

大家给“郑州名医馆”的留言,每一条我们都看到了 小孩感冒、咳嗽,问得最多 明天上午9点半,儿童呼吸科专家做客“郑州名医馆”



“郑州名医馆”推出以来,爸爸妈妈们蜂拥而入,留下困扰自己的问题,告诉广大微友们:每一条留言我们都看到了。非活动期间,我们会将有代表性问题汇总,定期请相关专家进行解答,并发表于郑州晚报健康版和“郑州名医馆”微信公众平台,留言后请不要着急。如果是咨询宝宝生长发育方面的问题,一定要写清孩子性别、年龄、身高、体重。如果已在医院进行检查,要写清检查的项目和不达标数据。前段时间的连续阴雨让秋意骤浓,但预报称秋老虎还会发威,9月下旬有可能再出现近30℃的高温。季节交替,天忽冷忽热,感冒的人多了起来,此外还有呼吸系统、心脑血管疾病等都应注意预防。大家的贴心健康管家,郑州晚报微信公众平台“郑州名医馆(zzmyg1)”,本周将继续和省内各大医院的专家一起,为大家的健康保驾护航。只要关注“郑州名医馆”,就可留言咨询,我们将定期挑选微友们关注的问题,邀请省内知名专家为您解答。此外,“郑州名医馆”还会定期向您免费推送最靠谱、最严谨、最人性化的医疗、保健、养生等方面的相关资讯。 郑州晚报记者 邢进 谷长东

1 小儿感冒要做的4件事

特约专家:郑州市第一人民医院儿科呼吸科主任 程艳波

从医学角度讲,秋季是个“感冒季”。昨天,郑州市第一人民医院儿科呼吸科主任程艳波回答微友问题,并提出小儿感冒需要做的4件事。

第1件事:得了感冒,好好休息是必须的

小孩体质相对较弱,为避免交叉感染,让疾病尽快康复,孩子感冒不建议上幼儿园。等发烧、咳嗽、流涕等症状消失了再去幼儿园。

第2件事:适当补充维C

维生素C有抗氧化、调节免疫的作用,孩子感冒期间适当吃2~3天的维C泡腾片,有助于缓解症状。但需要提醒:维C泡腾片不能长期作为预防感冒的补充剂,也不能一次性大剂量补充。

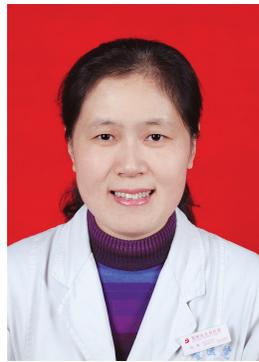
第3件事:饮食要清淡

甜腻的食物易生痰,导致舌苔厚腻,有碍脾胃运化,感冒后的脾胃功能本来就会下降,再吃甜腻食物等于火上浇油,因此孩子感冒期间要饮食清淡。

第4件事:多喝水有好处

建议孩子平时就养成多喝水的好习惯,少喝果汁饮料。感冒时加量喝水可加速代谢。

此外,程艳波还建议家长:切忌孩子稍不舒服就服药,更要慎用抗生素,普通感冒不主张用药。



专家简介

汤昱,副主任医师,1994年毕业于河南医科大学儿科系到郑州市儿童医院工作,1998年从事儿科呼吸专业工作至今。擅长儿童呼吸系统常见病、多发病及疑难重症的诊治,尤其对婴幼儿喘息性疾病、儿童慢性咳嗽、支气管哮喘及反复呼吸道感染等疾病的诊治具有丰富的临床经验。荣获省、市级科技成果奖6项,多次参与全国多中心流调,在儿科核心及国家级刊物上发表论文20余篇。多次荣获院先进工作者、优秀共产党员等称号。现担任河南省医师协会儿童医院分会委员、郑州市医学会第九届呼吸专业委员会委员、河南省哮喘联盟及变态反应学会秘书及内科党支部第二支部书记、大内科秘书。

本周在线问诊还没开始,“郑州名医馆”微信平台就已收到了不少咨询。根据微友们反映的问题,本周三上午9点半,我们将邀请郑州市儿童医院汤昱医师在线1对1为您解答。

亲们有什么问题,欢迎来“郑州名医馆”提问。有关小儿呼吸系统方面的任何疑问都可以通过“郑州名医馆”向汤昱咨询,还有机会获得汤昱的门诊号。

2 孩子长期反复咳嗽怎么办?

