

重视儿童隐睾 守护孩子健康未来

“王医生,我家孩子怎么两侧阴囊不对称,一边阴囊空空的。”一天,一位家长带着10岁男孩过来王医生门诊,经过王医生仔细体格检查,发现孩子确实两侧阴囊不对称,一边阴囊空空的,蛋蛋没在阴囊内,跑到腹股沟里面去了。

在寒假期间,王医生接诊这样的大孩子隐睾情况并不少见。在孩子的成长过程中,有一些身体状况需要家长们格外留意,儿童隐睾就是其中之一。隐睾,并非一种罕见的疾病,它是指男婴出生后单侧或双侧睾丸未降至阴囊而停留在其正常下降过程中的任何一处,比如腹股沟管、腹膜后等部位。据统计,有1%~4.6%的足月男婴会出现隐睾现象。

或许很多父母会疑惑,睾丸没有在阴囊里,这会对孩子产生什么样的影响呢?第一,在阴囊中睾丸才能有温度适宜的环境,使睾丸的正常的生精功能得到很好的保证。阴囊如天然“空调

室”,其温度略低于体温,这一低温环境对睾丸中精子的产生与发育至关重要。而隐睾时,睾丸处于比较高温的环境中,时间一长,就有可能造成生精细胞受到损害,从而对孩子今后的生育能力造成影响。研究显示,隐睾如果不及时治疗,双侧隐睾患儿成年后不育的发生率可达50%~100%,而单侧隐睾在生育能力上也会受到不同程度的影响。

除了生育问题,隐睾还存在着其他风险。隐睾可能会出现睾丸损伤、睾丸扭转等并发症。睾丸扭转会造成睾丸急性缺血,如果不能及时发现和处理,睾丸可能会因为缺血性坏死而不得被切除,那对儿童的危害无疑是巨大的。此外,隐睾的睾丸位置不在阴囊内,而跑到腹股沟区,甚至腹腔内。由于腹股沟区及腹腔的温度比阴囊的温度高,睾丸如果长期处于高温环境下,睾丸内的细胞容易发生恶变。

如何才能早发现孩子有没有存在隐睾问题呢?答案其实

很简单,父母可以在孩子出生后,观察阴囊是瘪的还是鼓的,然后轻轻抚摸一下孩子的阴囊部位。正常情况下,孩子阴囊内可以分别摸到花生米大小的睾丸。如果孩子阴囊是瘪的,摸不到睾丸,或者只能摸到一边,那就需要注意可能存在隐睾问题。但有些早产儿出生后几个月睾丸仍然有可能继续自行下降。因此在宝宝刚出生时,如果发现阴囊内没有睾丸,可以先观察一段时间。但如果睾丸在6个月时仍未下降到阴囊,则应及时带孩子到专科医院就诊。

一旦确诊是隐睾,家长们也不要太担心,目前有很多种针对隐睾的有效治疗方法。对于6个月到1岁以内的孩子,医生可能会先采取内分泌治疗,通过绒毛膜促性腺激素促进睾丸下降。这种治疗方法有一定的成功率,部分患儿的睾丸可以在药物的作用下下降到阴囊。但内分泌治疗疗效不确切,存在一定的副作用。而对

于1岁后睾丸依然没有下降到阴囊内的孩子,则以手术治疗为主。手术主要是将睾丸下降固定在阴囊内,同时处理未闭合的鞘状突。一般在孩子出生后6个月至1岁之间为手术的最佳时间,最迟不超过1岁半。随着医学技术的不断进步,现在的隐睾手术大多以微创技术为主,具有创伤小、恢复快等优点。手术后,家长需要根据医嘱,做好孩子的护理工作,如伤口要保持清洁干燥,避免孩子哭闹、剧烈运动等,以确保手术效果和孩子的顺利康复。

虽然儿童隐睾属于较为普遍的一个病种,但只要孩子父母能够重视起来,做到早期发现、早期诊断、早期治疗,就可以大大减少对儿童健康的危害,让孩子拥有一个健康、美好的未来。让我们共同关注儿童隐睾,为孩子的健康成长保驾护航。

(作者:王允金 福建省儿童医院 泌尿外科 主治医师)

咳嗽咳痰患者 日常如何护理

咳嗽是临床常见的呼吸道症状,是机体的防御性神经反射,有利于清除呼吸道分泌物和有害因子。但长时间或高频次的咳嗽会严重影响我们的正常生活,提升支气管炎、心血管疾病、胃食管反流发生的概率,影响我们的身体健康。咳嗽咳痰患者在日常生活中该如何做好护理?我们一起来了解下。

