

2岁宝宝从烧到40℃到完全转阴

## 宝宝或宝妈“阳”了，如何高效退高烧

今日女报/凤网记者 吴雯倩

“太难了，妈妈群这两天‘阳’了一片。”12月20日上午，家住长沙雨花区的李女士感慨地说。

李女士生完二宝不到一年，大宝前几天学校刚停课，她就发现身边不少朋友也“阳”了，一直在坚持的她直言很焦虑，“现在对家有小宝宝的妈妈说真是一次巨大的挑战，可能在自己高热乏力疼痛的同时，还要哺乳、给娃降温、哄睡安抚，还要担心第一次给宝宝用药会不会有失误……”

进入12月，根据国家疫情防控政策，湖南省新冠肺炎疫情防控政策逐步放开。0-3岁婴幼儿家庭如何科学抗阳，儿科专家又有何建议？



## 医生建议：孕产妇、哺乳期妈妈、婴幼儿这样“抗阳”

“如果孕妇感染新冠，根据大量研究表明，胎儿在宫内被感染的机会很小，所以，孕妇不需太焦虑。”湖南省妇幼保健院儿科医师吴奎介绍，“如果是产妇感染了新冠，仍然可以选择和新生儿同住，但建议保持2米以上间隔；母亲应佩戴好口罩，做好防护；可使用物理屏障，如在母亲和新生儿间使用布帘等；如果说产妇有发烧症状，不建议亲喂，可以吸出来用奶瓶喂养。”吴奎表示，哺乳期妈妈如果感染新冠仍可以母乳喂养，但喂养过程中必须戴好口罩，避免在喂母乳期间说话和咳嗽。如果母亲不能亲喂，也可以在严格注意清洁卫生的前提下，将母乳吸出由他人（未感染者）代为喂养。此外，任何人在接触新生儿、吸奶器、盛奶器皿前，建议至少洗手20秒，用后的器皿也要及时清洗干净，规范消毒。除此之外，宝妈可以通过多喝水、多休息、服用药物、适当运动等方式来缓解症状，在治疗期间还要保持心情愉悦，做好隔离工作。

“如果宝宝出现咳嗽、发热、痰多等症状，可以在医生的指导下服用布洛芬或对乙酰氨基酚、化痰止咳类药物缓解症状。由于宝宝年纪较小，家长尽量不要擅自增减药物剂量，以免出现副作用。”吴奎提醒，一般情况下，宝宝查出新冠阳性除了药物治疗，也可以通过日常护理来缓解不适症状，“宝宝发热时，家长可为其物理降温，用温毛巾擦拭身体，退热后注意保暖；给宝宝及时补充水分，以防身体脱水；随时观察宝宝状态，如果宝宝出现呼吸困难、气喘这些症状，立即送往医院”。

## 哺乳期宝妈突然“阳”了

口述：宝妈玲姐（家有11个月大的宝宝）

12月12日，我去医院做了单管核酸检测。整个上午，我自觉全身发冷，但体温测量是正常的。我和同事的手握在一起，她说我的手简直是冰到骨子里地冷。

中午时刻，我开始出现低烧，头有些晕。我赶紧回家把自己关起来，做了抗原检测：阴性。我想，那个“不速之客”应该不会缠上我。居家这一天，我心里一直忐忑，感觉卧室好像裸露在寒冷的冬天。直到晚上8点，核酸结果出来，我成了“小阳人”。

深夜，我的咳嗽渐渐增多，出现鼻塞症状，说话也有了鼻音。体温一直在38℃上下，除此之外，全身开始酸痛，尤其是腰疼得很厉害。

这期间我最担心的是宝宝并没有完全断奶，她10个月以后添加了部分奶粉，由纯母乳喂养转换为混合喂养。为此我又专门咨询了儿科医生。医生说这种情况是可以正常哺乳的。我当时没吃退烧药，担心药物对宝宝有影响，喂养我也按照医生指导的方法，先把奶水吸出来，装在已消毒的奶瓶里，让家里没有被感染的“阿姨”拿奶瓶喂。

第三天，我突然出现了39℃以上的高烧，全身疼痛加剧，腰部以下的肌肉疼痛难耐，走路也有点不稳，脑袋昏昏沉沉的。我只好吃了布洛芬退烧，不一会儿，全身大汗淋漓。但是，一旦体温处于下降过程，我又像掉入了冰窟，家里暖气全开，盖三床被子都觉得冷。我

吃了药，前一天多储了一些奶，增减了奶粉的剂量，暂时这么对付着。

12月14日，我生病第四天了，体温已经开始逐步下降，基本维持在38℃以下的低烧，我没有再吃退烧药，全身的酸痛也得到了减轻。但是出现了咳嗽和鼻塞症状，味觉略有下降。一直以来，我最担心一岁的小女儿，庆幸地是她的精神还是那么好，该玩玩、该吃吃，从不耽误。

