

常玩沙子的宝宝，要警惕这种病

本报讯 玩沙子是小朋友们最热衷的游玩项目。可是，爱玩沙子的宝宝们容易患上“沙土皮炎”。

小女孩甜甜今年 4 岁，特别喜欢玩沙子。最近，天气炎热，一到晚饭后，甜甜的妈妈谭女士就带着甜甜到江边玩沙子。几天后，谭女士发现甜甜一直挠手臂，双手手背上都出现了红疹。起初，谭女士从药店买了药膏，但擦过后并没有好转，于是她带着孩子来到市一医院皮肤科就诊。

接诊医师胡建锋仔细检查询问后诊断为“沙土皮炎”。胡医师说，这是孩子在玩沙子时皮肤受到了不良刺激而引起的皮炎。

什么是沙土皮炎呢？真的是玩沙子才得的皮炎吗？胡建锋副主任医师介绍，沙土皮炎，医学上称为幼儿丘疹性皮炎、摩擦性苔癣样疹，好发于 2 至 9 岁的儿童，夏秋两季是高发期。痊愈时间有的要 2—4 个月。

患沙土皮炎与沙子有关，但不是全部原因。在草地、沙土或地毯上爬行游戏、挖沙子或玩积木等，用肥皂水或洗衣粉吹泡泡、玩橡皮泥等，手背、手腕部位的皮肤受摩擦刺激或对其中某些物质发生过敏反应，日光照射等因素与本病的发生也有一定关系。症状表现为：皮肤损害为正常皮色或淡红色，丘疹大小如针头至

粟粒不等，散在或密集分布但不融合，可呈轻度苔癣样变，不出现水疱和渗出。皮疹对称，好发于手指背、手腕和前臂，自觉瘙痒。

如何预防沙土皮炎？胡建锋提醒，家长要注意，儿童皮肤娇嫩，容易受到外界的不良刺激，家长应该加强看护。另外要尽量劝说小孩不玩沙土、肥皂泡沫，避免孩子在草地、沙土或地毯上进行爬行游戏，患过沙土皮炎的宝宝要注意预防复发，对于刺激性的东西尽量少接触，比如碱性肥皂等；注意防晒，强烈的阳光也要避免。

(通讯员 方滋)



泳池里畅游消暑

进入暑期以来，前往严州中学游泳健身中心学习游泳的孩子络绎不绝。截至目前，该中心已接待青少年 1400 多人，早中晚三个时间段均有孩子来训练。

(记者 宁文武)

得了乳腺炎，还能坚持母乳喂养吗？

本报讯 在刚刚过去的“世界母乳喂养周”（8 月 1 日—7 日），市妇幼保健院的乳腺科病房住进了 6 名乳腺炎患者，其中有 3 人因为脓肿形成需微创手术引流。

很多妈妈担心，自己得了乳腺炎，奶水就“不好”，给宝宝喝了，会导致孩子生病。不过，医生给出的解答是：在乳腺炎初期，还未形成脓肿，排出的乳汁和正常乳汁一样，可加热煮开后喂给孩子。如果这时停止对孩子喂奶，

不仅会对孩子造成影响，同时宝妈的乳汁不能够及时排出，也会造成淤积，加重乳腺炎。其次，在乳腺炎中期，乳腺会形成脓液，患病的一侧乳房应停止哺乳，但依然要将乳汁排出，避免乳汁淤积加重病情，健康的一侧可继续哺乳。再者，乳腺炎后期脓肿成熟时，应立即停止哺乳，并到医院就医，按照医生的诊断积极治疗，在用药期间，哺乳情况应严格遵照医嘱。

另外，得了乳腺炎的妈妈门，

母乳喂养期间应该注意些什么？

1. 哺乳间隔不宜过长，大约每 2—3 小时就应哺乳或吸乳一次；
2. 佩戴的内衣不宜过紧而导致胸部受压；
3. 喂奶前应充分洗手，清洁乳头等，酌情佩戴口罩；
4. 选择合适、舒适的姿势喂奶；
5. 应谨慎考虑进行放射性检查。

如果你在哺乳期间发现乳房胀痛、乳房结块、发热等不适，请及时到乳腺外科门诊就诊，以便于得到及时的诊疗。

(通讯员 肖理丽)

健康小知识（九）

献血助人利己，提倡无偿献血。

奉献的是爱心，挽救的是生命，无偿献血是获得安全血液供应的重要渠道，也是利国、利己、利家的高尚行为。成年人平均有 4000—5000 毫升血液，其中 20% 左右的血液处于贮存备用状态，每次献血 200—400 毫升，两次献血间隔不少于 6 个月，是安全无害的，而且还可以刺激骨髓的造血功能，对预防高黏度血症、心脑血管病有一定的作用。我国实行无偿献血制度，献血者及家属享有免费或者优先用血的权利。

典型误区

一、血是人体精华，献血会使人“伤元气”。

受传统观念的影响，很多人依然对献血存有顾虑。其实不然，人体的血液在不断地新陈代谢，一次献血 200—400 毫升只占总血量的 5%—10%，储存的血液会马上补充上来，不但不影响健康，还能刺激骨髓的造血功能。研究发现，定期献血的人比不献血的人更不易衰老，还可预防、缓解高粘血症，降低心脑血管病发生。

二、献血容易贫血。

献血者按规定间隔日期献血，是不会引起贫血的。每次献出的少量血液通过机体调节，很快就会恢复正常，并不影响血液再生功能。相反，经常献血会刺激造血器官，增强造血功能。而贫血是种疾病，在献血查体时贫血的人会被筛出来，不能参加献血。

三、献血会被传染疾病。

有一些疾病是通过血液传播的，但正规采血是安全的。血站所用的注射器和采血袋是经过严格灭菌消毒的一次性用品，用后即销毁，不会得传染疾病。我国推行无偿献血，坚决制止买血卖血行为，才能保证医疗用血的质量，才能遏制经血液传播疾病的危险，最大限度地保护供血者和受血者的身体健康。



爱护未成年人健康成长

人人有责

