

本期介

近日，网上流传的“儿科用药宝典”，针对儿童常见发热、咳嗽，以及发热与咳嗽出现的时间关系、疾病严重程度进行了总结，甚至还有用药指导。这对于不少家有小儿的父母来说，简直是一部“宝典”，也不管可信度有多高、是否符合医学常识等，就“实际操作”起来了。这种草率的态度，实在要不得哦，还好，我们的专家比较及时地出来辟谣了。让我们一起来看下网传的这份“宝典”到底有多不靠谱吧。

老年健康

网传“儿科用药宝典”信不得

□成都市第三人民医院 李诗敏

近段时间，儿童呼吸道疾病增加，成都市各大医院儿科门诊、急诊和住院床位爆表。与此同时，网络上热传的一份号称转自某儿科医生总结、字迹清秀的“儿科用药宝典”，受到了宝爸、宝妈们的追捧，被不少家长视作为自制药的标准。这份号称“用药宝典”的指南是否真的靠谱？成都市第三人民医院儿科主治医师李丽表示，这份用药宝典并不完全可靠，若完全照做甚至有可能导致过度用药。李丽对“宝典”逐条分析，并从专业角度给出用药提醒。

问题一 孩子发烧怎么办？

“宝典”做法：小于38.5℃时，采用物理降温，例如冰敷、泡脚、热水澡。大于38.5℃时，布洛芬混悬液、对乙酰氨基酚混悬液交替口服。

李医生释疑：不能以38.5℃作为标准衡量

首先，针对不同孩子，不能以38.5℃作为标准衡量。其次，在通常情况下，不赞成交替使用退烧药。如果孩子服用一种退烧药，一到两个小时内体温有明显下降，即使没有恢复到正常体温，也不需要再次服用退烧药；如果孩子体温再次上升，那么在间隔4至6小时之后，可以再次服用相同的退烧药。如果孩子发烧超过39℃，在服用退烧药后持续高热、体温没有明显下降，孩子感到不适且没有达到再次服用退烧药的时间，可以换一种退烧药服用。而这里提到的物理降温法，热水澡的表述是不准确的，应该使用温水洗澡或避开胸口和背心，用温水擦拭孩子的脖子、手肘、膝盖的大血管部位。需要注意的是，建议水温不要过热，最好略低于发热的体温；不建议小孩子泡脚；可以在高烧的时候采用冰敷，不过冰敷时孩子会有不适感，冰敷对退烧只是辅助作用，主要是用于缓解孩子和家长的焦虑情绪。

问题二 孩子咳嗽如何用药？

“宝典”做法：小于3岁，小儿消积止咳口服液(甜+苦)大于3岁，肺力咳(甜+苦+辣)、右美沙芬愈创甘油醚糖浆(甜+涩)、京都念慈庵

李医生释疑：1岁以下幼儿不建议服用复方制剂

我们不建议给1岁以下的幼儿服用复方制剂的止咳药，其次，不以3岁作为区分，而是需要根据孩子的症状来进行判断。如果孩子咳嗽不严重，不建议服用止咳药，适当补充维生素、多喝水就可以了，如果咳嗽特别厉害，影响到

了生活学习，才需要在医嘱下，根据不同的症状选用一些药物。例如干咳，咳嗽症状明显，选择镇咳的药物；孩子是过敏体质，咳嗽时间长，可选择含有抗过敏成分的咳嗽药物；咳嗽且伴有痰，不易吐出，选择止咳化痰的药物；孩子鼻塞情况明显，呼吸不顺畅，可选择含有伪麻黄碱的药物。

问题三 小儿氨咖黄敏是万能药物？

“宝典”做法：头疼、流鼻涕、打喷嚏、流泪；小儿氨咖黄敏

李医生释疑：复方制剂有过度用药的风险

小儿氨咖黄敏是复方制剂，药物中含有多种成分，针对了多种病症。在选用药物时，还需要对症下药。特别需要注意的是，对于复方制剂的使用存在过量服用的风险。例如感冒发烧的孩子，在同时服用感冒和退烧的复方制剂时，就可能超剂量服用了含有对乙酰氨基酚的药物，这样一来就造成过度用药。