了解咳嗽的成因

咳嗽其实是一种保护性反射动作,它可以帮助清除呼吸道内的异物、黏液和微生物。咳嗽常见的原因有以下几种:

1. 最常见的是感冒或流感,病毒感染会刺激喉咙和气管,引发咳嗽;或者一般以病毒感染为主的急性气管-支气管炎;以细菌性和病毒性最为常见的肺炎;上气道咳嗽综合征中伴有鼻塞、流涕,也应考虑鼻腔分泌物倒流鼻后和咽喉等部位引起咳嗽;还有由于慢性疾病,如哮喘、慢性阻塞性肺病(COPD)等,也可引发长期咳嗽。

2. 花粉、尘螨等过敏原会引起咳嗽,吸烟、空气污染等的环境刺激,也会对呼吸道产生刺激。

日常治疗措施

医生会根据病情,选择合适的药物治疗,可进行辨证论治选

择一些中医外治疗法,如:

1. 耳穴贴压(耳穴埋豆):根据病情需要,可选择肺、气管、神门、皮质下等穴位。2. 穴位贴敷:慢性咳嗽可在三伏天时根据病情需要,选择肺俞、定喘、天突等穴位进行穴位贴敷。

日常生活起居指导

咳嗽患者在日常生活中,实用的预防技巧如下:

1. 由于干燥空气会刺激呼吸道,加重咳嗽咳痰症状,因此咳嗽咳痰患者在日常生活中需要注意保持空气的湿润。室内温度保持在18℃~22℃,湿度控制在50%~60%。

2. 多喝水是另一个简单有效的护理方法。持续性咳嗽时,可频饮温开水,以减轻咽喉部的刺激。水有助于稀释痰液,减轻咳嗽的频率和强度,帮助你的呼吸道保持湿润。此外一些草药茶,如金桔利咽茶,也能起到润喉化痰的效果。

3. 对于那些因灰尘、螨虫和宠物皮屑等过敏原导致咳嗽的患者,需尽量保持环境的清洁。定期打扫房间,可以有效减少这些过敏原的存在。使用防螨床上用品和空气净化器,也是减少过敏原的有效手段。如果你对宠物过敏,尽量避免与它们密切接触,远

离过敏原以减轻咳嗽咳痰症状。

4. 咳嗽和咳痰患者还需要戒烟或远离烟雾和化学气体,烟雾中的有害物质会直接刺激呼吸道,加重咳嗽症状。而化学气体的刺激性同样会刺激气管产生不适感。

5. 在夜间咳嗽频繁的咳嗽咳痰患者,应减少进食酸性、油腻食物,避免睡前进食。或通过调整睡眠姿势的方式来降低胃酸反流,减少胃酸对咽喉的刺激。

6. 适量运动有助于增强免疫力,针对咳嗽咳痰患者的身体情况,可选择一些轻松的运动,如散步、瑜伽等,不会给身体带来过大的负担,但能有效促进血液循环,增强体质。

饮食指导

1. 饮食以高热量、高蛋白和高维生素为宜,并补充适量无机盐,同时避免摄入过多碳水化合物及易产气食物。多吃绿叶蔬菜及水果,食物烹饪以蒸、煮为宜,食物宜软烂,以利于消化吸收,同时忌辛辣、肥腻、过甜、过咸及煎炸之品。

2. 如受凉后出现痰白清稀:宜进食疏风散寒、宣肺止咳的食物,如紫苏粥。

3. 如伴有发热、咽痛咽干、痰黄质稠:宜进食疏风清热、宣

肺化痰的食物,如金银花茶。

4. 如气短喘息,咳嗽痰多,色灰白:宜进食清肺化痰、理气止咳的食物,如雪梨银耳百合汤等。

情志调理

保持良好的心理状态也是护理咳嗽的重要环节。长期的咳嗽可能会让人感到沮丧和焦虑,因此学会放松心情至关重要。听音乐、阅读、冥想等都是很好的放松方式。一个愉快的心情不仅能提高生活质量,还能帮助身体更快地康复。

咳嗽虽然常见,但只要我们做好日常的护理和预防,就能大大减轻它带来的困扰。希望通过这篇文章,你们可以找到适合自己的护理方法,远离咳嗽的烦恼。

(作者:陈莹 福建中医药大学附属第二人民医院 护师 张奎娟 福建中医药大学附属第二人民医院 护师)

医学科普专栏投稿邮箱:

fujianwsbkp@126.com

联系电话:0591-88369123

联系人:杨老师