

# 治疗腹泻需要对症下药

# 口服补液盐应间断、少量、多次饮用

YMG全媒体记者 张苹 通讯员 王朝霞 曾颖雪

夏季高温天气来临，腹泻也进入高发季。近日，不少市民反映自己出现了腹痛、腹泻、恶心、呕吐等症状，其中多数发病急，严重者甚至每日排便超10次，且常伴有腹部绞痛。腹泻虽然是极其常见病症，但绝不能忽视，严重时会发生电解质紊乱、脱水和代谢性酸中毒等。腹泻的发病率高，是造成婴幼儿及年老体弱者死亡的重要原因之一。那么，如果遭遇夏季腹泻该怎么办？市疾控中心专家为此“支招”。

## 夏季气温高雨水多，使致病病原体生长繁殖迅速

其实，导致腹泻的原因有很多，一般包括感染性腹泻和非感染性腹泻。夏季腹泻主要是感染性腹泻，还有就是消化不良、药物引起的腹泻等。感染性腹泻的病原菌主要为细菌、病毒和寄生虫三大类。之所以夏季腹泻高发，一方面由于夏季气温

高，雨水多，自然界中各种致病病原体的生长繁殖迅速，苍蝇蚊虫和蟑螂大量滋生，它们就是“移动的病菌培养皿”，携带着各种病原体到处传播，与人体接触后容易引起感染。

另一方面，天气原因让很多人喜欢食用生冷食物。

进食生冷食物过多、过快或腹部受凉，会使本就脆弱的胃肠黏膜受到刺激，造成胃肠道的应激反应，引起腹泻。此外，夏季天热，食物极易腐烂、变质，人出汗较多而大量饮水稀释了胃液，降低了局部抵抗力，也为致病菌的侵入创造了条件。

## 口服补液盐不宜短时间内大量饮用

针对腹泻，常用的治疗药物主要分为四类：口服补液盐、止泻药物、抗菌药物以及益生菌制剂。治疗腹泻需要对症下药，应在医生指导下服用。

腹泻导致人体从肠道丢失大量液体和电解质，如果脱水严重，可能会引发肾功能衰竭，甚至导致死亡。所以，在

无频繁呕吐、可饮水及进食的情况下，最好及时补充口服补液盐或多喝水。口服补液盐制剂由葡萄糖和人体必需的钠盐、钾盐等组成，可以补充因腹泻丢失的水分及重要盐分，调节水和电解质的平衡。值得注意的是，口服补液盐应间断、少量、多次饮用，不宜在

短时间内大量饮用。少尿或无尿、严重腹泻或呕吐、葡萄糖吸收障碍、肠梗阻、肠麻痹及肠穿孔者禁用。婴幼儿使用时需少量多次。有些家长认为口服补液盐味道不好，就加点牛奶、果汁改善口感，这是不对的，这样会造成渗透压的改变，影响疗效。

## 抗菌药物对非感染性腹泻和病毒性腹泻无效

止泻药物中常用的是蒙脱石散，它是一种高效的消化道黏膜保护剂，主要结构为双八面体蒙脱石，对消化道内的病毒、细菌及其产生的毒素有较强的固定抑制作用，同时具有提高黏膜质量，有效阻止病原微生物攻击的作用。蒙脱石散作用于消化道而不被吸收，无毒副作用。

而抗菌药物并不是所有腹泻都需要使用。腹泻分为感染性和非感染性腹泻，抗菌药物对非感染性腹泻、病毒性腹泻和寄生虫引起的腹泻是没有效果的。细菌感染性腹泻也要先确定致病菌的种类，再针对病原体选择特异性抗生素。如果你感染的是伤寒或副

伤寒杆菌，可以使用头孢曲松、环丙沙星；如果感染的是弯曲杆菌，可以服用阿奇霉素；如果感染的是志贺菌，可以服用阿奇霉素、环丙沙星或头孢曲松。值得注意的是，滥用抗菌药物可能会导致肠道菌群失调，加重病情，建议在医生指导下使用抗菌药物。

