

| 疾病名称 | 症状表现 |
|-----------------------|---|
| 风寒感冒 | 流清鼻涕、鼻塞、打喷嚏、咳嗽，低热（一般不超 38℃），怕冷明显，喜欢蜷缩，舌苔薄白 |
| 风热感冒 | 以发热为主（体温可达 38.5℃以上），咽喉肿痛、流黄鼻涕、口渴、舌尖边红、苔薄黄或微黄，烦躁不安，喜欢喝水，可能轻微出汗 |
| 暑湿感冒 | 除一般感冒症状外，伴有头晕、胸闷、恶心、腹泻等胃肠道症状，身体沉重、食欲不振、舌苔厚腻 |
| 病毒性感冒 | 高热（体温可达 39℃以上）、头痛、肌肉疼痛、乏力等全身症状，部分出现呕吐、腹泻等胃肠道症状 |
| 发热（低热： 37.5℃ – 38℃； 中 | 体温升高，可伴有感染性症状（如感冒、流感等症状）、疫苗接种后反应、中暑等对应症状 |
| 急性咳嗽（持续 3 周以内） | 多见于普通感冒、急性支气管炎等，可为干咳（无痰或痰量少）或湿咳（伴有较多痰液） |

| | |
|-------------------|---|
| 亚急性咳嗽（持续 3 - 8 周） | 最常见为感染后咳嗽，症状同急性咳嗽 |
| 慢性咳嗽（持续 8 周以上） | 常见于咳嗽变异性哮喘、上气道咳嗽综合征等，症状同急性咳嗽 |
| 腹泻（急性腹泻<2 周；慢性腹泻） | 胃肠道症状：大便次数增多 (>3 次 / 天)，性状改变（稀水便等），腹痛等；全身症状：发热、乏力等；脱水表现：尿量减少等；轻型：每日大便 10 次以内，有奶瓣等；重型：每日大便 10 次以上，伴有呕吐等，出现脱水及由解质紊乱 |

| 治疗方法 | 预防措施 | 家庭护理 |
|--|--|---|
| 一般护理：保持室内空气流通，温度恒定，湿度适宜，充分休息，提供软质及流质食物；药物治疗：选用荆防颗粒、风寒感冒颗粒等辛温解表药物；退热治疗：体温不超38.5℃采用物理降温，超38.5℃选用小儿柴桂退热口服液等退热药；局部治疗：用复方硼酸溶液或淡盐水漱口（有喉炎等症状） | 增强体质：加强体育锻炼，保证充足睡眠和均衡饮食，补充维生素C和锌；生活习惯：注意气候变化增减衣物，保持室内通风，养成良好卫生习惯，避免去人员密集场所；疫苗接种：接种流感疫苗、肺炎疫苗 | 观察病情 温、精神 欲和呼吸 调理：提 消化食物 喝水，避 食物。 ✓ |
| 一般护理同风寒感冒；药物治疗：使用银翘解毒片、双黄连口服液等清热解毒药物；退热及局部治疗同风寒感冒 | 增强体质：加强体育锻炼，保证充足睡眠和均衡饮食，补充维生素C和锌；生活习惯：注意气候变化增减衣物，保持室内通风，养成良好卫生习惯，避免去人员密集场所；疫苗接种：接种流感疫苗、肺炎疫苗 | 观察病情 温、精神 欲和呼吸 调理：提 消化食物 喝水，避 食物。 ✓ |
| 一般护理同风寒感冒；药物治疗：适用藿香正气水、十滴水等解暑祛湿；退热及局部治疗同风寒感冒 | 增强体质：加强体育锻炼，保证充足睡眠和均衡饮食，补充维生素C和锌；生活习惯：注意气候变化增减衣物，保持室内通风，养成良好卫生习惯，避免去人员密集场所；疫苗接种：接种流感疫苗、肺炎疫苗 | 观察病情 温、精神 欲和呼吸 调理：提 消化食物 喝水，避 食物。 ✓ |
| 一般护理同风寒感冒；药物治疗：可考虑使用利巴韦林颗粒、阿昔洛韦颗粒等抗病毒药物；退热及局部治疗同风寒感冒 | 增强体质：加强体育锻炼，保证充足睡眠和均衡饮食，补充维生素C和锌；生活习惯：注意气候变化增减衣物，保持室内通风，养成良好卫生习惯，避免去人员密集场所；疫苗接种：接种流感疫苗、肺炎疫苗 | 观察病情 温、精神 欲和呼吸 调理：提 消化食物 喝水，避 食物。 ✓ |
| 判断是否用药：≥2个月儿童，腋温≥38.2℃或有明显不适可考虑用药；常用退烧药：对乙酰氨基酚（2个月及以上）、布洛芬（6个月及以上）；物理降温：减少衣物，温水擦拭，多喝水，保持通风；使用注意：按说明或医嘱用药，避免多种退烧药同用 | 增强免疫力：保证睡眠、均衡饮食、适当运动；预防感染：养成卫生习惯，避免接触感染源，保持环境清洁，接种疫苗；其他：注意气候变化，避免高温环境，减少流感季去人员密集场所 | 观察病情 温、精神 欲和呼吸 调理：提 消化食物 喝水，避 食物。 ✓ |
| 一般治疗：保持空气湿润，鼓励喝水，拍背排痰，避免刺激；药物治疗：镇咳药（如右美沙芬，不推荐婴幼儿）、祛痰药、抗过敏药、抗感染药物；雾化治疗：适用于咳嗽变异性哮喘等；中药治疗：根据情况选用中成药 | 增强体质：加强锻炼，保证睡眠和饮食，补充营养；生活习惯：保持空气清新，避免刺激性气体，养成卫生习惯；环境控制：保持适宜温湿度，清洁环境，减少户外活动（花粉季等）；预防呼吸道感染：接种疫苗，避免去人员密集场所，做好防护 | 观察病 情 嗽性质、 环境调整 气湿润、 少刺激； 理：提 物，鼓 免刺激性 物。 ✓ |

