

## 【妇婴科普】 婴儿湿疹健康处方

婴儿湿疹是婴幼儿常见疾病，病情反复发作、迁延难愈。得了湿疹的宝宝瘙痒难耐，非常折磨宝宝。今天就和大家聊聊宝宝得了湿疹反复发作该怎么处理。婴儿湿疹有哪些表现？



有明显的季节性，秋冬季加剧，夏季可自行缓解  
好发部位：

★头面部

★耳部及四肢屈侧

★双颊及前额多见，

皮肤干燥、粗、涩，个别的孩子反复的荨麻疹。



具体可分为三型：

分型	具体表现
● 渗出型：	可见红斑上覆以密集丘疹、丘疱疹、水泡；继糜烂、渗液及厚薄不一的黄痂。
● 干燥型：	可见红斑上覆以密集丘疹；表面干燥，上附灰白色糠状鳞屑。
● 脂溢型：	可见在渗出性红斑上覆以黄色油腻性厚痂。遇热或环境条件改变、预防接种后患儿皮疹会加重。



## 湿疹宝宝的日常生活怎么护理？

### 环境护理：

温度应在 22-26℃，湿度应 50-60%，不要过度杀菌，保持无烟环境。

### 宝宝护理：

勤剪指甲，定期 1-2 天洗澡一次，水温 30℃ 左右，偏低水温能止痒，时长在 20 分钟以内，避免使用沐浴产品，洗澡后轻轻擦拭身体，涂保湿霜，穿棉质衣物。

### 其他注意事项：

宝宝出现打喷嚏、咳嗽等过敏反应，要及时就医，清楚过敏源。

## 如何区分不同类别宝宝疹

### 解读湿疹的几大误区

#### ★误区一：湿疹要保持皮肤干燥

事实：恰恰相反，湿疹需要保湿，尽量避免出现皮肤干燥。患湿疹的孩子很可能是因为存在皮肤屏障功能障碍，保湿对促进皮肤屏障的恢复很关键。

#### ★误区二：湿疹患者尽量少洗澡

事实：湿疹孩子过度清洗，或者长时间不洗澡都不对。过度洗澡，特别是使用烫水洗澡或擦洗患处，湿疹的瘙痒会得到暂时缓解，但之后会因不良刺激和过度清洗造成的皮脂丢失，导致皮肤屏障的破坏而使皮损加重，越来越痒。

#### ★误区三：激素副作用大，千万不要用

事实：合理使用，外用糖皮质激素很安全，而且还是湿疹首选药物。只要针对病情、皮损部位，不同年龄选择合适强度的激素软膏，可有效改善湿疹，同时又能避免其不良反应。

#### ★误区四：湿疹应配合使用抗生素

事实：一般不需要，重度湿疹或继发细菌感染者才可能需要。

**★误区五：涂母乳可以治湿疹**

事实：外用母乳对湿疹有效的证据不足虽然有研究提示外用母乳的效果和 1%氢化可的松差不多，但也有研究提示外用母乳没有效果，所以外用母乳对湿疹的作用还缺乏可靠证据。

**★误区六：湿疹患者不能游泳**

事实：只要不是湿疹特别严重就可以，游泳池里用于消毒的化学物质可能刺激皮肤加重症状，在孩子皮肤有明显红、痒、渗出、破溃、感染的时候最好不游。

湿疹并不可怕，护理得当，就诊及时，让所有宝宝从此远离湿疹。

# 【妇婴科普】预防呼吸道传染病公众佩戴口罩指引（2023年版）

## 关于印发预防呼吸道传染病公众佩戴口罩指引（2023年版）的通知

联防联控机制防发【2023】4号

各省、自治区、直辖市及新疆生产建设兵团联防联控机制（领导小组、指挥部），国务院联防联控机制各成员单位：

为进一步做好新冠、流感等多种呼吸道传染病防控工作，指导公众科学佩戴口罩，国务院联防联控机制疫情防控组制定了《预防呼吸道传染病公众佩戴口罩指引（2023年版）》。现印发给你们，请认真组织实施。

国务院联防联控机制疫情防控组（国家疾控局代章）

2023年12月8日

（信息公开形式：主动公开）

### 预防呼吸道传染病公众佩戴口罩指引 （2023年版）

呼吸道传染病的常见病原有新冠病毒、流感病毒、肺炎支原体、呼吸道合胞病毒等，主要通过呼吸道飞沫、吸

入带有病原体的气溶胶或密切接触等途径传播。科学佩戴口罩是预防呼吸道传染病的有效措施。为指导公众科学佩戴口罩，有效保护公众健康，制定本指引。

**一、应佩戴口罩的情形或场景**

1. 新冠病毒感染、流感、肺炎支原体感染、呼吸道合胞病毒感染等呼吸道传染病感染者前往室内公共场所或与他人近距离接触(距离小于1米,下同)时。
2. 出现发热、咳嗽、流涕、咽痛、肌肉酸痛、乏力等呼吸道传染病症状者前往室内公共场所或与他人近距离接触时。
3. 前往医疗机构就诊、陪诊、陪护、探视时。
4. 呼吸道传染病高发期间，外来人员进入养老机构、社会福利机构、托幼机构等脆弱人群集中场所时。
5. 呼吸道传染病高发期间，养老机构、社会福利机构、托幼机构、学校等重点机构的医护、餐饮、保洁、保安等公共服务人员工作期间。

**二、建议佩戴口罩的情形或场景**

1. 呼吸道传染病高发期间，乘坐飞机、火车、长途车、轮船、地铁、公交车等公共交通工具时。
2. 呼吸道传染病高发期间，进入超市、影剧院、客运场站、厢式电梯等环境密闭、人员密集场所时。
3. 呼吸道传染病高发期间，老年人、慢性基础疾病患者、孕妇等前往室内公共场所时。
4. 与出现呼吸道传染病症状者共同学习、生活或工作期间。

**三、建议不佩戴口罩的常见情形或场景**

1. 进行体育锻炼时。
2. 处于露天广场、公园等室外场所时。
3. 3岁及以下婴幼儿。

**四、口罩选择**

1. 呼吸

道传染病患者或呼吸道传染病症状者建议佩戴 N95 或 KN95 等颗粒物防护口罩（无呼吸阀）或医用防护口罩，其他人员建议佩戴一次性使用医用口罩或医用外科口罩。

2. 儿童呼吸道传染病患者或呼吸道传染病症状者建议选用儿童防护口罩，其他儿童建议选用儿童卫生口罩。3. 口罩产品应符合相关国家标准或行业标准。

**五、其他注意事项**

1. 个人可根据自身健康状况和需求自主选择是否佩戴口罩，并注意及时更换。2. 心肺功能障碍患者应在医生指导下佩戴口罩。3. 各地疾控部门应及时动态发布当地呼吸道传染病疫情形势，提醒公众科学佩戴口罩。本指引将根据呼吸道传染病防控需要动态优化调整。各地各部门可根据地方和行业实际，参照本指引制定本地和本行业的口罩指引。

转载自铁岭市卫生健康委员会