



本建议适用于在咨询医生后将孩子带回家的父母/照顾者。您的医生可能会根据孩子的病情建议不同的治疗方法。

什么是细支气管炎？

细支气管炎是指您的宝宝肺部最细小的气管发生肿胀。这可能会使宝宝呼吸更加困难。通常，细支气管炎是由称为呼吸道合胞病毒（称为RSV）的病毒引起的。几乎所有儿童到两岁时都会感染过RSV。这在冬季最常见，通常只会引起轻度的“感冒样”症状。大多数儿童都会自行恢复。某些婴儿（尤其是很小的婴儿）可能会出现呼吸困难或喂养困难，可能需要去医院就诊。引起婴儿细支气管炎的病毒还会在较年长的儿童和成年人中引起咳嗽和感冒，因此很难预防。

有什么症状？

- 细支气管炎一开始像感冒一样。您的宝宝可能会流鼻涕，有时会发烧和咳嗽。
- 几天后，宝宝的咳嗽可能会加重。宝宝的呼吸可能比正常的急促，并可能伴有杂音。孩子可能需要使出更大的劲才能呼吸。
- 有时，对很小的婴儿而言，细支气管炎可能会导致他们的呼吸短暂停顿。
- 由于呼吸变得更困难，您的宝宝可能无法通过母乳或奶瓶摄取正常量的奶。您可能会发现尿布上的排泄物比平时少。
- 宝宝在喂奶后可能会呕吐并变得烦躁。

我该如何帮助我的宝宝？

- 如果喂养困难，请尝试更频繁地母乳喂养，或在用奶瓶喂养时采用少量多顿的方法。
- 如果您的宝宝发烧了，可以为其服用扑热息痛（paracetamol，例如Calpol）。您必须仔细遵守扑热息痛随附的说明。如果不确定，请询问您的社区药剂师扑热息痛是否适合您的宝宝，以及应该服用什么剂量。
- 如果您的宝宝已经正在服用某些药物或使用吸入器，则应继续使用它们。如果您发现很难让宝宝服药，请向您的医生咨询。
- 细支气管炎是由病毒引起的，因此抗生素对其无效。
- 确保您的宝宝不会接触到烟草的烟雾。被动吸烟会严重损害您宝宝的健康。它会使诸如细支气管炎之类的呼吸问题恶化。

如果您想获得戒烟的帮助，可以从您当地的药剂师、全科医生（GP）诊所处获得信息/建议，或拨打苏格兰戒烟（Quit Your Way Scotland）热线：0800 84 84 84（周一至周五上午8点-晚上10点，及周六、周日上午9点-下午5点）。

细支气管炎会持续多长时间？

- 大多数患有细支气管炎的儿童在发病的前1-3天似乎会病情恶化，然后在接下来的两周内开始好转。咳嗽可能会持续几周。不需要使用抗生素。
- 您的孩子一旦恢复至足够健康（即能正常进食且没有呼吸困难），就可以立即回到幼儿园或托儿所。
- 如果您的孩子恢复良好，通常无需去看医生。但是，如果您担心孩子的病情好转，请与您的医生或健康家访员讨论。

我应在何时寻求帮助？

 <p>红灯</p>	<p>如果您的孩子有以下任何一项：</p> <ul style="list-style-type: none">• 嘴唇发紫；• 呼吸暂停、或呼吸不规律、或开始发出咕噜声；• 严重的呼吸困难 – 呼吸困难至无法进食；• 脸色苍白、皮肤有斑块、身体摸上去不同寻常的冰冷；• 变得极度烦躁、思绪不清或昏昏欲睡（难以醒来）；• 未满1个月大，且体温为摄氏38°C / 华氏100.4°F或更高。	<p>您需要紧急帮助。 前往最近的医院急诊科或拨打999</p>
 <p>黄灯</p>	<p>如果您的孩子有以下任何一项：</p> <ul style="list-style-type: none">• 呼吸费力/呼吸急促，或者他们需要非常努力才能呼吸 - 下肋骨下方、颈部或肋骨之间的肌肉缩进（凹陷）。• 看上去脱水（眼睛凹陷、昏昏欲睡或超过12小时未排尿）。• 变得昏昏欲睡（过度困倦）。• 年龄在1-3个月之间，体温为摄氏38°C / 华氏100°F或更高；或3-6个月大，体温为摄氏39°C / 华氏102.2°F或更高（但婴儿在接种疫苗后最多达2天内往往会发烧）。• 似乎情况变得更糟，或者您有所担心。	<p>您需要在今天联系医生或护士。 请给您的全科医生（GP）诊所打电话，或致电NHS 111 - 拨打111。</p>
 <p>绿灯</p>	<p>如果以上“红灯”或“黄灯”方框中的特征均不存在。</p>	<p>自我护理 继续在家中为您的孩子提供护理。如果您仍然担心孩子，请联系您的全科医生（GP）或致电NHS 111 – 拨打111。</p>