

近段时间以来，一些医院接诊儿童肺炎支原体感染病例增多。儿童肺炎支原体感染有何表现？跟流感等疾病有何不同？应当怎样防治？记者日前采访相关专家进行解读。

秋冬警惕儿童支原体肺炎

孩子持续高热应及时就诊



进入秋季 儿童肺炎支原体感染增加

肺炎支原体是一种大小介于细菌和病毒之间的微生物。肺炎支原体引起的肺炎是我国5岁及以上儿童最主要的社区获得性肺炎，占住院儿童社区获得性肺炎的10%-40%。

北京儿童医院呼吸科主任徐

保平介绍，自9月以来，北京儿童医院发热咳嗽门诊的日门诊量增加，其中约有20%患儿的肺炎支原体检测结果呈阳性。进入秋季，其他病原体如呼吸道合胞病毒、流感病毒、鼻病毒、腺病毒等感染也有所增加。

谨防病情加重 关键是及时识别和就诊

“今年秋季，儿童呼吸道感染性疾病流行比往年提前。”徐保平说，秋冬季节本就易发呼吸道感染性疾病，加上支原体肺炎有其流行规律和趋势，今年不排除正好赶上一个流行高峰期。

对肺炎支原体感染不可掉以轻心。部分5岁以上的孩子感染后可能反复发烧，出现肺炎，甚至引发较重的炎症反应。专家介绍，反复发烧5天以上的孩子一定要去医院就诊，评估肺部是否受到影响，有没有出现肺炎症状或肺外并发症，谨防病情加重。

肺炎支原体感染的症状容易与新冠、流感等疾病混淆，如何区分辨别？专家表示，新冠病毒感染和肺炎支原体感染可以通过呼吸道标本的核酸检测鉴别，两

预防肺炎支原体感染 注意养成良好卫生习惯

北京儿童医院呼吸一科主任医师秦强介绍，诊断肺炎支原体

者的潜伏期明显不同，肺炎支原体潜伏期较长。

北京儿童医院呼吸二科主任赵顺英介绍，除了结合临床和影像学表现以及病原学、血清学检查来判断之外，一个简单方法是观察患儿的咳嗽情况。“该病一般会呈现阵发性、成串的咳嗽，早期为干咳，有时影响到吃饭和睡眠。如果患儿出现发憋、喘不过气的症状，家长可以用力拍其后背，清理气道，然后尽快到医院就诊。”赵顺英说。

“关键是及时识别、及时就诊。”专家建议，通过拍背排痰、药物祛痰等手段，必要时进行支气管镜治疗，肺炎支原体感染的患儿可以在较短时间内治愈，基本不会引发生命危险。

感染的方法有很多，比如血清抗体检测、核酸检测等。需要注意

的是，是否为支原体肺炎，需要医生根据患儿的病史、症状及体征，结合相关常规化验检查来综合判断。另外，近期合并感染的患儿较多，也需要医生在诊断时加以鉴别，切忌自行盲目用药。

专家介绍，预防肺炎支原体感染，最重要的是养成良好的个人卫生习惯。尽量避免到人群密集和通风不良的公共场所，必要时戴好口罩。咳嗽、打喷嚏时用

纸巾捂住口鼻，注意手卫生和消毒。

另外，流行季节注意室内通风，注意保暖，避免受凉。学校、幼儿园等重点场所要注意通风消毒，做好日常的清洁工作，加强健康监测，避免出现聚集性感染。

专家表示，应鼓励学生积极运动，提升身体抵抗力，同时积极科普卫生知识，提高公众对肺炎支原体感染的认识，尽量避免病情延误。

【相关链接】

支原体肺炎如何治疗？

北京儿童医院呼吸二科主任医师赵顺英介绍，首先看支原体肺炎是轻症还是重症。轻症经过大环内酯类抗生素如阿奇霉素、克拉霉素、红霉素治疗一般均能控制病情，但体温正常后，咳嗽可能还会持续2周左右，胸片肺炎阴影基本均可吸收，可不复查胸片。

重症患者需要住院，需要大环内酯类抗生素静脉输液，因我国耐药率高，之前若用过大环内酯类药物3天无效可更换为新型

四环素类抗生素如米诺环素等，更严重的应用左氧氟沙星等药物。重者可能有混合病毒或者细菌感染，也需要加用相应的药物治疗。此外，若除外合并感染，需要应用激素抑制人体对支原体的过强炎症反应，还需要应用支气管镜清除堵塞在气道的黏稠炎症分泌物。

重症病人通常联合治疗，类似鸡尾酒疗法，各类治疗都起重要作用，不是单纯依靠大环内酯类药物。

治疗肺炎支原体感染，首选药物是什么？

大环内酯类药物是治疗儿童肺炎支原体感染的首选药物。常用的大环内酯类药物包括阿奇霉素、红霉素、克拉霉素等。近年来，随着大环内酯类药物在儿童呼吸道感染中的广泛应用，儿童耐药肺炎支原体感染呈上升趋势。

