春夏交替却一反“肠”态

别让急性胃肠炎缠上孩子

“医生，我儿子一直往厕所跑，是怎么回事？”“医生，我女儿一直呕吐，还发烧，怎么办？”……近日，在江门市五邑中医院儿科门诊，不少家长带着腹泻、呕吐的小朋友前来就诊。该院儿科主任、主任医师邓丽群表示，近期，急性胃肠炎患儿明显增多，现在是春夏交替之时，儿童容易患急性胃肠炎，保持个人卫生和食物安全是最重要的预防措施。

文/图 江门日报记者 何雯意

医生查看患儿情况。

A 80%的急性胃肠炎由病毒感染引起

“医生，我儿子一直拉水样便，怎么办？”近日，4岁男孩寒寒出现反复解粘液状大便的情况，把家长急坏了。“他还一直发烧，腋下体温达到38.9℃。”看着孩子那么难受，家长立刻带他到医院检查。经过大便常规检查和血常规检查，医生发现寒寒是由于细菌感染引起的急性胃肠炎。

“今年春季急性胃肠炎患儿较往年增多。”邓丽群表示，儿童正处于生长发育的高峰期，其消化系统尚未完全发育成熟，因此肠胃功能相对较弱。一旦受到病毒、细菌感染，或饮食不当，就容易引发急性胃肠炎，对儿童健康造成一定影响。急性胃肠炎是儿童最常见的疾病之一，儿童急性胃肠炎的主要病因包括病毒感染、细菌感染、寄生虫感染以及非感染因素。

邓丽群表示，80%的急性胃肠炎由病毒感染引起，主要包括轮状病毒、诺如病毒、腺病毒等。这些病毒主要通过粪—口途径传播，其中轮状病毒主要感染婴幼儿，诺如病毒则主要感染年长儿童；其次，进食被细菌污染的食物或接触带菌者则会引起细菌感染，常见的细菌有大肠杆菌、沙门氏菌等；贾第虫、阿米巴、隐孢子虫等寄生虫也是引起急性胃肠炎的病原体；由非感染因素引起的急性胃肠炎则包括进食生冷、辛辣、大量酸性等刺激性强的食物，服用胃肠道刺激性药物等。

B 症状多种多样

邓丽群表示，儿童急性胃肠炎的症状多种多样，主要包括呕吐、腹泻、腹痛、发烧、厌食和消化不良、疲劳和虚弱等。

呕吐：胃黏膜受刺激导致食物反流吐出，早期频繁，严重时可致脱水、电解质紊乱。

腹泻：肠道黏膜炎症使分泌与吸收失衡，大便次数增多、性状改变，如呈水样便、蛋花汤样便，可含黏液、血液。

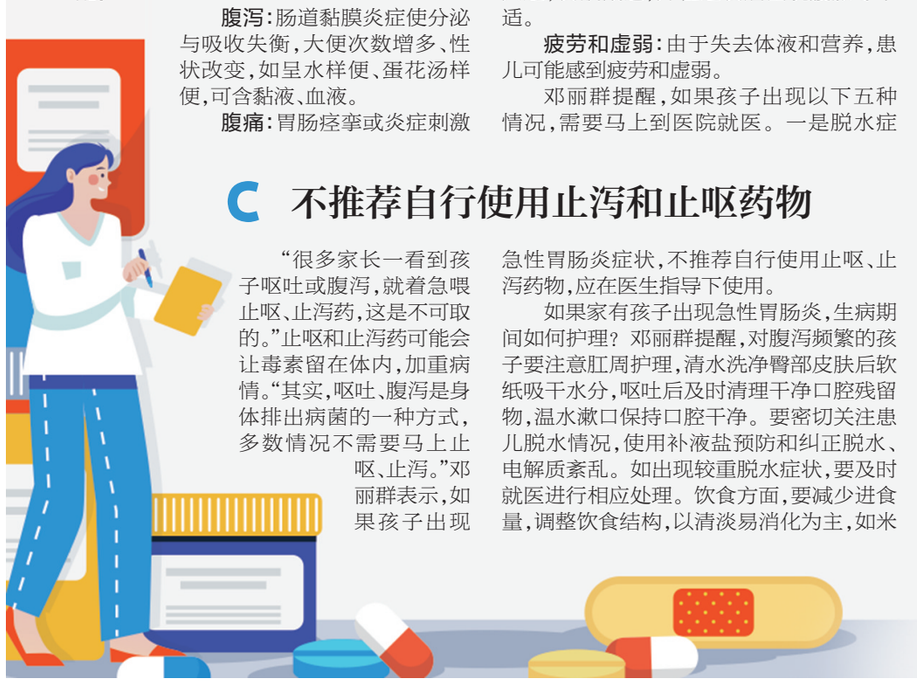
腹痛：胃肠痉挛或炎症刺激周围组织，多为阵发性绞痛，部位以脐周为主，幼儿常表现为哭闹、拒食。