问题四 根据咳嗽发热的顺序、时间来决定肺炎的可能性？

“宝典”做法：先发热后咳嗽：咳嗽不重一般没大事；先咳嗽后发热：肺炎可能性大，拍片子！发热满3天；查血象；发热+咳嗽满3天；查血象+拍片子

李医生释疑：不能依据发烧和咳嗽的顺序判断肺炎

不能依据发烧和咳嗽的先后顺序作为肺炎的判断标准。孩子反复发热伴咳嗽，病程超过三天，建议就医，需警惕混合感染。

问题五 “宝典”中有没有正确的部分？

“宝典”做法：不要擅自加抗生素！发热不要捂！衣服比你自己少一件！

李医生释疑：这句话说得对，家长不要擅自给孩子服用抗生素。

现在是感冒多发期，对于病毒引发的感冒发烧，服用抗生素不但没有效果，反而会杀灭对身体有保护作用的益生菌，抗生素需要在医生的指导下服用。另外，在孩子发热处于体温上升期时，可能会感到畏寒，家长可以适当给孩子保暖，当体温上升到高温时，孩子就不能再捂，需要适当解开衣服散热，尤其是在冬天，孩子发热时捂得太厚无法散热，捂热综合症也十分常见。”

健康资讯

气温变化大 老年人要防中风

□成都市第二人民医院 尚岚婷 神经内二科 张薇

对于老人们来说，温差大的春季要当心，注意保暖，并且勤检测血压，防止中风、心脏病的发生。对于儿女们，可以在此时带老人进行一次有针对性的体检，达到早期预防中风的日的。

有关专家表示：50%以上的中风发生在气温浮动比较大的春季，而高血压是发生中风的极危险因素，无论收缩压或舒张压升高，均与脑中风发生成正比。尤其是今年，经常是在接连出现一周左右的回暖后，紧接着气温又有所下降，这种气温波动最易使血压

变化，导致心脑血管疾病的高发。

最后，我们再次提醒提醒老人们，外出活动应该避免过早出门，尤其是高血压患者，应选择上午气温回升后外出。服用降压药物期间要注意监测血压，不要人为造成血压波动，否则容易诱发脑梗塞或脑溢血。

中风是一个急症，患者发病后需立即就医，尽快到达有条件医疗机构进行诊治，以便最大限度的降低死亡率和致残率。如果发现自己或家人或旁观者出现以下症状，需立即拨打120急救电话，寻求医疗帮助。

卒中警报信号

- ★症状突然发生
- ★一侧肢体(伴或不伴面部)无力、笨拙、沉重或麻木
- ★一侧面部麻木或口角歪斜
- ★说话不清或理解语言困难
- ★双眼向一侧凝视
- ★一侧或双眼视力丧失或模糊
- ★视物旋转或平衡障碍
- ★既往少见的严重头痛、呕吐
- ★上述症状伴意识障碍或抽搐

孩子长不高 到底怪哪个？

孩子长不高，因为爹妈

民间有种说法“种豆得豆，种瓜得瓜”，“这个说法同样适用于身高问题。”上海交通大学医学院附属新华医院、上海儿科医学研究所内分泌/遗传室梁医生解释，最终决定孩子身高的关键因素，是先天遗传。饮食、运动、睡眠等后天因素，发挥相对次要的作用。临床工作中，孩子的遗传身高有一个简单测算公式：

$$\text{男孩遗传身高} = (\text{母亲身高 cm} + \text{父亲身高 cm}) / 2 + 6.5 \text{ cm};$$

$$\text{女孩遗传身高} = (\text{母亲身高 cm} + \text{父亲身高 cm}) / 2 - 6.5 \text{ cm};$$

梁医生表示，当然也有意外。同样一对父母，生下几个孩子，身高可能都不一样。这就像考试一样，正常发挥的是多数，少数人可能超常发挥或失常。

有些是“爹妈觉得孩子矮”