12月15日，我体温完全正常了。16日，除了少许咳嗽，其他症状基本消失，也不再全身酸痛。17日，我的核酸检测：阴性。我总算去掉了“小阳人”的称呼。

## 家政阿姨“阳”后宝宝烧到40℃

口述：一一妈（宝宝“一一”2岁2个月）

先是家里的“阿姨”开始有点不舒服，12月10日中午后开始头痛加咳嗽，“阿姨”当时在家里就把口罩戴上了。晚上我回家给“阿姨”拿抗原测了一下，显示两条杠。我们马上把“阿姨”和一一分开。一一那会儿的精神状态一切都还算正常。

第二天早上，一一从起床开始就哼哼唧唧，一直要我抱着，除了我谁都不行，当时我还没想太多。中午，一一哭闹着不肯吃饭，直到下午三点多，我想给她喂些牛奶，可能喂多了点，她把喝进去的几口都呕吐了出来。我当时慌了，摸着

孩子脖颈后的温度有点高，立马测了体温显示38.7℃，但是手脚是冰凉。

我本想观察看看，趁她睡着一直给她搓热手脚。可是体温上升很快，两个小时不到，就烧到了39.8℃。幸好家里常备着美林，我马上给孩子喂了药。

中午4点半，孩子的体温降到38.4℃，我喂了点东西，又吃了小儿豉翘清热颗粒。到了晚上快10点的时候，她的体温又升到40.4℃，手脚很烫，我赶紧给她吃了药，同时一直努力用热水擦拭她的腋窝、背、手心、脚心、大腿根

等部位降温。这一整天孩子的精神状态很差，大部分时间在睡觉。

这一夜我都没敢合眼，一直观察孩子的身体变化。所幸一直到清晨一一的体温也没有明显高上去。睡到9点来钟醒来，她的精神状态好了不少，一整天也没有额外睡觉。

这一周，一一没有再次发烧，胃口也逐步恢复了，只是肠胃有点弱，吃不好，大便不太成形，但总的来说，最艰难的时期已经过去了。

## ■伊姐说科普

## 新生儿低血糖的危害

文/胡晓姣（湖南省儿童医院新生儿科）

新生儿低血糖非常危险，因为发生低血糖，大脑细胞就会缺氧，葡萄糖代谢长时间不能供应，可能对患者造成不可逆的损伤，轻者成为植物人，重者危及生命。新生儿低血糖多见于早产儿和母亲是糖尿病患者的患儿。由于血糖升高，通过胎盘刺激胎儿胰岛细胞逐渐增生、肥大，机体内胰岛素的分泌比没有糖尿病的母亲来说，胰岛素分泌量过多。出生以后脐带断裂，高血糖的刺激没有了，但是胰岛细胞已经形成，进而容易发生新生儿低血糖症。所以，妊娠期妇女需警惕新生儿低血糖的出现。如发生低血

糖症状，要立即给予输入葡萄糖纠正，避免造成大脑细胞不可逆的损伤，否则轻者对智力造成影响，重者出现生命危险。

## 两岁宝宝为何小便乳白色

文/欧阳波（湖南省儿童医院泌尿外科）

两岁宝宝小便乳白色，可能是喝水太少或尿路感染所导致的。如果只是偶尔出现这类现象，且没有伴随其他不适，家长不必担心。宝宝小便乳白色的常见原因：1. 喝水过少。两岁宝宝新陈代谢较快，如果平时喝水少，导致尿酸盐或磷酸盐大量结晶出现在尿液中，就会导致尿液发白浑浊。这时家长应多给宝宝补充水分。2. 尿路感染。宝宝如果尿路

感染，也会导致尿液中出现白细胞、脓细胞等不溶于水的物质，使尿液呈乳白色，同时还伴随有尿频、尿急、尿痛的症状。治疗方法视情况而定：进行尿液化验检查，若无白细胞、脓细胞感染，无需治疗，给宝宝增加饮水量，尿液颜色慢慢就会恢复正常；若存在感染情况，可在医生指导下给宝宝服用抗菌药物进行治疗。

## 荨麻疹是怎么引起的

文/谭晚宜（湖南省儿童医院皮肤科）

荨麻疹俗称“风疹块”，是由于某些诱发因素引起的皮肤黏膜局限性水肿反应，常见的诱发因素有几个方面：首先是

食物，主要包括动物性蛋白、是植物性食品以及某些食物添加剂；其次是药物，如青霉素、血清制品、各种疫苗及磺胺药，还有一些解热镇痛药等；第三，感染因素，包括各种病毒感染、细菌感染、真菌感染、寄生虫感染等，都可引起荨麻疹；第四，物理因素，各种物理性的因素，如冷、热、日光、摩擦以及压力都可能引起某些患者发病；第五，动物及植物因素，如动物皮毛、昆虫毒素、蛇毒、海蜇毒素、荨麻以及花粉等；第六，精神紧张，这也会引发荨麻疹；第七，内脏和全身性疾病，包括风湿热、类风湿性关节炎、系统性红斑狼疮、恶性肿瘤等疾病，以上都有可能引起荨麻疹。