发烧：部分患儿可能出现发热症状，程度和持续时间因个体差异而异。

厌食和消化不良：患儿可能对食物失去兴趣，食欲减退，并在进食后出现腹胀等不适。

疲劳和虚弱：由于失去体液和营养，患儿可能感到疲劳和虚弱。

邓丽群提醒，如果孩子出现以下五种情况，需要马上到医院就医。一是脱水症状明显，孩子出现口唇干燥、哭时少泪或无泪、尿量减少、眼窝凹陷、精神萎靡的情况，说明已经脱水，需要紧急处理。二是出现持续高烧，体温超过38.5℃，且吃退烧药后也不退烧，或反复发烧。三是严重呕吐，无法正常进食和喝水，容易引起脱水和电解质紊乱。四是腹痛剧烈，孩子哭闹不止，蜷缩身体，拒绝触碰腹部，可能是肠道出现严重问题。五是出现便血，大便中带血，颜色鲜红或暗红，可能是肠道出血，必须尽快就医。



C 不推荐自行使用止泻和止呕药物

“很多家长一看到孩子呕吐或腹泻，就着急喂止呕、止泻药，这是不可取的。”止呕和止泻药可能会让毒素留在体内，加重病情。“其实，呕吐、腹泻是身体排出病菌的一种方式，多数情况不需要马上止呕、止泻。”邓丽群表示，如果孩子出现急性胃肠炎症状，不推荐自行使用止呕、止泻药物，应在医生指导下使用。

如果家有孩子出现急性胃肠炎，生病期间如何护理？邓丽群提醒，对腹泻频繁的孩子要注意肛周护理，清水洗净臀部皮肤后软纸吸干水分，呕吐后及时清理干净口腔残留物，温水漱口保持口腔干净。要密切关注患儿脱水情况，使用补液盐预防和纠正脱水、电解质紊乱。如出现较重脱水症状，要及时就医进行相应处理。饮食方面，要减少进食量，调整饮食结构，以清淡易消化为主，如米汤、稀饭等流质或半流质食物，避免油腻、辛辣、生冷食物。此外，还可以对儿童腹部实施适当按摩与热敷，或使用热水袋、热毛巾热敷腹部，以改善局部血液循环，缓解胃肠痉挛。

邓丽群提醒，中医认为，儿童急性肠胃炎的发生与脾、胃、肝三脏密切相关，容易患急性胃肠炎的孩子一般脾胃功能比较差，建议此类儿童可以到医院进行体质调理。“目前，江门市五邑中医院儿科推出了多种中医药治疗方式，如中药调理、消食健脾膏、小儿推拿、艾灸、穴位贴敷等。”邓丽群表示，中医可以根据孩子的具体症状、体质等因素进行辨证论治，制定个性化的治疗方案，满足孩子的特殊需求。

医学指导

邓丽群：江门市五邑中医院儿科主任，主任医师，从事儿科临床与儿童保健工作20余年，具有丰富的临床、教学经验。曾在中山大学附属第三医院进修儿童发育行为专科，在南方医院儿科进修新生儿及儿童血液，在珠江医院PICU进修儿童重症，擅长新生儿疾病、小儿呼吸疾病及儿童心理（自闭症、多动症）。

