

儿童咳嗽别慌张，科学雾化来帮忙

文 / 杭州市儿童医院 黄玉坤 黄建权



在儿童常见疾病里，咳嗽十分高发。一听到儿童咳嗽，家长们就很揪心，四处寻找止咳的“良方”。其实，有一种方法简单又有效，就像为儿童的呼吸道“定制”的治疗方案，那就是雾化吸入疗法。

那么，雾化吸入到底是怎么一回事呢？应该用什么药？又该怎么操作？接下来，我们就简单地说说。

一、儿童为何容易咳嗽

儿童呼吸系统尚未发育成熟，鼻腔短小，鼻道狭

窄，黏膜柔弱，血管丰富，这使得鼻腔过滤、加湿、加温空气的能力远低于成人。外界的细菌、病毒等病原体很容易侵入呼吸道，引发一系列问题。

而且，儿童气管和支气管的管腔狭窄，软骨柔软，缺乏有弹性的组织支撑。黏液腺分泌不足，纤毛运动能力差，不能有效清除吸入的病原体和异物。这些“脏东西”留在呼吸道里，就容易刺激呼吸道，导致咳嗽。

同时，儿童的免疫系统也不完善，对病毒、细菌的

抵抗力比较低,很容易被感染。一旦呼吸道被感染发炎,咳嗽感受器就会受到刺激,不断地发出咳嗽信号。另外,儿童的呼吸道特别敏感,冷空气、烟雾、花粉、尘螨等常见的刺激物,都可能诱发咳嗽。

二、认识雾化吸入疗法

雾化吸入疗法就像一个“微型喷雾器”,借助专门的雾化装置,把药物变成极其微小的雾滴或微粒,让它们悬浮在空气中。儿童通过口鼻把这些带着药物的雾气吸进去,药物就能直接抵达呼吸道和肺部的病变部位。

这种疗法的优势很明显。一方面,药物直接作用于病变部位,局部药物浓度高,治疗效果好。另一方面,所需的药物剂量小,能减少药物进入全身血液循环,降低全身不良反应发生的概率。和口服药物相比,雾化吸入疗法能避开肝脏的首过效应和胃肠道的破坏,不仅可以更快发挥药效,还可以减轻儿童服药时的不适。

三、常用的雾化药物

1.支气管扩张剂

沙丁胺醇和特布他林是常用的短效 β_2 受体激动剂,主要用于哮喘急性发作、喘息性支气管炎等疾病。当儿童出现喘息症状时,这两种药能迅速发挥作用。这类药物能迅速舒张支气管平滑肌,缓解支气管痉挛,改善通气功能。一般来说,吸入后5~15分钟就能看到效果,药效可以持续4~6小时。

2.糖皮质激素

布地奈德是临床上最常用的雾化吸入糖皮质激素,具有强大的局部抗炎作用。在治疗支气管哮喘、咳嗽变异性哮喘、感染后咳嗽等呼吸道疾病时,布地奈德能减轻呼吸道的炎症反应,降低气道的高反应性,缓解咳嗽、喘息等症状。而且,其安全性比较高,全身不良反应较少,很适合需要长期控制气道炎症的儿童。

3.祛痰药

当儿童的痰液卡在喉咙里咳不出来时,乙酰半胱氨酸雾化溶液能分解痰液中的黏性成分,降低痰液的黏稠度,让痰液更容易被咳出。使用乙酰半胱氨酸雾化治疗后,呼吸道会变得更加通畅,儿童呼吸也会更轻松。

四、雾化治疗的正确操作方法

1.选对治疗时机

雾化治疗最好在儿童进食1~2小时后进行,避免在儿童哭闹、烦躁的时候,或者刚吃完饭的时候做。同时,雾化前还要保证儿童呼吸道通畅,如果鼻腔里有分泌物,要先清理干净。

2.做好准备工作

目前,常用的雾化器有喷射式雾化器、超声雾化器和振动筛孔雾化器。其中,喷射式雾化器应用最为广泛,它能把药物充分雾化,产生的颗粒大小正合适,有利于药物被儿童吸入。在使用前,一定要仔细检查雾化器,看看它是否完好无损以及各个部件连接是否正确,确保雾化器能正常工作。

3.掌握正确姿势

正确的吸入姿势能让药物更好地发挥作用。让儿童保持坐位或半卧位,这种姿势有利于让药物沉积到下呼吸道。对于无法配合的婴幼儿,可以等他们安静下来或者睡着了再进行雾化。在雾化过程中,要把雾化面罩紧紧贴合儿童的口鼻,避免药物外漏。

4.控制雾化时间

每次雾化的时间要控制在10~15分钟。时间太长,儿童可能会感到疲劳,很难坚持配合;时间太短,药物不能充分被吸入,达不到理想的治疗效果。

5.做好后续护理

雾化结束后,家长要及时帮儿童洗脸、漱口,把残留在面部和口腔的药物清理掉,这样能降低不良反应发生的风险。对于婴幼儿,也可以通过喂水、喂奶的方式来减少口腔内残留的药物。

五、雾化治疗的注意事项

1.不要自行混合药物

不同的雾化药物有不同的作用机制和适用范围,自行混合药物可能会导致药物相互作用,影响疗效,甚至产生不良反应。所以,在进行雾化治疗时,一定要严格按照医生开的处方用药,别自己随便添加或更换药物。

2.注意药物保存

雾化药物要按照说明书上的要求好好保存。一般来说,要放在阴凉、干燥、通风的地方,不能让阳光直射;有些药物需要冷藏保存。如果一次没用完,下次使



用前要检查药物有没有变质，确保用药安全。

3.密切观察儿童反应

在雾化治疗过程中，家长要时刻关注儿童的面色、呼吸、精神状态有没有异常。如果发现儿童呼吸急促、面色苍白、口唇发紫、烦躁不安，要马上停止雾化，及时送医。

4.定期清洗雾化器

每次用完雾化器后，要把面罩、雾化杯、连接管等部件拆下来，用清水冲洗干净，然后晾干备用。此外，应定期对雾化器进行全面清洁和消毒，这样能防止细菌滋生，避免下次使用时发生交叉感染。

六、雾化治疗并非万能

虽然雾化吸入疗法在治疗儿童咳嗽方面有独特的优势，但不是所有咳嗽都适合用雾化治疗。比如，普通感冒引起的轻度咳嗽没必要做雾化，一般通过多喝水、多休息，身体自己就能慢慢恢复。而且，雾化治疗也不能完全替代其他治疗方法，像抗感染治疗、对症治疗等。医生在治疗儿童咳嗽时，会综合考虑儿童的

病情，权衡各种治疗方法的利弊，制订个性化的治疗方案。

七、总结

在使用雾化吸入疗法治疗儿童咳嗽的过程中，家长和医生需要共同努力。家长们要清楚儿童咳嗽的原因，正确认识雾化吸入疗法的原理、常用药物、操作方法和注意事项，积极配合医生治疗，确保雾化治疗既安全又有效。**药师与A**

温馨提示

在日常生活中，家长应做好儿童的护理工作，保持室内空气清新，让儿童远离过敏原和刺激性物质，从而守护儿童的呼吸道健康，帮助儿童远离咳嗽的困扰，健康快乐地成长。

