

消化道里的“不速之客”： 儿童细菌性胃肠炎

文 / 陕西省铜川市妇幼保健院 刘调侠



关键词：儿童细菌性胃肠炎；治疗药物；护理方法

发现孩子腹泻，很多家长的第一反应是着凉或吃坏了东西；但是，如果粪便中出现黏液、脓血，同时还伴随发热、呕吐等症状，则很可能是细菌在肠道里“作祟”。这种细菌性胃肠炎虽然不似病毒性胃肠炎高发，却更容易引发脱水、败血症等严重并发症，甚至可能影响孩子的生长发育。今天，我们就一同走近儿童细菌性胃肠炎，详细了解其应对方法，帮助家长科学守护孩子的消化道健康。

一、什么是儿童细菌性胃肠炎

儿童腹泻类型繁多，其中病毒性腹泻最为常见，占所有腹泻的60%~70%，常见致病病毒包括轮状病毒、诺如病毒等。而细菌性胃肠炎，是细菌侵入肠道，导致

肠道内壁发炎，进而引发腹泻、呕吐等症状的疾病。

儿童之所以容易患上细菌性胃肠炎，核心原因在于其肠道功能尚未发育成熟。儿童的胃酸分泌量少，对细菌的抑制作用较弱；免疫系统也未完善，当细菌在肠道内繁殖时，身体难以快速将其清除。此外，孩子年龄小，卫生习惯尚未养成，常常会用小手抓握物品或啃咬玩具，细菌极易通过“手—口”途径进入体内，这也是儿童细菌性胃肠炎高发的重要诱因。

家长可以通过儿童症状初步区分病毒性与细菌性胃肠炎：

- 病毒性胃肠炎通常起病急促，初期便会出现水样便，粪便中无黏液或脓血，发热温度一般在38℃左右，呕吐可能较为频繁，但多数患儿3~5天即可好转。

● 细菌性胃肠炎的粪便常带有黏液、泡沫,部分还会出现血丝。患儿发热温度通常更高,会明确诉说腹痛,精神状态更差,恢复周期更长,一般需要1~2周,若处理不当,病情还可能进一步加重。

二、常见致病菌和感染途径

1.沙门氏菌

沙门氏菌易潜藏在未煮熟的食物中,例如未煮透的鸡蛋、未彻底加热的剩菜。被沙门氏菌污染的牛奶、冰激凌,甚至新鲜水果,也可能成为传播载体,尤其在夏季高温环境下,更易引发胃肠炎。另外,家中饲养的鸡、鸭、鸽子等禽类,以及乌龟、仓鼠等宠物,其粪便中可能携带沙门氏菌。孩子接触宠物或其排泄物后若未及时洗手就进食,便可能被感染。

2.致病性大肠杆菌

这类细菌分为多种类型,部分仅会引起轻微腹泻,部分则可能导致严重症状。它们主要隐藏在被污染的水源和生冷食物中。此外,卫生条件不达标时,食品也容易被该类细菌污染,孩子食用后大概率会“中招”。

3.弯曲杆菌

弯曲杆菌常存在于生肉(尤其是生鸡肉)和生奶中。例如,处理生鸡肉时,肉表面的细菌会黏附在菜板、刀具上,若后续用其处理其他食物,便会造成交叉污染。此外,未煮熟的牛肉、羊肉,以及未经巴氏消毒的生牛奶,也可能携带该细菌。孩子感染后,除了腹泻、发热,还可能出现剧烈腹痛,这种症状容易被误认为是阑尾炎发作。

除了上述几种常见细菌,金黄色葡萄球菌、副溶血性弧菌、志贺氏菌等也可能引发儿童细菌性胃肠炎。

三、常见症状

1.腹泻

与普通腹泻相比,细菌性胃肠炎引发的腹泻具有明显特征:一是频次高,患儿患病后可能每日排便5~10次,甚至更多;二是粪便性状异常,可能为稀糊状、水样便,更典型的表现是带有黏液、泡沫,甚至可见脓血,部分患儿的粪便还会带有腥臭味;三是多伴随腹痛,患儿可能会哭闹不止、腹部胀满,部分会用手指指向腹部表达疼痛,排便后腹痛症状可能会稍有缓解。

2.发热

多数患儿会出现发热症状,温度一般在38℃以上,部分严重病例可能升至39~40℃。这种发热持续时间较长(通常会持续2~3天),即使服用退热药也容易反复。若患儿发热的同时,还伴随精神萎靡、烦躁不安、嗜睡等情况,家长需格外重视。

3.呕吐与脱水

很多患儿在腹泻前或腹泻过程中会出现呕吐,呕吐物多为未消化的食物,严重时可能呕吐胆汁。部分患儿仅呕吐一两次就会停止,而少数会频繁呕吐,甚至饮用少量温水也会呕吐。若呕吐、腹泻次数过多,可能引发脱水,出现尿色加深、精神萎靡、口唇干燥等症状。

四、儿童细菌性胃肠炎的治疗药物

1.口服补液盐

细菌性胃肠炎会导致患儿丢失大量水分和电解质,此时家长应优先购买儿童专用口服补液盐,并用勺子或小杯子分次、少量地喂食。具体服用剂量需根据脱水情况调整:若患儿无明显脱水,仅表现为腹泻,每日按每公斤体重50~100毫升的剂量服用;若存在轻度脱水,每日按每公斤体重100~150毫升的剂量服用;若为中度脱水,需在医生指导下服用,必要时需前往医院进行静脉补液。