特约专家:郑州市儿童医院儿童哮喘、慢性咳嗽等疾病专家 汤昱

一些家长反映自己的宝宝经常咳嗽,怎么也治不好,对此我们请教了郑州市儿童医院儿童哮喘、慢性咳嗽等疾病专家汤昱医师。

“妞妞妈妈”:女儿5岁,咳嗽1个月,不频繁,睡觉和剧烈运动时会咳一阵,怎么治?

汤昱:若孩子没痰,要先做检查确定是否因病毒感染,是否是气管炎。如有黄脓鼻涕,要检查是否患有鼻炎、鼻窦炎。如果没有以上情况,则考虑是过敏性咳嗽,积极寻找过敏原。

“艺晔”:宝宝4岁4个月,每逢季节变换就感冒,天气一凉就容易咳嗽,时间长了就成支气管炎!该怎样改善?

汤昱:长期反复咳嗽,要检查

是否是过敏性咳嗽,考虑孩子是否对冷空气过敏。其次要检查孩子消化道有无问题,例如胃食管返流。这样的孩子易干呕、晚上咳嗽,但孩子可能无法表达,家长要仔细观察孩子有无干呕动作。

“张延云”:我家宝宝两岁半、咳嗽1年了,西医中医都看了,一直不好,每天咳嗽,时间不固定,不算严重,肺部没问题,中医说是脾胃虚弱,喝了两个月中药也不好。

汤昱:孩子咳嗽一年应考虑是否是过敏性咳嗽,及时进行相关检查,寻找过敏原。

好药不在药店 而在菜市场

舌尖吃菜吃出好心脏

每家可领2本,仅限3天,发完为止

400-8080-656、400-8080-656

● 不用医生提醒,冠心病、脑中风、高血压等心脑血管疾病患者都在自我控制饮食,对许多食材都是忌口的。

● 因为害怕疾病恶化,他们不敢吃不敢喝,他们只敢吃药!

● 人是自然的灵性生命体,其实我们忽视了最天然的药物!老祖宗用的中药材都是来自天然,很多食材就是最好的药材。

“这是一本堪称心脑血管病的活辞海,你的一切病症、疑问都能在书中找到答案!”

2012年以来,集合了冠心病、心绞痛、脑中风、高血压等心脑血管疾病解决方案的《吃菜养心》一书,发行量超过了100万册。

书中讲到:好药就在菜市场,不在

药店!科学吃菜就可治疗高血压、心脏病、脑中风、脑血栓、脑梗塞!大有可能!

● 2012年度最受读者欢迎的健康读本! 2013年度健康类第一畅销书! 2014年5月亚马逊图书销售冠军!

● 简便易学,无论你的病症有多严重,无论你治疗失败了多少次,吃菜疗法都会让你意外惊喜。

● 喜欢动手的读者,还可以根据书中的提示,制作蔬菜胶丸,随身携带,无毒无害,轻松对付高血压、心脏病、脑中风、脑血栓、脑梗塞!

● 两年前看了此书,并照法施行的数十万心脑血管患者,97%因此受益!

家里有人高血压、冠心病、脑中风?千万不要等待,千万不要犹豫,赶快拨打电话领取这本书!不要出门,不要你一分钱,每家可领2本!一个电话即可送达!(如有人收钱,请举报)

3 孩子长了白头发,咋搞的?

特约专家:郑州市儿童医院生长发育科主任 卫海燕

“Handsome”:儿子马上1岁了,头发颜色发红还有几根白发,抽血检查微量元素,数值偏低,补钙铁锌两个月了没改变,咋办?

卫海燕:孩子头发颜色不正

常,首先要检查尿液是否有异味,皮肤有无异常。建议到医院进一步检查是否与遗传因素有关,并排除患有罕见病。若与遗传因素有关,且白发少,一般不用治疗。

掌握第一手健康资讯,与省内知名专家面对面交流,请关注“郑州名医馆”!



- 1.通过微信号添加 打开微信,点击通讯录右上角的“+”,输入“zzmyg1”搜索,找到“郑州名医馆”点击“关注”。
- 2.扫描二维码添加 打开微信,在“发现”栏中点击“扫一扫”,扫描“郑州名医馆”二维码,点击“关注”即可。
- 3.与郑州名医馆互动 打开“郑州名医馆”,在窗口下方输入框中输入您的问题,请对病情的时间、状态以及进行过哪些治疗详细描述,以便专家分析作答。