★ 延伸阅读

养成良好的卫生和生活习惯

邓丽群建议，预防儿童急性胃肠炎的关键在于养成良好的卫生和生活习惯。

一是保持清洁，定期清洁，对孩子的生活环境进行消毒，尤其是餐具、玩具等易被污染的物品。二是饮食安全，确保孩子的饮水和食物安全，避免食用不洁或过期食品。三是增强体质，保证孩子充足睡眠、均衡饮食、适当室外运动，按时接种疫苗，如轮状病毒疫苗。

对于一些常见误区，邓丽群提醒，不能一腹泻就要用止泻药。此外，“多喝果汁、饮料能补水”的说法并不完全正确，因为果汁和饮料含糖量高，还可能含有添加剂，会加重肠道负担，导致腹泻更严重。“它们不能代替口服补液盐，无法有效补充因腹泻丢失的电解质。”邓丽群表示，“禁食能让肠胃休息”的想法更要不得，长期禁食会让孩子营养跟不上，反而不利于恢复。

“只要孩子愿意，发病期间也能正常进食易消化的食物，比如米粥、面条等。”邓丽群说。

江门市人民医院体重管理门诊：

中医特色疗法赋能体重管理

今年初，国家卫生健康委等部门提出推进“体重管理年”行动。一时间，“体重管理”“体重管理门诊”成为热议话题。

在江门市人民医院体重管理门诊，中医特色疗法通过中药内服、拔罐、灸法、刮痧、耳穴压豆等20余项中医特色技术，为超重或肥胖人群提供个性化、规范化的健康管理方案，让千年中医智慧焕发现代生命力。

文/图 江门日报记者 李银换
通讯员 黎歆

越来越多的人通过中医调理来管理体重。

大学生通过中医调理减重超10公斤

小吉（化名）是一名在校大学生，平时喜欢吃零食，一吃零食就停不下来。此前，身高一米六的她体重最高达到80公斤。

有一天，她突然意识到，自己体重超标，连走路都非常辛苦。于是，在妈妈的陪同下，她来到江门市人民医院体重管理门诊寻求专业干预。

经过望、闻、问、切，中医辨证体质，江门市人民医院中医科副主任、副主任中医师徐振杰考虑小吉为痰湿阻滞型体质，为其开具中药内调，结合“针灸+拔罐”外治法，并对其日常饮食、运动等进行干预指导。“你一定要戒掉零食，平时还要多运动，出一出汗。同时，配合中药内服，做针灸、拔罐，有利于减重。平时要坚持运动，有助于阳气升发，去除体内湿气。”徐振杰表示。

经过1个多月的中医调理，配合运动、饮食，小吉成功减重10多公斤。她感觉身子轻盈了，整个人没那么笨重，舒服多了。虽然目前还没减到自己的理想体重，但让她高兴的是，自己找到了可持续的健康生活方式——少吃零食，运动的时间也增多了。

“近年来，越来越多的年轻人倾向于使用中医特色疗法进行健康减重。”徐振杰表示，中医特色疗法在体重管理中有显著的优势，其注重整体调理、辨证施治，通过调节气血阴阳、改善代谢、抑制食欲等方式实现健康减重，具有“整体调理、副作用小”的优势，适合希望长期维持健康体重的人群。

徐振杰表示，中医体重管理注重个体化治疗，中医强调辨证施治，需由专业医师根据体质、舌脉等制定方案，避免自行操作（如针刺、用药）。与此同时，中医减重注重调理而非快速减脂，通常需1—3个月见效，配合饮食运动，效果更显著。

中医特色疗法助力科学减重

中医减重项目丰富多样，包含针灸、穴位埋线、拔罐、刮痧、中药内服等，主要基于中医的整体观念和辨证施治原则，通过调整人体的脏腑功能、气血运行以及新陈代谢等，实现健康减肥目的。

