

闻上去“香香的”夏日物品，可能很要命

花露水驱蚊：谨防蚊子没跑，宝宝晕倒



那些容易被忽视的过敏源

今日女报/风网记者从该院皮肤科了解到，每年夏季都是过敏高发季，近1个月时间，该科室的日门诊量高达500例，其中过敏类患者占三分之二。那么，除了花露水，还有哪些东西是夏日最容易被忽视的过敏源呢？

今日女报/风网实习生 刘聪 通讯员 陈双

又到蚊虫肆虐的季节，反复抓挠身上被叮咬出来的包、听着蚊子扑腾翅膀的声音难以入睡，想必这是很多人夏天的噩梦。于是，“驱蚊术”成为大家茶余饭后的重点研究对象，而花露水，也成了居家必备的“止痒神器”。

可近日，湖南中医药大学第一附属医院接诊了一个1岁宝宝的急诊病例，就与花露水有关——妈妈在家喷花露水驱蚊，宝宝竟过敏休克了。

到底是怎样的一波操作让花露水成了“祸水”？6月17日，今日女报/风网记者来到医院，听专家聊聊夏季过敏的那些事儿。

妈妈喷洒花露水，宝宝进了急诊室

近日，家住长沙市岳麓区的一岁幼儿阳阳（化名）因一瓶花露水被送往湖南中医药大学第一附属医院急诊科。

阳阳的皮肤容易瘙痒，母亲王女士平常很少带阳阳出门。5月底，一个凉爽的傍晚，王女士想带阳阳去楼下散步，担心蚊虫会“盯”上宝宝，王女士在阳阳的身上涂满了花露水。

想着穿上了一层“防蚊衣”，可以安心出门玩耍了。谁知，到楼下没多久，阳阳体温开始升高，皮肤变得灼热，接着就开始了不停地哭闹。

以为孩子着凉了，王女士赶紧带回家给他加衣服，但是情况并没有好转，阳阳的脸、脖子、四肢都出现了不同程度的红肿，慢慢地失去意识。王女士察觉情况不对，连夜将孩子送到医院急诊室，最终被确诊为接触性过敏。

“孩子之前也用过花露水，没有问题啊，为什么这次会过敏呢？”王女士很疑惑。该院皮肤科副主任医师祈林告诉她，阳阳本身是敏感体质，对花露水里的某些成分过敏，因为之前是少量涂抹，所以没有什么影响，这次大面积全身涂抹，就加重了过敏反应，从而让孩子出现瘙痒、红肿、皮疹、胸闷、气喘等症状，如果严重过敏还可能造成休克甚至死亡。

花露水过敏的两大源头

“每年夏天都会有几十例花露水过敏的患者，以婴幼儿和老年人居多。”祈林向今日女报/风网记者介绍，花露水导致过敏的原因主要有两个：

第一种是患者自身偏敏感体质。花露水含酒精、蒸馏水和香精，这些都成为过敏源。因此，如果家中有鼻炎、哮喘、荨麻疹病史，吃虾、芒果或者饮酒后容易起红斑、瘙痒等，或者是对某些药物（如止痛药、青霉素）过敏的敏感体质人群要慎用花露水。

第二种是使用花露水的方法不对。花露水大面积涂抹全身，皮肤表面酒精含量较大，容易引发接触性过敏，尤其是脸和外阴等薄嫩部位，更是不宜涂抹。花露水喷洒密度大，导致空气中酒精浓度过大，呼吸道过敏者吸入后，就会引发吸入性过敏，出现鼻炎、头晕等症状。

祈林建议，如果因为花露水不小心导致过敏，应立即用流水冲洗皮肤，清除皮肤上的过敏源，洗完之后涂抹保湿霜或者婴儿霜。若情况严重，要及时送往正规医院，千万不能乱用药物或者使用“止痒偏方”。

祈林提醒，如果是给宝宝使用，应将花露水喷在大人的手上，再涂到宝宝皮肤上。涂抹时，要避免开眼睛、口唇、伤口等部位。给宝宝洗澡时，应先滴到洗澡水里，稀释之后，再清洗皮肤。

小科普 >>

教你轻松缓解宝宝鼻塞

文/陈园(湖南省儿童医院呼吸一科)

宝宝鼻塞会难受，尤其在吃奶时鼻腔和口腔同时被堵住，可能导致宝宝食欲下降、呼吸困难等症状。缓解宝宝鼻塞，常见的方法是用生理盐水喷鼻或滴鼻，把鼻腔内的分泌物和鼻涕清除掉，只要宝宝接受，还可以多次使用。也可以使用加湿器提高室内湿度，或者用湿热的毛巾敷在宝宝鼻子根部，让宝宝呼吸更通畅。但要注意的是，毛巾温度不要超过49℃，以防烫伤。如果鼻塞影响入睡，还可以将宝宝头部适当垫高，也能缓解鼻塞症状。