一些小儿内分泌科门诊几乎没“闲”的时候。每个工作日，总有许多家长陪娃候诊。其中不少孩子是因为“身高不够”前来就诊。梁医生感觉，很多孩子看着不矮，对照生长标准，结果仅在同龄儿身高均值上下。但父母就是觉得不够高，说孩子排队时始终拖尾。“我们发现，寒暑假来看矮身材门诊的孩子，一上午看50个，真正需要干预、符合矮身材诊断标准的，就三五个，甚至更少。”

除身高外，生长速度也格外重要

孩子出生头两年，长得特别快。第一年3个月能长12.5cm。满1周岁时，约能长出25cm。1~3岁，每年能长10cm左右。3岁到青春前期发育前，增长速度会较均匀，每年约长6~8cm左右。如果1年长不够5cm，提示要去医院检查。“所以，生长要放到一个时间段内看。”梁医生说。

导致矮身材的原因，非常多！

梁医生介绍，评估矮身材原因，首先排除外界因素，如疾病、饮食、运动、睡眠等。然后，确认有无家族史，如父母也矮，或直系亲属普遍发育较晚；有的是体质性青春期延迟，就是老百姓常说的“晚长”，其父母往往也有“晚长”史；极少数是骨病或染色体病造成的症状性矮身材。接下来，是完善各项检查：左手腕掌指正位X线片(即骨龄片)；常规检查，包括血常规，尿常规，血糖，肝肾功能，甲状腺激素检测等；特殊检查，包括脑垂体磁共振(MRI)等，以排除垂体疾病造成生长发育障碍。部分孩子，特别是矮身材的女孩，还需做子宫卵巢B超、染色体检查，以便排除Turner综合征。

幼儿园就该治？

“有时，我们难以查明矮身材原因，”梁医生说，“若原因明确，部分孩子可以用药物，如生长激素治疗”。“用生长激素，据说会得癌。”一些父母心生犹豫。梁医生解释，生长激素的使用

指征非常严格，“只有在明确适应证并排除禁忌之后才能用”。

根据病因不同，生长激素治疗的起始时间也有差异。在排除禁忌症的前提下，生长激素缺乏症导致的矮身材，4岁可以用药干预；特发性矮身材的起始干预时间是5岁；小于胎龄儿如在4岁仍不能实现追赶生长，可开始治疗；对Turner综合征患儿，可早至2岁时开始治疗。但更多父母是等到孩子上小学，甚至初中，才来就诊。对那些确实需要早期干预的孩子而言，这就是耽误了。所以，矮身材的治疗如同其他疾病一样，提倡早诊断、早治疗、早得益。

真有“长高宝典”？

更多孩子都是“人群中大多数”，普通身高、普通体重，属于正常人群。梁医生表示，对这些孩子而言，外界因素就显得相对重要。“秘诀”就一个字：睡。

生长激素在睡着后，分泌明显增加。早睡、多睡，更容易长高。“1岁内婴儿长得快，很大程度是因为TA们整天都在睡，生长激素分泌相对更充足。学龄前的孩子最好能在20:30前上床睡觉。”她表示。此外，均衡营养、多运动，也有利于长高。在各种运动方式中，游泳强调伸展性，无负重，是很不错的选择。还主张让孩子多在户外、晒着太阳跑跑跳跳，自然补充维生素D。

“有时，我们难以查明矮身材原因，”梁医生说，“若原因明确，部分孩子可以用药物，如生长激素治疗”。“用生长激素，据说会得癌。”一些父母心生犹豫。梁医生解释，生长激素的使用

(医学界提供)

