

长沙3岁女孩突然走不了路……

这种娇气可能是病：当宝宝不想动时得当心

今日女报/凤网记者 罗雅洁 通讯员 邓丹 毛文娟

得了一次甲流，退烧后竟然走不了路了，长沙3岁女童小悦（化名）最近遭遇了这样一件“怪事”，还被家长误以为是变娇气了。她去医院做检查时，发现还有不少小朋友与她“同病相怜”。

“不是娇气，是急性良性肌炎！”医生检查后告诉小悦父母。

那么，为什么患甲流后会变成急性良性肌炎？是否可以预防？孩子得了急性良性肌炎该怎么办呢？



医护人员为小悦做初步检查。

以为孩子变娇气，没想到是真生病

“我本来以为孩子是生完病后变娇气了，没想到是真的走不了路。”4月10日，小悦的家长向今日女报/凤网记者介绍，小悦前阵子感染了甲流，高热难退，经住院治疗后才退烧。让小悦父母没想到的是，退烧后的第三天，小悦突然喊起了腿疼。起初，小悦父母并没有在意，以为是孩子太小，生病后在撒娇。直到小悦死活不肯下地走路，他们才意识到问题的严重性。

4月5日，小悦在父母的陪同下前往湖南省人民医院儿童医学中心就诊，医生发现小悦肌酸激酶竟高达3156U/L，肌红蛋白923μg/L，均高出正常值十几倍，确诊为急性良性肌炎。

在经过一系列对症治疗后，小悦的症状明显好转，复查结果逐步趋于正常。4月10日，小悦顺利出院。

小悦的情况并非孤例。

据了解，近段时间，湖南省人民医院儿童呼吸与免疫科病房收治了好几例确诊甲流的学龄期儿童，他们都出现了突然肌肉酸痛走不了路的情况，连看病都是家长背着来的。一检查，他们都有肌酸激酶和肌红蛋白明显增高的情况。

“流感后的急性良性肌炎，属于自限性疾病，好发年龄为学龄期儿童。”湖南省人民医院儿童呼吸与免疫科主任黄寒介绍，该疾病的典型特征为前驱病毒感染后，出现腓肠肌和比目鱼肌群的肌肉疼痛，一般2~7天可以痊愈，少数持续到1个月左右。“症状较重的孩子，会出现走路姿势异常，跛行甚至不能走路的情况。”

孩子甲流后腿疼，家长需重视

湖南省人民医院儿童医学中心副主任医师丁小芳介绍，引起急性良性肌炎的原因主要有三个：流感病毒进入血液循环后破坏了骨骼肌、免疫反应过度以及全身的炎症反应。“肌炎的发生是无法预防的，但因为肌炎多数出现在病毒感染后，因此，做好流感的预防可以避免急性良性肌炎的发生。”丁小芳说，接种流感疫苗、做好个人卫生、保持室内空气流通和一定的社交距离都是预防流感的有效手段。

“肌炎发展严重的话，可能会发生横纹肌溶解。”丁小芳提醒，如果孩子除了激酶明显增高外，还出现了全身多处肌肉明显疼痛、尿液颜色变深、水肿等症状，可能就是横

纹肌溶解，严重时甚至会引起急性肾功能衰竭，危及生命。“不过这种情况是非常罕见的，我们可能一年也只接诊过几个这样因肌炎引发横纹肌溶解的患者。”

黄寒建议，患上急性良性肌炎轻症的孩子需要卧床休息，在医生的指导下尽早服用奥司他韦等抗病毒药物、补充维生素C，并积极补液。疼痛剧烈的孩子可以在医生指导下，适当口服解热镇痛药。还有少部分孩子病变累及到心肌，心肌酶谱中肌酸激酶同工酶会升高，这就要考虑心肌受损的可能。

同工酶轻微的升高和轻微的腿疼，可以通过口服钙剂和维生素C、果糖等药物来帮助恢复。重症的比

如合并有胸闷、心悸、心慌、呼吸困难、乏力、胸前有压榨感等，就不能排除急性心肌炎甚至心衰。

“孩子甲流过后出现腿疼，需要引起重视。”黄寒提醒家长，应鼓励孩子卧床休息，注意补充营养，多进食富含蛋白质、矿物质、维生素的食物，多喝水，增加排泄。此外，肌红蛋白的增高容易堵塞肾小管，甚至引起肾功能不全，家长们要注意观察孩子小便的量以及小便的颜色，如果小便颜色加深，或者疼痛无法缓解，甚至出现胸闷、心悸、呼吸困难等情况，一定要及时就医。

流感后还易出现这些并发症

“小于2岁，患有先心病、肺发育不良等基础疾病，或者患有神经肌肉疾病、发育全面落后的孩子，在患上流感后需要额外关注。”丁小芳告诉记者，这些孩子流感后出现并发症的几率会相对增加，症状也会比较明显。

除了急性良性肌炎外，流感还

可能会引起哪些并发症？丁小芳介绍，流感可能会引起肺内和肺之外的并发症。“肺内的就是重症肺炎、急性呼吸窘迫、塑形支气管炎等。肺之外的并发症有心肌炎、流感性脑炎等等。”