徐振杰介绍，中医特色疗法通过多途径调节代谢，针灸刺激穴位可调节内分泌（如胰岛素、瘦素分泌），抑制食欲并促进脂肪代谢，增强脾胃功能以减少水湿内停；拔罐利用负压疏通经络、行气活血，尤其适用于痰湿型、气滞血瘀型肥胖；艾灸通过温热刺激振奋阳气，改善代谢功能，对阳虚型肥胖效果显著；推拿手法可促进局部血液循环，调节胃肠蠕动以减少热量吸收；刮痧能疏通阻滞气血，调节代谢平衡；火龙罐综合艾灸、拔罐、推拿功效，通过热力与红外线辐射加速脂肪代谢，改善痰湿体质水肿；埋线疗法则通过长效穴位刺激抑制食欲、调节内分泌并改善痰湿体质。

“从中医角度来看，肥胖多痰湿，也就是说肥胖人群多是痰湿阻滞型体质。”徐振杰表示，这类人群需要祛湿化痰、健脾理气。常用方则是二陈汤、参苓白术散加减（茯苓、白术、苍术、陈皮、半夏、荷叶等）；胃肠实热型则要清热泻火、通腑导滞；肝郁气滞型要疏肝理气、解郁散结；脾肾阳虚型要温肾健脾、利水消肿。

在江门市人民医院体重管理门诊，中医特色疗法不仅为超重人群提供了新选择，更传递了一种理念：减重不是与身体的“对抗”，而是通过科学调理实现“身心和谐”。

8个纳入医保的辅助生殖类医疗服务项目这样报销

江门日报讯（记者/梁爽 通讯员/卢嘉伟）去年10月1日起，江门将取卵术等8个辅助生殖类医疗服务项目正式纳入医保支付范围。近日，市医保局就报销流程和报销额度进行了详细解答。

据悉，被纳入医保的辅助生殖类诊疗项目包括取卵术，胚胎培养以及胚胎培养—囊胚培养（加收），胚胎移植以及胚胎移植—冻融胚胎（加收），组织、细胞活检（辅助生殖），人工授精以及阴道（宫颈）内人工授精（扩展），精子优选处理，取精术以及取精术—显微镜下操作（加收）、单精子注射以及单精子注射—卵子激活（加收）。

在门诊做不孕不育辅助生殖治疗，可以享受上述8个辅助生殖类诊疗项目的门诊医疗费用，参照门诊特定病种待遇予以保障，不设起付线，政策范围内支付比例按照住院标准执行，职工医保可享受年度最高支付限额10000元，居民医保可享受年度最高支付限额5000元。年度内未用完部分不跨年滚存。

辅助生殖治疗之前，参保人不需要先完成门诊特定病种认定。无需办理门诊特定病种认定备案，由经卫健部门批准开展不孕不育辅助生殖技术治疗的定点医疗机构，按不孕不育辅助生殖技术治疗门诊特定病种编码M90508上传结算，参保人可按规定享受相关待遇。具体可在就医时向定点医疗机构咨询办理。2024年10月1日前进行辅助生殖治疗的，不能补办报销。

关于报销辅助生殖治疗费用，可在广东省内经卫健部门批准开展不孕不育辅助生殖技术治疗的定点医疗机构均可联网直接结算。如无法联网直接结算的，可携带相关办理材料到参保地医保经办机构申请零星报销，包括有效身份证件或医保电子凭证或社会保障卡，医疗机构收费票据，门诊费用清单，病历资料。

江门市妇幼保健院儿童体重管理中心成立

江门日报讯（记者/梁爽 通讯员/阮洁莹）为积极响应国家卫生健康委等16个部门推出的“体重管理年”行动计划，近日，江门市妇幼保健院儿童体重管理中心正式揭牌成立。

江门市妇幼保健院儿童体重管理中心由儿童保健中心（专注早熟及肥胖儿童管理）联合儿童内分泌专科、儿童消化专科、中医儿科、小儿骨科、眼科、耳鼻喉科、皮肤美容科、心理专科、儿童康复中心等多学科共同组建，为市民创新打造“精准医学干预+全周期健康管理”双核驱动服务模式。