## 不同药物服用顺序有讲究

肠道菌群失调易引发腹泻，这样的患者可适当补充益生菌进行治疗。常见的益生菌有双歧杆菌三联活菌、地衣芽孢杆菌活菌等，有胶囊、散剂、颗粒剂等剂型。吞咽胶囊困难的患者，可将胶囊打开分散到水中，或是直接选用散剂、颗粒剂。益生菌活菌制剂建议于饭后30分钟用温水送服，打开胶囊或散剂溶解时水温不超过40℃。活菌制剂不可与抗菌药

物同服，如需合用时，应间隔2~3小时。有些品种的活菌制剂（如双歧杆菌三联活菌胶囊）需冷藏（2℃~8℃）保存。

口服补液盐制剂、止泻药、抗菌药物、益生菌在治疗感染性腹泻时经常联合使用，服药顺序很重要。建议饭前服用蒙脱石散，饭后服用益生菌，一般间隔1~2小时。服用益生菌1~2小时后再服用抗菌药物。



## 明天上午，烟台山4科室联合义诊“抗过敏”

本报讯(YMG全媒体记者 林媛 通讯员 莱秀玲)今年的7月8日是第19个“世界过敏性疾病日”，主题为“预防过敏性疾病，促进健康生活”。

7月7日，烟台山医院过敏性疾病多学科诊疗团队将在东院区举办义诊活动。届时，皮肤科专家马海丽、呼吸与危重症医学科专家戴红、耳鼻喉科专家李臻、儿科专家王经纬将接受市民咨询，为患者提供多学科、综合性、个性化的“抗敏”专家会诊。

生活中，很多疾病其实主因都来自于“过敏”，但很容易被忽视，从而延误病情。“通常情况下，过敏反应是人体对一

些外来因素或内在因素产生的保护反应，如气味、植物花粉、空气中的漂浮物、还有温度、湿度等，都会诱发过敏反应，而人体则会出现打喷嚏、流鼻涕、咳嗽、皮肤瘙痒、呕吐或者腹泻等症状。”烟台山医院皮肤科主任马海丽告诉记者，过敏难缠，一是容易反复，生活中难以杜绝过敏原，另外，过敏还是一种辐射全身的疾病，医学术语有个“过敏三联症”，就是指包含了湿疹、哮喘、花粉症及食物过敏在内的多个系统的过敏症状。

“以特应性皮炎为例，它其实就属于一种过敏症状。”马海丽说。该病主要表现为

慢性湿疹样皮损、全身皮肤干燥、反复发作，并且伴发剧烈瘙痒，如果不及时干预，会相继出现过敏性鼻炎、哮喘等其它系统过敏性疾病，最终可能会导致老年人最为常见的“慢阻肺”。

据悉，本次义诊，将有4个与“过敏”相关的科室共同参与，4科室共同为患者会诊，一起为患者解决难题。同时，本次活动，还将有300份螨虫过敏原为市民免费检测，大家不要错过机会。义诊时间为7月7日上午9:00~11:00，义诊地点在烟台山医院东院区(莱山区科技大道10087号)门诊综合楼一楼大厅。

## “老子帮办”本周六到北大社区

本报讯(YMG全媒体记者 徐鲲 吕金淮 通讯员 于馥宁)烟台晚报“老子帮办”进社区活动受到广大市民欢迎。7月8日(本周六)上午，活动第317站将走进芝罘区白石街道北大社区。届时，“老子帮办”栏目记者将和晚报城市服务联盟单位志愿者一起，与市民面对面，倾听市民烦心事，帮助市民解难题。活动地点在南大街137号御金台小区门前小广场，时间是上午9点~11点。

本周活动内容丰富多彩，为市民朋友带来了更多的实惠和更周到的服务。环球美发学校的年轻美发师们将应邀来到活动现场，为社区居民义务理发。如今市民家中大小家电种类繁多，一旦坏了不知找谁修理，晚报特邀“老子帮办”栏目帮办员孙德荣、于培湖、李肇平老师，他们将到现场为市民修理各类小家电和缝纫机、钟表等老物件。

