



儿童发烧咳嗽， 用药前先分清是感冒还是流感

◎景泰县人民医院 肖彤

季节更迭之际，儿童感冒发烧的情况频频发生。很多家长面对孩子的发烧、咳嗽等症状，常常分不清是普通感冒还是流感，情急之下容易乱用药，反而给孩子的健康带来隐患。普通感冒和流感虽都属于呼吸道疾病，但在病因、症状和治疗上有着本质区别，要掌握正确的用药和护理常识，才能为孩子的健康保驾护航。

症状相似本质不同

孩子生病时，普通感冒和流感症状相似却本质不同，若混淆二者，可能延误治疗、加重病情。

病因差异方面，普通感冒多由鼻病毒、冠状病毒等常见病毒引发，少数由细菌导致，传染性弱，可经近距离飞沫或接触污染物品传播；流感由甲型、乙型等流感病毒引起，是急性呼吸道传染病，传染性强，可通过飞沫快速传播，在人员密集场所易引发聚集性病例。

症状差异方面，普通感冒以局部不适为主，症状温和，如鼻塞、流涕、轻微咳嗽，体温一般不超过38.5℃，病程5~7天；流感表现为全身症状，如高热、剧烈头痛、肌肉酸痛，伴有乏力、恶心呕吐等，症状更重、病程更长，需警惕并发症，家长要仔细观察避免误诊。

危害差异方面，普通感冒一般不会引发严重并发症，预后良好；流感若治疗不及时，可能诱发肺炎、心肌炎、脑炎等多种严重并发症，对婴幼儿、免疫力低下儿童危害大，可能导致病情迁延甚至危及生命，需格外重视。

儿科用药禁忌较多

孩子身体稚嫩，用药容不得半点马虎。家长务必谨慎，全面掌握

药物特性与使用规范，规避用药禁忌，为孩子的用药安全与健康保驾护航。

抗菌药勿滥用。普通感冒、流感多为病毒感染，抗菌药只对细菌有效。可很多家长一见孩子发烧，就赶忙用头孢、阿莫西林等抗菌药。这不仅难以缓解病情，还会破坏孩子体内菌群平衡，造成肝肾损害，甚至让细菌产生耐药性，用药务必谨慎。

退烧药按规喂。儿童常用退烧药对乙酰氨基酚和布洛芬较安全，但需按年龄、体重精准控量。低热物理降温，高热选择一种药，不可交替超量，间隔4~6小时，24小时不超4次。含退热成分的复方感冒药，不可与单一退烧药同服，防止药物过量。

复方药慎选择。复方感冒药成分复杂，有退热、镇痛、止咳等多种成分，家长选药要谨慎。并非所有症状都需复合成分，过度使用会增大药物副作用风险。建议根据具体症状选择单一成分药，严格按说明书或医嘱用药，切勿盲目用药。

科学护理有助恢复

孩子感冒别慌张，科学护理是关键。恰当的护理方式不仅能缓解孩子的不适症状，还能加速身体

恢复进程，让孩子更快重归健康状态。

休息补水。孩子感冒时，充足的睡眠与避免剧烈活动，能让身体好好休整。多喝温开水，可稀释痰液、促进代谢、排出毒素，缓解不适。饮食上，选清淡易消化食物，避开辛辣油腻，减轻肠胃压力，助力身体恢复。

调节环境。保持室内空气流通，定时开窗换气，防止空气污浊。将温度控制在22~24℃，湿度保持在50%~60%，干燥时用加湿器。同时，让孩子远离烟雾、粉尘等刺激物，避免加重咳嗽、咽痛等不适。

及时就医。孩子持续高热超3天、精神差、呼吸困难等，或婴幼儿拒食、哭闹、尿少，要立刻就医，明确病因并治疗，防止病情恶化。流感高发季，及时给孩子接种流感疫苗，是预防流感的实用有效之举。

孩子的健康是家长最牵挂的事，面对感冒和流感，盲目用药不如科学应对。分清两者差异、规避用药误区、做好科学护理，才能让孩子在感冒来袭时，既少受病痛困扰，又能安全快速恢复。家长多掌握一份用药常识，孩子就多一份健康保障。☺