2.抗菌药物

首先需要明确:并非所有细菌性胃肠炎都需要使用抗菌药物。例如,对于轻症沙门氏菌感染,若患儿精神状态良好、无脱水症状,只需做好补液和饮食护理,依靠自身免疫力即可恢复。盲目使用抗菌药物反而可能延长病程,还会增加细菌耐药的风险。通常,仅在明确为致病性大肠杆菌、弯曲杆菌、志贺氏菌等感染,且患儿症状严重(如严重脱水)或患儿本身有基础疾病时,医生才会根据病情开具抗菌药物。需要强调的是,不同细菌对抗菌药物的敏感性不同,家长需严格遵医嘱用药,切勿擅自更换药物或调整剂量。

3.其他药物

除了口服补液盐和抗菌药物,家长还可在医生指导下选用蒙脱石散、益生菌等辅助药物。蒙脱石散能吸附肠道内的毒素和细菌,减少肠道刺激,从而缓解腹泻症状,适用于腹泻次数多、大便稀溏的患儿。益生菌能调

节肠道菌群平衡,帮助肠道黏膜修复,对腹泻恢复有一定辅助作用。需要注意的是,这两种药物都需与抗菌药物间隔2小时服用,避免影响抗菌药物的效果。

另外,若患儿发热超过38.5℃,或因发热出现明显不适、哭闹不止,可使用对乙酰氨基酚、布洛芬。需要注意的是,用药时需严格按照患儿体重计算剂量,避免过量服用,且两种退热药不可随意交替使用,以免增加肝肾负担。

五、儿童细菌性胃肠炎的护理

1. 饮食调整

不少家长在孩子腹泻时,会选择让孩子禁食,认为让肠道“排空”能减轻消化负担,从而加快恢复。然而,目前医学上已明确不推荐儿童腹泻时禁食,除非孩子存在频繁呕吐、完全无法进食的情况。

在腹泻最严重的前1~2天,家长可给孩子提供流质或半流质食物,如米汤、稀粥、烂面条、蒸苹果泥等。同时,需严格避免油腻食物、生冷食物、甜食及高纤维食物。

当腹泻次数减少、呕吐停止后,可逐渐过渡到软食,如软米饭、馒头、面条、蒸蛋羹、鱼肉等。同时,仍需避免辛辣、刺激、油腻的食物,不要立即给孩子添加高蛋白、高脂肪食物,可先少量添加瘦肉末,观察1~2天,若无异常,再逐步增加摄入量。

对于母乳喂养的宝宝,腹泻期间可继续母乳喂养,但妈妈需注意清淡饮食,避免食用油腻、辛辣、生冷食物,以免通过乳汁影响宝宝。对于配方奶喂养的宝宝,若腹泻不严重,可继续用原配方奶喂养;若腹泻严重,或出现乳糖不耐受迹象,可暂时更换为低乳糖或无乳糖配方奶,待腹泻完全恢复后,再逐步换回原配方奶。

2. 卫生清洁

孩子患上细菌性胃肠炎后,肠道内的细菌会随粪便排出体外,这些细菌会污染衣物、玩具、餐具、马桶等物品,若不好好卫生清洁,不仅可能导致孩子反复感染,还可能传染给家中其他成员。因此,卫生清洁是家庭护理的关键:

● 手部清洁: 家长在给小孩换纸尿裤、擦拭粪便后,需用流动的清水和肥皂(或洗手液)彻底洗手,搓揉时间不少于20秒;孩子排便后,也需帮助其用肥皂和

流动水洗手,避免用脏手抓握食物或玩具,防止再次引发感染。

● 物品消毒: 婴儿的纸尿裤需及时更换,衣物、床单、被套若被粪便或呕吐物污染,需立即更换并清洗。

● 环境清洁: 家中卫生间需每日清洁,尤其是马桶圈、冲水按钮、洗手池等部位,可用含氯消毒剂擦拭;孩子经常活动的区域,也需定期用消毒剂擦拭,避免细菌残留。

● 饮食卫生: 烹饪时需将生熟食物分开存放,处理生肉、生蛋的菜板和刀具需单独使用,避免交叉污染。

● 宠物管理: 若家中养有宠物,需避免宠物进入孩子的卧室、餐厅,不让孩子与宠物进行亲密接触;孩子接触宠物后需及时洗手;宠物的排泄物需及时清理,且清理时需佩戴手套,清理后用肥皂和流动水洗手;定期对宠物用品进行消毒。

3. 密切观察

居家护理期间,家长需密切监测孩子病情变化,即便症状有所好转,也不能掉以轻心。若出现以下任一情况,需及时带孩子去医院复诊:脱水迹象未缓解;发热持续不退;腹泻、呕吐症状加重;腹痛剧烈且持续不缓解;出现皮疹、黄疸、抽搐、呼吸困难、精神萎靡等异常症状。

总之,儿童细菌性胃肠炎虽可能引发脱水等并发症,但只要家长能及时识别症状、科学补液、做好饮食调整和卫生清洁,多数患儿可在1至2周内痊愈,不会留下后遗症。面对孩子患病,家长保持冷静并科学应对,是帮助孩子顺利康复的关键。

宠物主人

本文编辑: 李修坤