健康义诊最受老年朋友欢迎。爱尔眼科医院专家将为市民免费检查各种眼部疾患；关心青少年视力保健中心专家将为孩子们检查眼部疾患，教孩子们如何正确预防近视；洛神口腔专家将为您检查口腔，教您如何保护牙齿；烟台医大胃肠医院消化内科专家将为辖区居民讲授如何防治消化道疾病；惠耳听力北马路店听力专家将携带专业设备在现场为听力障碍人士免费检测，他们还为大家免费做外耳道健康检查。

法律问题是市民关注热点，山东邦典律师事务所高旭东律师将为市民提供法律援助，您有任何法律

方面的问题可现场咨询。近期有不少市民致电6601234，他们需要保洁员、钟点工、保姆、育婴师等，本周“老子帮办”栏目特邀恒誉家政公司工作人员，他们将在现场接受市民咨询，您有家政方面的需求可与他们联系。本站活动还特邀点一点(烟台)环保科技有限公司参与，他们的工作人员将在现场回收旧衣物，如果您家中有不脏不破、不发霉、不起球的旧衣物，可与他们的工作人员联系。

红社·民购新媒体电商平台携我市部分优质商家现场为居民带来诸多优惠福利。此外，烟台市融媒体中心小报童发行公司、白玉口腔、养奶家也将派出志愿者为市民提供服务。近期有多位市民拨打记者电话，咨询珠宝首饰鉴定和维修问题，本站“老子”特邀珍爱钻石珠宝保养师张力现场为社区居民鉴定、评估珠宝首饰，并免费清洗、维修。

如今年轻人工作压力大，许多大龄单身青年男女因忙于事业而耽误了个人幸福和爱情。2023年晚报将不定期举办多场公益相亲活动，本周六，“晚报红娘”再次亮相活动现场，渴望脱单的大龄青年，正为儿女婚姻大事着急的家长可到现场找工作人员咨询、报名。



## 申办门诊慢特病的流程是怎样的？

**咨询：**申办门诊慢特病的流程是怎样的？

**答复：**参保人申办门诊慢特病，应提供身份证或社会保障卡、近一年之内的病历材料原件或有效复印件（包括住院病历或门诊病历、相关检查检验报告等）。实行有效期管理的病种，参保人应在有效期内申办。申办时提供的病历材料时限超过一年的，还需补充近期的就诊记录及相关检查检验报告，通过以下途径办理：

①定点医疗机构办理：患者在确诊的定点医疗机构医保管理办公室（医保服务专区、医保服务站）提交申办材料，经具备副主任医师以上职称的医保医师或科室主任填写《烟台市基本医疗保险门诊慢特病申请表》，医保办审核盖章、通过医保平台上传申请表及相关病历材料，按规定进行办理。

②网上办理：在异地医疗机构确诊白血病、全身各系统恶性肿瘤、再生障碍性贫血、消化性溃疡、血友病、经皮冠状动脉支架植入术后、心脏移植术后、心脏瓣膜置换术后、骨髓移植术后9类疾病的患者，可通过“烟台市政务服务网”在线提交门诊慢特病申办材料，并查询办理结果。

③邮寄办理：在异地居住或异地医疗机构确诊的患者，可将申办材料通过快递等方式寄往参保地医保经办机构办理。

④医保经办机构办理：无法通过以上方式办理的参保人，可持相

关证件、经确诊疾病的定点医院盖章的《烟台市基本医疗保险门诊慢特病申请表》（异地确诊的不需提供），病历材料至参保地医保经办机构办理或委托他人代办。

**咨询：**参保人员如何选择门诊慢特病定点医疗机构？

**答复：**参保人可根据本人申报病种的诊治需要和病情轻重，本着就近方便的原则，自主选择一所具有定点资格的医疗机构，并签订服务协议书。精神类疾病患者需定点在精神专科医院或具有精神专科病房的综合性医院；慢性乙、丙型病毒性肝炎（含由病毒性肝炎引起的肝硬化代偿期、失代偿期）患者需定点在传染病专科医院或设立传染病房的综合性医院；结核病患者可在结核病防治机构范围内自主选择一所定点医疗机构；定点已选择血液透析中心的慢性肾功能衰竭患者，其他病种可再选择一所定点医疗机构。

张孙小娱 衣宝萱

**医疗保障 咨询台**



烟台晚报 烟台市医疗保险事业中心 合办

**OHS 中国医保 一生守护**