| | | |
|---|---|---|
| 一般治疗：保持空气湿润，鼓励喝水，拍背排痰，避免刺激；药物治疗：镇咳药（如右美沙芬，不推荐婴幼儿）、祛痰药、抗过敏药、抗感染药物；雾化治疗：适用于咳嗽变异性哮喘等；中药治疗：根据情况选用中成药 | 增强体质：加强锻炼，保证睡眠和饮食，补充营养；生活习惯：保持空气清新，避免刺激性气体，养成卫生习惯；环境控制：保持适宜温湿度，清洁环境，减少户外活动（花粉季等）；预防呼吸道感染：接种疫苗，避免去人员密集场所，做好防护 | 观察病情 嗽性质、 环境调整 气湿润、 少刺激； 理：提 物，鼓 励免刺 激性 自与运动 |
| 一般治疗：保持空气湿润，鼓励喝水，拍背排痰，避免刺激；药物治疗：镇咳药（如右美沙芬，不推荐婴幼儿）、祛痰药、抗过敏药、抗感染药物；雾化治疗：适用于咳嗽变异性哮喘等；中药治疗：根据情况选用中成药 | 增强体质：加强锻炼，保证睡眠和饮食，补充营养；生活习惯：保持空气清新，避免刺激性气体，养成卫生习惯；环境控制：保持适宜温湿度，清洁环境，减少户外活动（花粉季等）；预防呼吸道感染：接种疫苗，避免去人员密集场所，做好防护 | 观察病情 嗽性质、 环境调整 气湿润、 少刺激； 理：提 物，鼓 励免刺 激性 |
| 液体治疗：口服补液盐（轻中度脱水首选），静脉补液（中重度脱水等）；饮食调整：继续母乳喂养，避免高糖高脂肪食物，6个月以上可添加特定食物；药物治疗：抗生素（细菌感染）、抗寄生虫制剂、益生菌、蒙脱石散等；止泻药注意：禁用部分止泻药，一般不主张用止泻药 | 个人卫生：勤洗手，正确洗手，避免病从口入；饮食卫生：食物煮熟，生熟分开，清洁餐具等；环境卫生：清洁环境，消毒用品，保持空气流通；疫苗接种：接种轮状病毒疫苗等；其他：科学添加辅食，避免油腻生冷食物，减少去人员密集场所，避免接触过敏原 | 观察病情 泻次数等 随症状； 充：喂服 盐，避 料；饮 续喂养， 食。臀部 |

| 理建议 | 就医指征 |
|---|---|
| : 观察体状态、食等；饮食供清淡易，鼓励多免刺激性 <u>大息与活</u> | 持续高热、呼吸急促、耳痛等并发症迹象 |
| : 观察体质调理：易消化食喝水；休 : 保证充保持适宜 | 3 个月以下婴儿体温超 38℃；持续超 39℃或反复超 3 天；精神萎靡等异常表现；伴有严重呕吐等症状；有热性惊厥史且体温上升迅速 |
| : 观察咳频率等； : 保持空清新，减 饮食调共清淡食 喝水，避 食物；休 | 咳嗽持续超 2 周或加重；出现呼吸急促等 症状；伴有高热等全身症状；咳出特殊颜色痰液；有基础疾病且症状加重 |

| | |
|--|--|
| <p>: 观察咳 频率等； : 保持空 清新，减 饮食调 清淡食 喝水，避 食物；休 保正态</p> | <p>咳嗽持续超 2 周或加重；出现呼吸急促等 症状；伴有高热等全身症状；咳出特殊颜 色痰液；有基础疾病且症状加重</p> |
| <p>: 观察咳 频率等； : 保持空 清新，减 饮食调 清淡食 喝水，避 食物；休</p> | <p>咳嗽持续超 2 周或加重；出现呼吸急促等 症状；伴有高热等全身症状；咳出特殊颜 色痰液；有基础疾病且症状加重</p> |
| <p>: 记录腹 , 观察伴 液体补 口服补液 包含糖饮 调理：继 调整饮 护理. 温</p> | <p>腹泻超 3 天无好转；呕吐频繁无法进食； 出现脱水症状；大便带血或脓液；伴有高 热或抽搐；有严重疾病史出现腹泻</p> |