因此，提醒各位家长，孩子患上流感后不可掉以轻心。



科普

小孩补锌补钙的最佳时间

文/曾亚茹(湖南省儿童医院麻醉手术科)

小孩补锌补钙的最佳时间没有具体年龄限制，一般在吃完晚饭后1小时左右补充为宜。如需同时补充，建议先补充锌，间隔至少半小时以上再补充钙剂，以免相互排斥，影响吸收和利用。锌和钙对小孩的生长发育有很重要的作用。锌能够促进智力发育，增强身体抵抗能力以及改善食欲等，缺锌会导致免疫力下降、智力发育不良、身材矮小等后果，甚至造成侏儒症。钙可以增加骨密度，促进骨骼发育等，缺钙会造成骨骼变软或者骨质疏松等。如果以食物方式来补锌补钙，则一日三餐均可补充。如果服用锌剂、钙剂来补充，建议在晚饭后1小时至睡前这段时间服用，因为随着食物的消化有利于吸收，进入睡眠状态后可进一步提高吸收和利用率，而且夜间血钙水平一般较低，适合在临睡前补充。

小孩身上起红疙瘩怎么办

文/孙杨丹(湖南省儿童医院麻醉手术科)

当孩子身上起红疙瘩，同时还有瘙痒时，先要确认是什么原因引起的，再考虑如何处理。比如，最常见的原因是过敏性疾病。对食物、药物或接触物、吸入物等过敏的人，身上就会起红疙瘩，也就是荨麻疹，往往会比较痒。这时要确认和回避过敏原，并给他吃抗过敏药，比如西替利嗪或者氯雷他定等，还可使用外用的炉甘石洗剂，有助于局部症状的缓解。另外，蚊虫叮咬也会导致身上出现红疙瘩和瘙痒，这属于虫咬皮炎，可使用炉甘石洗剂或激素软膏，或口服抗过敏药帮助缓解症状。身上起红疙瘩或者瘙痒也可能是由很多其它疾病引起的，需要结合皮疹特点，包括是不是有发热、是不是有其它伴随症状等，帮助判断诱因，再做相应处理。

婴儿流黄鼻涕是怎么回事

文/杨宇帆(湖南省儿童医院重症医学科)

流黄鼻涕，西医认为是细菌或病毒入侵引起的上呼吸道感染症状。中医上认为是风热之邪引起肺气失宣，从而导致流黄鼻涕。婴儿流黄鼻涕有以下两种原因：1.感冒。一般风热感冒初期，婴儿会先流清鼻涕，随着病程的进展，逐渐出现黄鼻涕，这种情况往往伴随有鼻塞、喷嚏等症状，可以给婴儿口服小儿豉翘清热颗粒，或者小儿氨酚黄那敏颗粒治疗，注意多给宝宝喝水，及时增减衣物，避免二次感冒。2.过敏性鼻炎、鼻窦炎。这种情况往往伴随鼻塞、头痛等症状。婴儿一般会有过敏史，比如对冷空气或者花粉过敏，而且持续的时间可能比较长。建议家长及时带婴儿去医院耳鼻喉科就诊治疗，可以给婴儿使用抗过敏药物。

一岁宝宝能吃韭菜吗

文/周蕾(湖南省儿童医院麻醉手术科)

一岁大的宝宝可以少量吃韭菜。韭菜含有丰富的维生素，包括维生素C、维生素B1、维生素B2、尼克酸、胡萝卜素、碳水化合物以及矿物质等，并含有丰富的膳食纤维。韭菜性温、味辛，能够增进食欲，具有益肝健脾的功效，也具有润肠通便的功效。但对于消化不良、肠胃功能紊乱的病人不建议吃韭菜，因为会引起腹泻，因此有腹泻的宝宝更不能吃。当宝宝有呼吸道感染，尤其是细菌感染的时候，宝宝有化脓性扁桃体炎、鼻炎、鼻窦炎等，此时不建议吃韭菜。另外，过敏体质的宝宝，不建议吃韭菜。一岁的宝宝尝试吃韭菜时，一定要少量，看看宝宝能否接受这口味，看是否有不良反应，如果没有，下一次可以再适量吃。

宝宝夜里老哭闹是怎么回事

文/王琼(湖南省儿童医院新生儿科)

七八个月大的宝宝夜里老哭闹可能是出现了什么问题？1.缺钙。缺钙后血钙浓度降低，易引起神经兴奋，从而导致宝宝夜里老是哭闹。可到医院检查微量元素，如有缺钙的情况，应遵医嘱使用葡萄糖酸钙片、碳酸钙等药物进行治疗。2.胃肠功能紊乱。吸入大量空气、腹部受凉、喂养不当等因素会导致胃肠功能紊乱或是肠绞痛、肠套叠等情况，从而导致宝宝夜里老是哭闹。可遵医嘱进行治疗，以调节胃肠道菌群，缓解不适症状。3.寄生虫感染。如果感染了蛔虫等寄生虫，由于虫体晚上活动，会使宝宝出现不舒服的感觉，从而导致七八个月大的宝宝出现夜里老是哭闹的情况，可遵医嘱治疗。