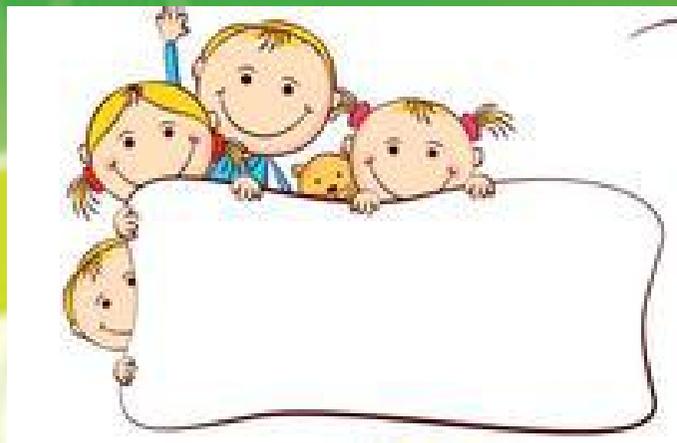


# 过敏性紫癜 患儿照护指导



## 1. 什么是过敏性紫癜?

过敏性紫癜是一种以小血管炎为主要病变的血管炎综合征,与某种致敏因素引起的自身免疫反应有关。

致敏因素可能是病原体(细菌、病毒、寄生虫等)、药物(抗生素、磺胺药、解热镇痛剂等)、食物(鱼虾、蛋、牛奶等)及花粉、虫咬、疫苗注射等等。

本病起病急,起病前1~3周常有上呼吸道感染史。各种症状可以不同组合,出现先后不一,首发症状常以皮肤紫癜为主,少数病例以腹痛,关节炎或肾脏症状首先出现。本病易复发。

## 2. 孩子什么时候必须完全不吃东西呢?

孩子有消化道症状时(如肚子痛、解黑大便或血便)就完全不能吃东西,也就是医生说的禁食。

## 3. 我家孩子没有肚子痛的情况,是不是什么都能吃呢?

不是。过敏性紫癜是一种全身性的血管炎,尽管没有腹痛,但胃肠道的血管炎仍可能存在。所以在急性期(住院期间)请给予孩子软食,避免食用刺激性的食物及药物,避免进食硬食和带刺食物(如鱼、排骨、瓜子、硬面饼等),避免吃油炸、辛辣、生冷的食物,以保护胃粘膜。进食时应细嚼慢咽,少量多餐,忌暴饮暴食。食物温热,不宜过烫。因本病与某些致敏因素有关,而高蛋白饮食易引起过敏,饮食上应给予清淡、易消化饮食,鱼、虾、蟹、蛋、奶等动物性食品,以及菠菜、菠萝、芒果、花粉等植物性食物有可能成为过敏源,应加以排除,如确定为过敏源应严格禁止食用。可以多食用含维生素C丰富的食物如:

新鲜的蔬菜、水果,特别是绿叶蔬菜、鲜枣、猕猴桃、梨等,因为VC对于维持血管正常功能有重要作用。

## 4. 过敏性紫癜的孩子活动方面要注意什么?

①急性期即住院期间应卧床休息,②出院后,应以休息为主,避免剧烈活动,逐步增加活动量。③病情平稳2~4周后,可适当增加活动量,如上、下楼,室外散步等。④可酌情上学,可从上半天学开始。⑤单纯皮肤型患儿病情稳定者,4周后可逐渐增加运动量,3~6个月后恢复至正常水平。⑥过敏性紫癜肾炎患儿应至少半年内免上体育课,半年后根据病情决定是否继续限制运动量。⑦需长期服用激素者,为避免交叉感染,应减少外出,暂不上学。

## 5. 孩子身上长了很多皮疹,要注意什么呢?

①保持皮肤清洁、干燥,避免用力擦拭,穿宽松、透气的棉质衣物;②为孩子剪短指甲,不要搔抓皮肤,避免抓破皮肤引起继发感染;③如果出现皮肤破溃的情况,及时告知医护人员。

## 6. 都说这病容易复发,出院了我该怎么做?

除了饮食、休息方面要注意,非常重要的一项是预防感染。主要是注意个人卫生及饮食卫生;注意开窗通风;家人有呼吸道感染时,减少接触,必要时在居室内用食醋加水1:1加热熏蒸;少去人多的场所,外出时注意带好口罩。