

关注呼吸道疾病

儿童支原体肺炎久咳不愈怎么办？ 别急，中医专家来支招

记者 刘威

反复发热、夜间干咳不断……近期，支原体肺炎成了热门话题，医院儿科也处于爆满状态。经过治疗，一些患儿发烧、头痛等症状消失，然而后期咳嗽连绵不休，一两个星期甚至一个月都未痊愈，家长们焦虑不已。对此，银川市中医医院儿科副主任闫亚飞表示，对于儿童支原体肺炎久咳不愈的，不妨试试中医治疗手段。

病例

孩子肺炎咳嗽多日 中西医协同诊治缩短病程

最近，在闫亚飞医生的门诊上，每天都有很多“咳咳咳”的小患者。“很多孩子都是咳嗽了半个月甚至更久。这些孩子是确诊了支原体肺炎后，经输液、吃药、雾化治疗，发热、流涕等症状好转，但是咳嗽就是不能除根，所以家长带孩子前来寻求中医治疗。”

9岁女孩小月（化名），咳嗽一周不见好转，还发起了高烧。到银川市中医医院儿科就诊后，经各项检查确诊孩子得了支原体肺炎，随后住院治疗。针对小月的病情，闫亚飞主任给予其抗感染治疗的同时联合中医药传统疗法——中药汤剂内服配合穴位贴敷及耳穴压豆等。经过几天治疗，小月的咳嗽明显减轻。

2岁半的明明（化名），也是因为支原体肺炎在银川市中医医院儿科住院，同一病室当天还住进来了另外两名小病友，也都是支原体肺炎患儿，并且三个患儿的病情严重程度相当。明明因为吃不下中药，仅仅给了抗感染治疗，其他两个患儿都是抗感染加口服中药汤剂联合治疗。治疗5天后另外两个小朋友痊愈出院，而明明的病情缓解并不明显。“明明妈妈着急了，主动要求让孩子喝中药汤剂，说自己想办法给小朋友喂进去。我查房时也详细教了明明妈妈如何让小朋友把中药喝进去，比如可在汤药中加点蜂蜜或白糖，少量多次喝等。这回明明终于把中药吃下去了，又经过3天的治疗，病情好转也出院了。”闫亚飞介绍。通过分析这些病例，闫亚飞在临床中发现，对于支原体肺炎咳嗽的孩子，中西医协同诊治往往可以缩短病程。



资料图片

1 体温稳定后咳嗽持续，不一定要输液

支原体肺炎以发热、咳嗽为主要临床表现，可伴有头痛、流涕、咽痛、耳痛等。发热以中高热为主，少部分人仅有低热甚至不发热，持续高热者预示病情较重。多数患儿咳嗽重，感染初期大多数是阵发性干咳，继而分泌痰液，偶有痰中带少量血丝，咳嗽会逐渐加剧。部分患儿有喘息表现，多见于婴幼儿患病。

临床上，很多支原体肺炎的孩子体温稳定后，

咳嗽仍连绵不休，这时有些家长会要求持续在门诊输液。对此，闫亚飞认为，“其实，咳嗽并不代表病情加重，要结合孩子整体状态，比如体征、影像学来判断孩子是好转还是加重。如果孩子只是白天偶尔咳嗽，精神良好，食欲正常，不影响睡眠、活动，可以先在家观察。如果咳嗽厉害，伴有痉挛性咳嗽、呕吐、影响睡眠和食欲等，可以到医院找医生重新评估，进行相应处理。”

2 咳嗽“缠绵不休”，试试中医疗法

那么，如何有效缓解支原体感染后“咳咳咳”？中医强调辨证论治，对于儿童支原体肺炎，治疗方式也是多样的。在支原体肺炎急性期，中西医协同诊治，退热快；在恢复期，合理选择中医药治疗手段有助于患儿肺组织及气道的修复。

“针对儿童支原体肺炎，目前我科开展的中医药治疗主要有中药汤剂内服、中药穴位贴敷、小儿推拿、耳穴压豆、拔罐、艾灸、放血疗法等。”闫亚飞介绍，比如在支原体肺炎急性期，多数患儿表现为舌质红，舌苔白腻或黄腻，中医认为是“肺气郁闭不宣”，治疗上以麻杏石甘汤加减为主，配合一些清热化痰的中药，使肺的宣降功能恢复，以缓解

咳嗽症状。对于恢复期久咳不愈的，若余邪未尽，辨证为“正虚邪恋证”，可选用竹叶石膏汤合沙参麦冬汤加减；若邪热已退，伤及气阴，可选用人参五味子汤加减。具体用药需要在专业医师的辨证指导下应用。

同时，中医外治法可作为儿童肺炎的辅助治疗：穴位贴敷可改善经络气血的运行，纠正脏腑阴阳平衡，从而达到扶正祛邪的作用，选择的穴位主要有膻中、天突、肺腧等；小儿推拿可改善儿童体质、提高机体免疫力，治疗肺炎常选用清补肺经、清补脾经、揉肺腧、捏脊等手法，可改善咳嗽、咳痰症状；耳穴压豆法可选穴肺区、内分泌、肾上腺、交感等穴位。

3 孩子咳嗽咳痰无力 需学习有效咳嗽

闫亚飞还告诉记者，很多孩子看似在咳嗽，但其实是咳嗽咳痰无力，无法达到清除痰液的效果。这时就需要进行有效咳嗽训练。家长可指导孩子坐着，双肩放松，深吸气3至4次，屏气3秒。然后身体前倾，紧缩腹部爆发性咳嗽2~3次，并重复这个动作。

此外，疾病稳定期让孩子进行适当的体育锻炼，刺激黏液纤毛运输增加，促进肺内黏痰移动，可以加快肺功能的恢复。

4 久咳不愈 试试这些食疗方

此外，针对孩子感染后咳嗽有痰或者干咳少痰的不同情况，闫亚飞主任还推荐了一些缓解咳嗽的食疗方，供大家参考。

干咳少痰

1. 川贝炖雪梨

做法：雪梨1个，川贝母5g，冰糖适量。先把梨洗净，去皮及核后切成小块，川贝母洗净和梨一起入锅中，放入冰糖后加适量的清水熬制1小时。该方可润肺清燥、止咳化痰。

2. 百合银耳粥

做法：鲜百合50克，银耳10克，大米100克。将百合洗净，银耳温水泡开，洗净切碎，与大米同煮为粥。可补肺养心，健脾生津。

3. 秋梨汤

做法：新鲜鸭梨2个，洗净切块，加水煮汤。可润肺止咳。

咳嗽痰多

1. 白萝卜粥

做法：白萝卜200g，半夏6g，茯苓、白术、陈皮各10g。白萝卜切小块，加入半夏、茯苓、陈皮、白术，水煎1小时，取汁1000ml，加粳米100g，熬粥，最后加入适量白糖，此方可健脾燥湿，止咳化痰。

2. 杏梨饮

做法：苦杏仁10克，大鸭梨1个，冰糖少许。将苦杏仁去皮尖，打碎；鸭梨去核，切块；加适量水同煮，待熟加入冰糖，代茶饮，可润肺止咳，清热化痰。