

科普课堂

# 儿童肺炎

## 识别、处理和预防的关键信息



□李明杰

### ◆如何识别

首先,让我们了解一下什么是儿童肺炎。儿童肺炎是一种由各种微生物(包括病毒、细菌和真菌)引起的肺部感染。它会导致肺部的炎症和肺泡充满液体,从而影响呼吸。

那么,如何识别儿童肺炎呢?以下是一些关键的识别信息。

#### 1. 呼吸困难

孩子的呼吸可能会变得快速、浅薄,甚至出现喘息。

#### 2. 发热

孩子可能会出现持续的高热。

#### 3. 咳嗽

儿童肺炎常常伴有咳嗽,有可能是干咳,也可能会咳出痰。

#### 4. 疲倦和食欲减退

孩子可能会变得疲倦,食欲不振。

#### 5. 胸痛

呼吸时,孩子可能会感到胸痛。

如果您的孩子出现以上任何一种或多种症状,应尽快带孩子去看医生。

霜降已至,天气越来越冷,秋冬季高发疾病也开始活跃。近日,儿童肺炎高发让很多家长操碎了心。

在我们日常生活中,肺炎一词并不陌生,尤其在儿童群体中,肺炎是十分常见的。那么,如何识别、处理和预防儿童肺炎呢?本文将为大家提供一些关键信息,帮助您更好地照顾孩子。

### ◆治疗措施

接下来,我们来看一下如何处理儿童肺炎。儿童肺炎的治疗取决于肺炎的类型和严重程度。一般来说,医生可能会采取以下措施。

#### 1. 使用抗生素

如果肺炎是由细菌引起的,医生会开抗生素药物。

#### 2. 使用抗病毒药物

如果肺炎是由病毒引起的,医生可能会给孩子使用抗病毒药物。

#### 3. 提供支持性治疗

包括充足的休息,多喝水,保持合适的室内温度和湿度等。

### ◆预防方法

最后,我们来谈谈如何预防儿童肺炎。预防儿童肺炎关键在于以下几点。

#### 1. 接种疫苗

对于儿童来说,接种肺炎球菌疫苗和流感疫苗是预防肺炎的重要方式。

#### 2. 注重手卫生

教育孩子养成良好的手卫生习惯,可以减少病毒和细菌的传播。

#### 3. 健康饮食和充足的休息

保持良好的饮食和睡眠习惯,可以增强孩子的免疫力,帮助他们抵抗疾病。

#### 4. 避免烟草烟雾

二手烟会损害孩子的肺部健康,增加他们患肺炎的风险。

总的来说,儿童肺炎是一种常见的但可防可治的疾病。只要我们能够掌握识别儿童肺炎的关键信息,及时采取正确的处理措施,并重视预防工作,就可以大大降低儿童患肺炎的风险。

同时,我们也要牢记,预防总是胜于治疗。对孩子进行定期疫苗接种,让他们养成良好的卫生习惯,保持健康的饮食和充足的休息,都是预防肺炎的有效方法。

儿童的健康是父母们心中永恒的关怀。每一次微笑,都是家庭幸福的写照。同时,儿童的健康也直接影响着社会的未来,影响着社会的进步和繁荣。

守护儿童的健康,就是守护我们的家庭,守护我们的社会。这不仅需要家庭的努力,也需要社会的关注和支持。家长们要积极学习和掌握儿童健康的相关知识,及时识别和处理潜在的健康风险。学校和社区也要提供健康的环境和设施,支持儿童的健康成长。

(《大众卫生报》)

## 家有儿女

### 孩子以为手机里面净是钱

“钱不是在手机里吗?一扫就有。”现在很多孩子对钱没有概念,很少见到钱,也不把花钱当回事。科技带来的生活方式转变,在潜移默化中改变着孩子们的金钱观。

#### ◆尴尬 孩子不认识现金

微信群里,家长们聊着聊着发现好多孩子似乎对钱毫无概念,甚至自打出生以来,就没有接触过现金。“孩子5岁那会儿,从抽屉里翻出来一个很久没用的钱包,拿着里面的几张钱问我这是什么,我才意识到他从没摸过钞票。”赵女士说起这事哭笑不得。她跟孩子解释:“这是钱,用来买东西的。”结果,孩子指着手机问:“钱不是都在那里面吗?”