《中国居民营养与慢性病状况报告（2020年）》显示，6岁以下、6—17岁儿童肥胖和超重患病率已分别增加到10.4%和19%，并呈逐年递增趋势。肥胖不仅引发性早熟、骨龄加速等问题，更与代谢综合征、睡眠呼吸暂停等多种并发症密切相关。

据了解，该院儿童体重管理中心恪守“专业干预，全程关怀”的理念，为0—18岁的儿童及青少年提供三种服务。一是提供个性化体重管理方案，基于医学检测与生长评估制定营养处方、运动处方、行为矫正、膳食指导、家庭支持等。二是多学科协同干预，涵盖因内分泌等疾病引起超重、肥胖，或因超重、肥胖引起的痤疮、关节软骨磨损、呼吸睡眠暂停、生长发育异常、社会心理问题、认知行为困难等的多学科会诊。三是长期健康追踪服务，建立儿童体重管理健康档案，动态监测生长发育趋势，确保科学减重，快乐成长。

有需求的市民，可通过“江门市妇幼保健院智慧医院”平台预约挂号。

江门市皮肤医院毛发专病门诊揭牌

江门日报讯（记者/何雯意 通讯员/李英华）近日，江门市皮肤医院毛发专病门诊揭牌成立，为患者提供更个性化、专业化的诊疗服务。

据了解，毛发专病门诊由专家团队领航，汇聚了皮肤科、中医科、医学美容科等多学科专家，组建了一支涵盖毛发疾病诊断、治疗、康复的全链条人才梯队，包括江门市皮肤医院党支部书记、副院长谭雪玲主任医师，临床经验丰富的刘关相副主任医师、专长中西医结合治疗脱发的邓振宇主治医生等专家。

该门诊针对各类脱发疾病，涵盖雄激素性脱发、休止期脱发、斑秃、瘢痕性脱发、毛发异常及少见遗传性毛发异常等进行头发健康状况的诊疗及全周期的个性化管理。目前，毛发专病门诊利用中西医结合，开展各种特色治疗项目，例如梅花针、微针导入治疗、PRP（富血小板血浆）治疗、低能量激光疗法等，结合专科设备为患者提供精准化、个性化的诊疗服务。

江门市皮肤医院院长朱正君表示，毛发专病门诊的成立，为广大脱发、头皮健康问题患者提供了更加专业、精准的诊疗服务。下一步，该院将不断拓展专科内涵提升医疗服务质量，为人民群众的健康保驾护航。

江海区红十字会第四次会员代表大会召开

传播人道精神 救助弱势群体

江门日报讯（记者/何雯意 通讯员/吴慧敏）4月28日，江海区红十字会第四次会员代表大会召开，江海区红十字会完成了换届选举工作。会议期间，代表们认真审议并通过了江海区红十字会第三届理事会的工作报告。

经过公正、公平的选举程序，大会成功选举产生了江海区红十字会第四届理事会和第一届监事会。大会还审议并通过了《江门市江海区红十字会2013—2024年接受捐赠款物使用情况报告》，详细展示了江海区红十字会接受捐赠款物的使用情况，彰显了江海区红十字会的透明度和公信力。同时，会议审议通过了《江门市江海区红十字会2025—2029年工作规划纲要》和《江门市江海区红十字会监事会工作规则（试行）》，为江海区红十字会未来的发展提供了明确的指导和规范。

江海区红十字会相关负责人强调，新一届理事会要以服务大局为导向，着力保障改善民生；以抓好主业为重点，着力加强品牌建设；以加强建设为抓手，着力增强发展能力；以健全机制为保障，着力提升社会公信力。她号召江海区全体红十字会成员依法履行“传播人道精神，救助弱势群体”的崇高使命，为建设健康江海贡献力量。