

春天的天氣變化很快，日夜溫差大、濕度變化隨著春雨季節更是居高不下，是過敏性呼吸道疾病發生的高峰期；加上春天的細菌、病毒也活躍，相關的皮膚過敏症狀、呼吸道感染、腸胃炎傳染也頻繁。

「過敏性鼻炎」是在春天最好發的嬰幼兒疾病；普遍來說可觀察到嬰幼童會明顯的鼻塞(張口呼吸)、流清澈鼻水、頻繁地打噴嚏、眼睛癢、鼻子癢、甚至會有清喉嚨的動作和喉嚨痛的感覺；伴隨而來的咳嗽會有早晚較劇烈的特色。過敏原的來源從戶外的花粉、草木的細小種子到室內的灰塵、塵蟎、寵物的皮毛分泌物、二手煙和黴菌等。發癢的鼻子會令幼童有抓搔鼻部的習慣，嚴重的會在鼻樑下端形成反覆抓搔的皮膚皺紋；此外，鼻塞會造成明顯的黑眼圈。「過敏性鼻炎」是會遺傳的體質，特別是更好發在有氣喘和皮膚濕疹的幼童身上，若是又接觸二手煙、寵物的皮屑分泌物和空氣污染的環境，症狀就越加難控制。「過敏性結膜炎」常伴隨著持續的鼻過敏，會有眼睛搔癢惡化、眼睛發紅、刺痛和淚眼汪汪。

「過敏性鼻炎」的控制能避免孩子併發鼻竇炎、中耳炎或學習不專心，同時避免氣喘症狀惡化。對「過敏性鼻炎」最好的預防是避免環境過敏原。藥物治療上可視臨床症狀運用解充血藥、抗組織胺和類固醇治療。

新一代的抗組織胺不嗜睡，搭配鼻部類固醇噴劑遵照醫囑使用，可於過敏季節和緩過敏症狀的發生；惟高劑量的鼻部類固醇噴劑仍需考慮對成長的干擾，須在醫師處方和追蹤下使用。針對特定季節性過敏的孩子，通常建議在症狀開始之初就治療，可遏止症狀持續發生並加重。對於常年鼻過敏的孩童，除了藥物之外，可考慮一日 1-3 次使用生理食鹽水進行鼻部灌洗(洗鼻子)來和緩鼻分泌物產生。若藥物控制仍不理想，可請醫師安排過敏原的檢測。氣喘是呼吸道長期過敏性的發炎反應，可造成幼童呼吸困難；越小的孩子要診斷氣喘要越謹慎，因為支氣管炎或

肺炎亦可能有相似的症狀。高達 80%的氣喘幼童在 5 歲前就有症狀，家長必須和醫師配合，觀察相關症狀，正確診斷早期預防。

除了過敏性呼吸道症狀外，大多數的家長容易忽略異位性皮膚炎常是嬰幼兒過敏體質的早期症狀；幼兒皮膚搔癢集中在臉上，尤其眼睛及口鼻四周和雙頰常見搔癢紅斑和抓痕；學齡兒童的好發部位改變，常在肘窩、膝窩及手部；異位性皮膚炎的抓搔癢感也有早晚較頻繁的特色，甚至會惡化孩童睡眠品質。異位性皮膚炎的過敏原常來自於食物和環境接觸，日常保健宜避免清潔劑或肥皂等刺激物殘留在身上，衣著寬鬆透氣，患部可擦乳液或凡士林來保濕，嚴重部位可塗類固醇軟膏。所幸大多數患童隨著年紀增長症會減緩，到青春期 75%自然會痊癒，父母不用太過擔心。

#### 呼吸道疾病

俗稱感冒的急性鼻咽炎或咽喉炎最常見。引起感冒的病毒超過 200 種，所以可能反覆出現類似症狀；其中以鼻病毒居首位，其它像副流行性感冒病毒、冠狀病毒、呼吸道融合病毒等。症狀包括有發燒、頭疼、流鼻水、咳嗽和食慾不振，年紀越小症狀變化可能越快，特別需要配合小兒科醫師治療用藥，病程大約 1 週。

其中，「哮喘症」是最戲劇化的上呼吸道感染，典型的症狀有聲音沙啞、咳嗽聲如犬吠、吸氣喘鳴，甚至可能呼吸困難。致病原以副流行性感冒病毒、呼吸道融合病毒與腺病毒為主。由於病毒感染造成咽喉聲帶水腫，才會有上述典型症狀。小兒哮喘症常於傍晚和夜間症狀加劇，喘鳴併呼吸急促造成幼童和家長的焦慮，如果合併高燒則細菌性會厭炎的機會大增，呼吸急促到呼吸窘迫進展極速，必須立即就醫。

另外，「手足口病」、「咽峽炎」由腸病毒所引起，傳染力很強。台灣地區每年 4 月進入腸病毒的好發期。口腔水泡病灶初期發生在咽峽，出現紅斑、水泡再破皮潰瘍，嬰幼兒往往因吞嚥疼痛哭鬧，流口水拒食，合併體溫升高。臨床上 3 歲以下的幼兒須同時配合觀察有無嗜睡、意識

不清、嘔吐、活力不佳、手腳無力及有無類似受到驚嚇的突發性全身肌肉收縮動作（稱肌躍型抽搐）。上述一般神經併發症是在發疹二至四天後出現。應配合小兒科醫師診治。

### 腸胃系統疾病

根據統計，全球每年有 88 萬名兒童因感染輪狀病毒死亡，而且輪狀病毒與其他腸道傳染病不同，它不會因為經濟及衛生條件改善而絕跡，所以即使在歐美先進國家，它仍是兒童最常見的腸胃炎病原。

輪狀病毒腸胃炎的典型症狀包括嘔吐、發燒和腹瀉。由於身體的水分消耗，所以急性期容易脫水。死亡病例大多數都是脫水、代謝性酸中毒和休克導致，因此，補充電解質水溶液最重要。同時輪狀病毒破壞腸黏膜，可能導致乳糖吸收不良，所以應暫停食用乳製品。台灣地區，每年秋末到初春是盛行季節，要避免感染應勤洗手或幼兒口服輪狀病毒疫苗來預防。

### 皮膚疾病

除了皮膚過敏外，「水痘」是春季好發的疾病，可藉咳嗽飛沫及接觸傳染；而且潛伏期長達 3 週，所以有時可能被傳染了還不自知。一般在發疹的前 2 天已經有散布病毒的可能性。

幼稚園年齡的孩童發生水痘，通常只是皮膚出疹，輕微發燒，大約 2 週就痊癒，反而在成人或嬰兒發生水痘可能併發肺炎、腦炎、腦膜炎。目前衛生署已經提供幼兒滿 1 週歲後打水痘疫苗，其免疫期長達 10 年以上。萬一孩童罹患水痘，應留在家中隔離，直到所有皮疹都結痂乾燥才沒有傳染性。