连载

失窃的天书

推理小说

松鹰 著

连载 10

韩波多年合作的同仁，总希望文联的班交接得更周全，对事业的发展更有利些。

“老郝的这个意见倒不是不可以考虑。”庞文聪用烟头指指老郝秘书长，表示赞成。

“要我说呀，”在一旁的涂图表示异议道，“雷鸣同志不参加编委会为好，这样老白便于开展工作。”

雷鸣没有吱声。

蒋学贵指着白演达：“老白意见怎样？”

“都可以，你们定就是了。”白演达不置可否。

蒋学贵笑了笑说：“编辑部由你组阁，你说说你的设想嘛。”

“那好吧，不过我想的也不成熟。”白演达拖着慢腔，摆出一种遵命的姿态，端出了他的组阁方案：“主编由钱诚担任，副主编由我和殷浩担任。我协助老钱工作，殷浩负责编务。”

对于白演达提出让钱诚作主编，在场的几乎每个人都感到意外。谁也不知这是故作姿态，还是真心让贤。然而不管出于什么动机，白演达这一手是很漂亮的。既表示了对钱诚的回报和推重，又显示出自己的谦虚。而且还可以反衬雷鸣“争主编”的狂妄，可谓一石三鸟。雷鸣不由从内心感到白演达的老练和韬略绝非平常之辈。

问题的答案是显而易见的。

“既然由老白分管刊物，自然应该由老白作主编嘛！”涂图满脸堆笑道。

“这是不言而喻的事。”庞文聪弹了弹香烟的烟灰说。

白演达再三谦让，也明知改变不了这一事实。于是白任主编、钱任副主编的事顺利地定了下来。雷鸣对钱诚也投了赞成票，虽然他对钱有了新的认识。

关于第二副主编的人选，却发生了明显的分歧。

“殷浩四十六岁了，论条件……不是太合适。”郝伯臣用手揉了揉两鬓，权衡道。“能不能就设钱诚一个副主编，让老夫兼任编辑部主任，负责编务？”

殷浩原是北郊某厂的工人业余作者，是司马宏调来编辑部的，高中学历，尚未转干。无论从年龄、学历、政策等方面看，都不大符合提干的条件。

“老车是个实干家，又熟悉业务，我觉得他留任编辑部主任是可以的。”雷鸣支持老秘书长的意见。

“对，究竟老车合适，还是殷浩合适？我也拿不稳，大家议议看。”蒋学贵说。

庞文聪点燃又一支云烟，没有表态。

蒋学贵朝白演达点头示意：“老白，你说说看。”其实他也知道，殷浩是白的铁哥们儿。

“车夫当然也可以，但听说他要求调离编辑部，人各有志，我也不便挽留……”白演达拒绝得很巧妙。

“既然由老白组阁，人选就应以老白的意见为主嘛。”涂图替他帮腔道。

“几个党组成员还有什么意见吗？”蒋学贵问。

“这恐怕不大符合干部的组织路线吧？”雷鸣觉得有必要把问题挑明。

“请雷鸣同志谈谈，怎么个不合法？”白演达反唇相讥。

“我觉得用人应该五湖四海。”雷鸣说得很平和，但却一针见血。

“你是说我是任人为亲啦？”白演达把茶杯往桌上一搁，有点气急败坏地。

“这你应该最清楚。殷浩年龄已超过四十五岁，本人连干都未转，这不符合提干的基本条件。”雷鸣依然平静地说。“我还听人说，他十年前曾以‘借’的名义抄走东大唐谷城教授一套《鲁迅全集》，至今赖着不还。影响好不好。蒋书记也知道这事。事情还没有搞清楚，这样仓促提副主编是不是妥当？”

贵宾室里哑然无声。空气有些僵持。

蒋学贵打破沉默，解释道：“文联机关是有人反映过这件事。我旁敲侧击地问过殷浩：我们文联是不是有人抄过唐谷城的一套《鲁迅全集》？他说，‘没听说过，恐怕那老头儿记错了！’”

