治疗，很多家长认为“等等还会长”，等发现真的不长的时候才着急。

读者：治疗的最佳年龄是多少？

安医大二附院儿科主任医师刘德云：治疗干预最好的时机是4～15岁，更确切地说是4～12岁，接近4岁更好。儿童期矮小身材并不可怕，可怕的是超过半数家长，不相信儿童期身材矮小，最终会导致孩子成人后身高也矮于正常人。

读者：平时生活中，家长应该注意哪些方面？

安医大二附院儿科主任医师刘德云：不少家长误以为给孩子吃得饱就能长高，其实这是误区，吃得太饱也影响生长发育。一直处于饱腹状态，血糖就一直处于高水平，不利于生长激素的分泌。此外还应多在户外运动，跳绳、打羽毛球，都能促进身高发育。

读者：能不能预测一下孩子的身高？

安医大二附院儿科主任医师刘德云：父母的身高可以预测孩子的遗传靶身高，计算公式如下：男孩身高=(父亲身高+母亲身高+13)/2±6厘米；女孩身高=(父亲身高+母亲身高−13)/2±6厘米。一般正常的足月新生儿身长50厘米左右，出生后第一年生长最快，身长可增加25~30厘米，2岁至青春发育期前，每年增长5～7厘米。

下期预告

造成慢阻肺的原因有哪些？

慢性阻塞性肺疾病是一种病程长、反复发作，严重损害老年人健康的呼吸系统多发病。它包括慢性支气管炎、慢性阻塞性肺气肿和慢性肺原性心脏病，表现为咳嗽、咳痰、喘息等。造成慢阻肺的原因有哪些？哪些人是高危人群？如何预防？慢阻肺的急性加速期和稳定期在治疗上有何区别？具体的康复训练应该怎么做？下周五（8月5日）9:30～10:30，本报健康热线0551-62623752，将邀请安徽针灸医院副主任医师柳刚与读者交流。

柳刚，医学博士，副主任医师。擅长呼吸系统疾病，神经系统疾病（脑梗塞、脑出血、眩晕、精髓病变、痴呆等），颈肩腰腿痛（颈椎病、腰椎病、关节损伤），内科疑难病症的中西医结合治疗。

王津淼 星级记者 俞宝强