#### ◆困扰 钱像是从天而降的

在孩子眼里,钱好像是从天而降的,根本看不到背后的劳动,小小年纪就总想着躺平。

贺女士最直观的印象是,孩子对于价格高低丝毫不敏感。一个玩具,售价100块孩子觉得便宜,300块也是便宜,“总之只要他想买的,多少钱他都说便宜,就没听他说过贵”。

孩子对价格无所谓的态度,让人担忧。“当钱的概念逐渐抽象,贵贱不再有差别,孩子对于花钱的感受,也在悄然淡化。”在贺女士看来,无现金时代引发的消费观转变不容小觑。“利用移动支付手段,孩子轻松绕过监管,疯狂购买游戏皮肤、装备,甚至打赏主播的现象屡见不鲜。那些花好几万买游戏皮肤的,说到底就是孩子不明白钱的意义”。

#### ◆支招 让娃参与家庭采购

如何让孩子对钱有概念?在财商教育上,北京的丁欣做过许多尝试。前阵子家里快递比较多,丁欣决定让儿子东东体验一下挣钱的感觉。“我带着他一起把拆出来的各类纸箱收拾好,用小推车拉到废品回收站,总共卖了8块钱。”丁欣相信,这样的体验对孩子大有裨益。“至少他知道,钱不是平白无故来的。”平时,丁欣会让东东参与家庭采购,小到蔬菜水果、文具玩具,大到家具家电、长途旅行,她都会把价格告诉东东,“一个西瓜多少钱、一台冰箱多少钱、一趟旅行多少钱,慢慢他就对钱有概念了”。

除了掌握价格信息以外,丁欣还引导东东学会了比价,还开始盘算着给孩子进行理财启蒙。丁欣告诉东东,他的压岁钱可以选择放进储蓄罐,也可以选择让爸爸帮忙存起来,每月获得一笔利息。“我们专门给他做了个账本,上面写好日期和金额。如果遇到有自己特别想买的东西,就从里面支取一部分。”丁欣笑着说,“别看孩子小,一笔一笔记得可清楚了。”

(《北京晚报》)

## 温馨提示

□杨黎明

似乎每个父母,爱孩子都胜于爱自己,都希望他们能幸福美满地度过这一生。但实现这一愿望的前提是,你得从现在起,有计划、有规则、有底线地爱孩子。帮助他的内心世界,建立一个又一个有利于其成长的规则。

随着孩子一天天地长大,他从五彩缤纷的外部世界摄取的养分逐渐增多,甚至多到其自身世界的养分,需要按一定规则排序分类,才能有效地为其所用。可是,这些养分不会自动排序分类。孩子自身主观上也不具备分类的能力。因此,这就有赖于父母帮助他们建立规则。

父母的核心任务并不是帮助孩子“制订”新的规则,而是帮助孩子理解这世界已有的规则,并践行、坚持这些规则。这个帮助孩子理解规则、践行规则,并坚持规则的过程,说白了就是植入有益规则的过程,让规则在孩子的世界里,从无到有,从少到多,从被动植入到主动吸收。这个过程

## 建立爱的规则

的开展,主要集中在“家庭”这样一个充满爱的场所。换言之,“家庭教育”的核心内容就是:帮助孩子理解规则,践行规则,植入规则,并坚持规则。进而最终实现在孩子的内心世界:建立规则。

我们总是听到很多家长抱怨说自己的孩子多么任性、不听话、不懂事。事实上并非这些孩子有多么骄纵,而是这些家长自身太没原则。俗话说,打铁还需自身硬。原本是这些家长自身无硬核,却抱怨孩子太“软”。家长“滥爱”表现,即是没有原则,没有底线地盲目给予,使孩子的内心永远处于随性、无序的混沌状态,其后果可想而知。

因此,衡量一位家长是否称职,并非看这位家长在物欲上满足了孩子多少,而是看这位家长帮孩子建立了多少良性规则。例如将两个没洗过的苹果分别发给两位小朋友,其中一个小朋友接过苹果马上就送嘴里啃,而另一个小朋友,接过苹果则马上跑到水龙头下面去洗。显然,这个洗苹果小朋友的内心世界已经被其父母植入了“讲卫生”的这个规



则,而另一个则没有。两个孩子的父母,哪个孩子的父母更称职,其结果显而易见。

孩子从出生的那天起,就要开始面临无数的竞争与博弈,其归根结底较量的是规则。成功的人生,是由无数优质的规则所构建的。而失败的人生则是由未经规则化的欲望所凑合的。当然,每个父母都希望自己的孩子将来能走向成功,能幸福美满地度过这一生,可前提是,你得从今天起,有计划、有规则、有底线地爱孩子,帮助他们的内心世界,建立一个又一个有利于其成长的规则。

(《现代家庭报》)

## 为您支招

### 柚子皮可以养肺治喘

又到吃柚子时节,吃剩的柚子皮千万不要扔,可以用来养肺,还可以治疗肺炎。

柚子皮去积消食,止咳化痰。王孟英的《随息居饮食谱》中说柚子皮“消食化痰,散愤懑之气,陈久者良”。吃完柚子可以把皮留下来晒干,用的时候放锅里加水煮,半个巴掌大小的柚子皮就可以,水不要太多,煮开几次,把煮的汤喝下去。喝几次,就可以对肺炎有很好的效果,对小孩子效果更好。

人们爱喝的柚子茶就是用蜂蜜和柚子皮做的,养肺效果不错。

有网友说自己咳得厉害时,感觉心肺都要咳出来了,用干柚子皮煮水喝,当晚就能睡得比较安稳,第二天明显好很多。(《中国妇女报》)