“这个问题和提干是两码事，有疑点是允许的，但不能作依据嘛。”庞文聪说了一句。

这句关键的话等于是投了殷浩一票。

蒋学贵拍板道：“行，那就尊重老白的意见，殷浩提为副主编，负责编务。怎么样？”

“我保留意见。”雷鸣坦然说道。他那沉静的态度中，有一种不可动摇的正气。是是非非，不说违心之言。这是雷鸣做人的原则。科研的熏陶和学工的素养，使他奉行“只问真理，不计利害”的科学工作者的准则。在泥潭式的文坛碰壁也就在所难免了。

(未完待续)

下期预告：
《金蔷薇》编辑部人事安排确定了。

西蜀秘史

之“寒食帖”往事

杨虎 著 连载 21

公元1266年春，已经攻打云顶石城达十五年之久的蒙军得到大规模援兵后，再次发动了声势浩大的进攻。这一次，蒙军首先用火炮摧毁了山上的屯田，让本已断粮的守军雪上加霜。守军吃完了野菜杂草，开始杀军马，军马杀光后，就剥树皮吃。当满山的树木都被剥得枯槁之后，负责防守石城南门的副统制姚世安再也扛不住了，他趁着月色溜下山去，降了蒙军。三天后，姚世安凭借熟悉地形，带蒙军敢死队摸上山来，猛烈进攻。包括善颂堂最后那名字弟在内的三百五十名宋军从清晨激战至黄昏，全部阵亡。不愿投降的余玠决定自杀。服毒之后，处于弥留状态中的他恋恋不舍地用双手摩挲着苏东坡的墨迹，仿佛眼前这丝绢般柔薄的纸张竟有如中华万里江山一般沉重。片刻之后，他怒喝一声，眼里喷出心血来，就此殉国。

南宋王朝最后的堡垒就此陷落。

随即，“黄州寒食诗帖”被作为战利品，送入了大都城。马上出身的蒙古皇帝为了显示自己的风雅，或许更为了证明自己这是这幅墨迹的主人，横蛮在上面盖上了自己的图章，时为元文宗天历二年，即公元1329年。元文宗的蒙古名字叫孛儿只斤图帖睦耳。他盖在“寒食帖”上的图章叫“天历之宝”。

此后，“寒食帖”的命运在历史的缝隙间歪歪斜斜地一路奔波：历经数百年战火离乱之后，它辗转到了日本。二战结束后，由当时的国民政府外交部长王世杰重金购回，并题跋于其后，略述“寒食帖”流之于日本及其归国之大致过程。王世杰去世后，转藏于台北故宫博物院至今。

2017年暮春，川西大地油菜花怒放，从空中俯瞰下去，地面宛如铺展成了黄金国。为写作这篇文章，我冒着潇潇春雨，满脚稀泥地深入到江源镇崇福村一带寻找张家善颂堂的准确地点。奔波数天后，在一排由木槿花围成篱笆的一处农舍前，一位白发萧然的张姓老人终于向我指出了当年善颂堂的位置：就在他房舍后面一派由麻柳、桉木、构树组成的林木深处。放眼望去，林木幽深，史前般寂静。

老人找来一根竹竿，一面往空中扫荡蛛网，一面左右拨打着杂乱的草丛。他边走边说，蜘蛛网最可恶，他养了一箱蜜蜂，每次飞出采蜜都有不少被蛛网粘住，一夜过后，蛛网上挂着的蜜蜂们就只剩了一张张空壳。弯弯曲曲地走了一阵后，幽暗的地面上隐隐凸起一道石埂。老人指着那道石埂对我说，看，那就是张家房子的屋基。

我分开草丛，看见那道石埂在地面凸起约有五六米长。绿得发黑的青苔覆盖在上面。我抬起头，苦苦寻觅着那回荡在时间深处的声音：

伐木丁丁，鸟鸣嚶嚶。

出自幽谷，迁自乔木。

……

脚下，一根草茎从石缝中冒出来，开出了一朵孤零零的黄花。

(未完待续)

下期预告：
远去的侯爷。

责编 杜均