孩子生病要注意用药精准

文/沈程(湖南省儿童医院药剂科)

儿童药物是餐前服用还是餐后服用？这需经过医生指导或遵循药品说明书来决定。针对儿童用药剂量，可按年龄计算，即不同年龄儿童用药占成人用药的比重：1个月为1/14、6个月为1/17、1岁为1/5、2岁为1/4、4岁为1/3、6岁为2/5、9岁为1/2、14岁为2/3(肥胖或瘦弱患儿除外)。此外，1岁以前的孩子因消化能力尚未完善，最好是服用药水，既方便控制用量，也方便宝宝吸收。家长需对孩子的用药做精准合理的安排，避免因用量过度可能造成的中毒或用量不足无效的问题。

孩子腹泻该补充盐和水吗

文/孙兆敏(湖南省儿童医院重症医学一科)

大多数孩子腹泻是由病毒性肠道感染引起的，最常见的诸如病毒、轮状病毒等，易在人群间传染。而食物中毒、食物或牛奶过敏、饮用果汁、尿路感染、呼吸道感染、口服药物的副作用(如抗生素)等，也是导致腹泻的原因。宝宝若腹泻严重，机体丢失的水分和盐过多，就会造成脱水，严重脱水会危及宝宝的生命。因此，当孩子发生腹泻时，保持体内水平衡非常重要，家长需及时给宝宝补充足量的盐和水。

这6种情况应给孩子输液

文/江玲(湖南省儿童医院留观输液科)

抗生素过敏固然可怕，但在这6种情况下，我们应支持医生给孩子输液。1.孩子哮喘：哮喘发病一般较急，不及时用药控制会有窒息危险，所以要通过输液向体内注射一些平喘的药物。2.严重的感染炎症：比如阑尾炎、中耳炎、猩红热、脑膜炎等。3.紧急疾病：咽喉炎往往发作较急，需输送抗生素类药物。5.严重脱水：孩子严重腹泻，吃不进去东西，只能通过输液补充营养。6.抢救情况：情况紧急，必须输液。

孩子发烧多少度要吃药

文/杨娟(湖南省儿童医院呼吸二科)

孩子发烧多少度需要吃退烧药，目前并没有明确规定。因为退烧药在人体内起作用需要一定时间，且体温一旦超过39℃就易出现高热惊厥，那时再吃退烧药也不能马上降温，只能眼睁睁看着宝宝体温往上窜。所以建议宝宝腋温到38.2℃以上，且精神状态不好时，就给他吃退烧药，这样等体温升到39℃时，药物就刚好开始起作用。目前儿科应用最广泛的儿童专用退烧药是布洛芬和对乙酰氨基酚，两者均是安全有效的退热成分。给孩子服用前要先看清楚说明书。

孕妇血糖高吃什么主食

文/周敏(湖南省脑科医院重症医学科)

孕妇血糖高，建议要控制主食摄入量，可将米饭和面食改为粗粮饭。吃完后，要注意适当运动。如果已患糖尿病的女性朋友，在怀孕过程中可注射胰岛素。此外，孕妇出现高血糖后，一定要详细咨询医生实际情况，以便对症治疗。孕妇血糖高吃什么主食？除了将主食改为粗粮外，还可以以蔬菜代替肉食。实在喜欢吃肉的孕妇，也可以尽量减少吃肉，或用牛肉、鸡肉等代替猪肉。在这个过程中，一定要严格控制脂肪的摄入量，这是保持血糖平稳的关键。

香水

夏天各种气味较重，香水频繁使用，香水里酒精成分高达5%~20%，敏感体质接触或者吸入后，都容易引起过敏。

膏药

三伏天到了，中老年人因为贴膏药引起过敏反应增多，膏药里含有的麝香、促渗剂、香料等成分容易诱发过敏，如发现局部灼热、红斑、瘙痒，应立即停止使用。

痱子粉

成人痱子粉所含的薄荷脑、樟脑比小儿痱子粉高3—4倍，对皮肤刺激大。孩子如长期使用，可能会引起恶心呕吐、皮肤红斑等症状。

护肤品

常见的过敏源是去角质产品和面膜，尤其是面膜。除了产品某些成分可能引起过敏外，面膜纸长时间敷在脸上，也容易诱发过敏。对花粉、尘螨过敏的人，不适合使用面膜。

生姜、大蒜

湖南一些中老年人喜欢用生姜、大蒜泡的水涂抹皮肤，用来“排毒祛湿”，但姜和大蒜刺激性大，皮肤直接接触容易导致过敏。