新型四环素类抗菌药物是治疗肺炎支原体肺炎的替代药物，主要包括多西环素和米诺环素。对耐药肺炎支原体肺炎有确切疗效，用于可疑或确定的肺炎支原体耐药的难治性肺炎支原体肺炎、大环内酯类药物无反应性肺炎支原体肺炎、重症肺炎支原体肺炎治疗。由于可能导致牙齿发黄和牙釉质发育不良，仅适用于8岁以上儿童。8岁以下儿童属于超说明书用药。米诺环素的作用相对较强，多西环

素的安全性较高，在推荐剂量和疗程内，尚无持久牙齿黄染的报道。

另一类替代药物为喹诺酮类药物，常用的为左氧氟沙星、环丙沙星、莫西沙星等，由于存在幼年动物软骨损伤和人类肌腱断裂的风险，我国18岁以下儿童使用属超说明书用药。2011年由儿科感染病学会和美国感染病学会联合制定的首个婴儿及>3月龄儿童的社区获得性肺炎处理指南推荐。对于骨骼发育成熟的青少年或者不能耐受大环内酯类的≥6个月的儿童也可选喹诺酮类作为替代药物。

临床上，大环内酯类药物仍作为一线药物推荐使用，但存在耐药时，亦可根据病情选用四环素及喹诺酮类药物。

(午综)

【健康红绿灯】

绿灯

酸奶饭后半小时再喝



酸奶中含较多乳酸，如若空腹饮用会刺激胃酸分泌导致肠胃不适，同时胃酸会抑制益生菌的生长，降低其保健功能。酸奶最佳的饮用时间为饭后半小时到两小时，此时胃酸被稀释，且食物尚未完全被消化，有利于益生菌的生长。

总是犯懒调养脏腑气血



有些人嘴边常挂着“感觉好累”，这在中医认为是与脏腑亏损、气血不足有关。食疗调养可以取枸杞5克、桑葚5克、红枣5个、粳米100克一起放入锅中，煮熟后加糖调味即可，有助于补肝肾、健脾胃、强体质。

红灯

拉肚子吃大蒜反而加重腹泻



很多人会在拉肚子的时候猛吃大蒜，认为吃蒜可以给身体杀菌。尽管大蒜中含有的大蒜素，对很多细菌有杀灭和抑制作用。但腹泻时，肠道局部组织炎症水肿，肠腺体分泌亢进，大量液体进入肠腔，整个肠腔均处于“过饱和”的紧张状态中。如果此时进食大蒜等辛辣食品，则可能加重对肠壁的刺激，促使肠壁血管进一步充血、水肿，使更多的组织液涌入肠内，从而加重腹泻。

熬夜久了身体会发臭



长期缺乏身体会有什么变化？除了黑眼圈、脸垮、长痘，长期熬夜会让人连体味都改变。熬夜时大脑会不时做出一些应激反应，让人保持清醒，同时也会促进皮脂腺分泌油脂，这些油脂在身体上附着一夜，酝酿发酵后最终会形成一股异味。长期熬夜，人一直处于过度疲劳状态，身体也会“发臭”。这种“疲劳臭”常出现在皮脂腺集中的部位，如腋下、前胸、后背、颈部等。

丰台区市场监管局丰台街道所

·广告·

“三紧盯”开展网络餐饮监管专项治理

为维护消费者知情权和公平交易权，规范餐饮市场秩序，保障消费者“舌尖上的安全”，丰台区市场监管局丰台街道所积极贯彻落实网络餐饮监管专项治理工作要求，聚焦“幽灵外卖”，紧盯三个方面，持续开展餐饮大检查。

紧盯风险区域，重点监管结合日常检查与群众举报，梳理风险区域，以外卖聚集的美

食城、散落分布的个人作坊为重点，高频次实地检查，包括检查营业执照、餐饮服务许可证、健康证等相关证件是否齐全，核实入网资质信息的真实性，并重点检查经营商家原料采购渠道、进货台账记录、加工制作环节的环境与食品卫生是否规范，从源头对外卖链条严把关，规范其经营行为，降低网络餐饮食品安全风险。

紧盯政策宣传，多方监管对相关餐饮单位的负责人及经营商户进行经营规范性与网络餐饮相关政策的宣传，强调餐饮安全问题的重要性，提高经营主体责任意识，督促负责人对入驻美食城的商户严审核、严要求，督促个体经营商户真落实、真整改。同时联合街道办事处发布外卖消费提示，提高消费者对网络餐饮的辨别能

力，加强社会舆论监督。

紧盯执法检查，有力监管加大执法力度，对日常检查发现与群众投诉举报的餐饮安全问题绝不姑息，严惩违法行为，对已经责令改正的商户进行跟踪回访，确保落实改正，保持食品安全监管从严从重高压态势，提高餐饮安全违法成本，倒逼餐饮经营者规范经营行为。

(李钰婧)