



美国健康儿童组织指出 家长对孩子发烧的 11 个误解

孩子发烧,不少父母都是焦急万分,马上让孩子吃药或者就医。近日,美国健康儿童组织的官方网站上刊文指出,父母对孩子发烧存在诸多误解,美国克罗拉多儿童医院的专家们对此进行了解读。

误解 1:当孩子感觉发热时,他一定是发烧了。

事实:儿童觉得发热的原因有很多。用力的玩、哭,刚从热被窝里出来,或在热天待在户外等,都会使身体发热。但在这些情况下,孩子的皮肤温度在20分钟内恢复正常。当以上原因被排除后,孩子仍感到发热或不适,则有80%的可能是真的发烧了。

量体温时的发烧标准:肛门、耳朵或颈动脉 38°C及以上;口腔 37.8°C及以上;腋窝 37.2°C及以上。

误解 2:发烧对身体有害。

事实:发烧会启动身体的免疫系统,是身体保护机制之一。普通发烧(37.8°C~40°C)可以帮助患儿抵抗体内感染,通常对身体有好处。

误解 3:发烧会烧坏大脑。

事实:发烧合并感染不会对大脑造成损伤。体温高于40°C时,发热才会对大脑造成伤害。

误区 4:孩子很容易因发烧导致惊厥。

事实:只有4%的儿童会发生热性惊厥。热性惊厥多表现为突然意识丧失,眼球上翻,面部肌肉僵直,痉挛或抽搐等。

大部分孩子的抽搐可能在短时间内缓解,所以家长不要随意搬动孩子,注意保持其头部侧向一边,以防误吸造成窒息。

误解 5:热性惊厥是有害的。

事实:热性惊厥虽然看起来很可怕,但它通常会在5分钟内停止发作,并且不会对身体造成永久性损伤,但在下次发烧时,它可能会复发。如果惊厥现象超过5分钟,应立即到医院治疗。

误解 6:治疗发烧必须吃药。

事实:只有发烧在引起不适时才需要治疗。通常患儿的体温未达到38.5°C时,是不用处理的,多喝水就可以。但如果患儿精神不佳、哭闹、脸色苍白发灰,就需要治疗。

误解 7:如果不及时退烧,体温会一直升高。

事实:这是错误的。大脑内有恒温调节器,所以由感染引起的发热,体温常会在39.5°C~40°C达到最高点,而很少会超过40.6°C~41.1°C。

误解 8:体温降不下来,导致感染的原因肯定很严重。

事实:对药物没有反应的发热可能

是由病毒或细菌造成的,与感染源的严重性无关。

误解 9:体温降下来后,就不会再反弹。

事实:大部分由病毒感染引起的发热通常会持续2天~3天。因此,当药力逐渐减弱时,体温就会回到原来的水平并需要再次治疗。只有彻底消灭病毒,发热才会消失。

误解 10:如果发热时体温很高,说明病情很严重。

事实:发热时体温高,引起的原因不一定严重。但如果你的孩子看起来病得很厉害。那么病因可能会比较严重。一小部分的重症发热会出现没有精神、服药后发热症状仍然持续不退,以及面色发灰等现象。

误解 11:口腔温度为37.1°C~37.8°C是低烧。

事实:在此范围内的温度是正常的。体温在一天之中是有变化的,它一般会在下午和傍晚时达到最高点。而低烧的真正范围是37.8°C~39°C。

最后,请记住,发烧能帮助孩子摆脱感染,请用积极的心态来应对。

(据《生命时报》)

鲜橘皮非陈皮 泡水喝易伤身

□晨报见习记者 王涛

眼下正是橘子大量上市的季节,记者发现,许多人在吃橘子时,会把橘子皮留下来,撕成一片一片的泡水喝。一些人表示,鲜橘皮泡水的水口感清爽,喝了能促消化,因此他们经常喝。然而,这样的做法对健康无益。

12月3日,记者就此采访了市中医院康复科的李佰纲主任。他表示,新鲜橘皮并没有陈皮的功效。陈皮是将鲜橘皮洗净、浸泡、晒干并储存后制成的,是一味理气、健胃的中药,可行气健脾、止咳化痰、降逆止呕。鲜橘皮并不具备这些功效,且可能附着了农药或保鲜剂,未经处置就直接食用会刺激肠胃,易引发腹泻。因此,市民不应直接用鲜橘皮泡水饮用。

此外,李主任强调,如果您想自制陈皮的话,一定要注意勤晒勤晾,晾晒时间至少在1年以上,才可使用,这时陈皮的药用价值才能充分发挥出来。在制作过程中,您要防止陈皮表面发霉。另外,由于陈皮有一定的燥湿(中医祛湿法之一,运用苦燥的药物组方以祛除湿邪)作用,所以有发热、口干、便秘、尿黄等症状者,不宜用陈皮泡水喝。

会场上昏昏欲睡 原是二氧化碳作祟

开大会时,为何人们总是昏昏欲睡、哈欠连天?不要忙着吐槽台上的人讲得无聊,还有可能是礼堂里二氧化碳的浓度太高了。

传统观点认为,在一般情况下,环境中的二氧化碳浓度不足以降低人们的认知水平,不过上个月发表在《环境健康展望》上的一项研究指出,周围人群呼出的二氧化碳,很可能让你的思维变得迟钝。

来自美国纽约州立大学上州医学院和劳伦斯伯克利国家实验室的研究人员,把24名健康的年轻人封闭在一个房间内,然后测试他们在不同浓度二氧化碳环境下的决策能力,而类似的环境,我们在拥挤的房间里就可以体验到。试验结果显示,所有接受测试者的认知及决策能力显著下降。

伯克利实验室的研究员威廉·费斯克说:“我们以前总是认为,普通建筑物里的二氧化碳浓度并不重要,二氧化碳对人没有直接的影响,但是这个非常明显的试验结果让人大吃一惊。”科学家们过去一直认为,二氧化碳必须达到很高的浓度才会影响人们的健康。

“我们过去认为二氧化碳浓度达到1000ppm时(室外二氧化碳浓度约为380ppm,在拥挤的教室内,二氧化碳浓度可以达到1000ppm,有时甚至超过3000ppm)才会对人造成影响。”伯克利实验室的科学家马克·孟德尔说,这次的新发现让研究者大吃一惊。

在大多数情况下,室内环境专家通过测定室内二氧化碳浓度来评估房间通风及其他污染物存在的情况,二氧化碳本身不是重要污染物。

“我们已经看到较高的二氧化碳浓度与学生的缺勤率升高有关,与学生在完成学习任务时较差的表现有关,但我们没有想到二氧化碳其实是罪魁祸首!”费斯克在接受《科学新闻》栏目采访时说。

“由于要提高能源的使用效率,现在许多高楼建设得更加封闭以降低管理成本。”孟德尔说,“但这可能对居住者产生不利影响,这一点不应该被忽略。”

(据果壳网)

清除癌症干细胞标志蛋白 或可消灭癌症

治疗癌症如果不把癌症干细胞彻底清除,癌症很容易复发和转移。近日,日本京都大学的研究人员说,他们找到了癌症干细胞所含的一种标志蛋白,从而有望对癌细胞“斩草除根”。

京都大学消化内科教授于叶勉领导的研究小组在研究中注意到消化道中的一种蛋白质Dcl1,他们分析了罹患大肠癌的实验鼠,发现含这种蛋白质的细胞会在较长一段时间内持续产生癌细胞。他们通过

基因操作成功清除含Dcl1蛋白质的细胞后,实验鼠体内的大肠癌组织面积缩小了80%以上,有些甚至完全消失,而且未发现副作用。

治疗癌症如果不把癌症干细胞彻底清除,则癌症很容易复发和转移,因此必须找到癌症干细胞,对其“斩草除根”。而此前人们陆续发现的癌症干细胞所含的一些标志物质同时也存在于正常干细胞内,如果以这些物质为目标清除癌症干细

胞的话,会误伤到正常干细胞,导致出现副作用。

研究人员表示,这是首次找到只存在于癌症干细胞内的标志物质,以此物质为目标,可实现对癌症干细胞的精准攻击,有望用来研发几乎没有副作用的抗癌药物。另外,Dcl1蛋白质很可能也是胰腺癌、胃癌等其他癌症的标志蛋白。

相关成果发表在新一期《自然·遗传学》网络版上。

(据新华社)

鹤壁爱民医院
HE BI SHI AIMIN HOSPITAL
咨询热线: 3326120

宫腔镜下取胚术
保宫无痛 最安全的人流术

手术费优惠 100元
免早早孕检测

1 无痛人流 ★★
(适合: 害怕过于紧张的外怀孕女性)

更安全: 比传统人流和药流更安全, 恢复快, 不影响学习和生活;
无痛苦: 准确, 无痛苦;

2 超导可视无痛人流 ★★★
(适合: 曾做过以上人工流产或有避孕史的女性)

可视精准: 在B超引导下可视宫腔内手术, 可观察宫腔内情况, 防止漏吸及残留;
无痛苦: 全程无痛, 安全可靠, 术后恢复快;
恢复快: 对于宫腔内操作, 恢复快。

3 微管可视无痛人流 ★★★★★
(适合: 适合初次、尤其害怕疼痛体弱女性)

安全系数高: 采用直径仅3毫米的超导微管取胚, 在可视状态下轻柔地取出孕囊, 无臂扩张, 损伤小;
绿色镇痛: 有效、可靠、绿色镇痛, 避免传统人流疼痛刺激;
伤害低: 软管取代金属管, 避免刮宫造成宫腔损伤, 具有对微小出血少的特点。

4 宫腔镜下取胚保宫人流 ★★★★★
(适合: 有全方位、高标准要求的女性)

安全有保障: 宫腔镜+微管可视技术, 双层保护手术安全, 有效防止人工流产不全、漏吸、子宫穿孔的发生, 避免对子宫内层造成不可逆的损伤;
绿色镇痛: 有效、可靠、绿色镇痛, 避免了传统人流疼痛刺激;
全方位呵护: 术后采用保宫技术结合产道修复技术, 为子宫及阴道运动恢复提供全方位呵护;
时间最早: 比普通无痛人流可提前5天~10天手术。