

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，出现脱水及电解质紊乱

治疗方法	预防措施	家庭护
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； 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； 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； 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； 物
判断是否用药： ≥ 2 个月儿童，腋温 $\geq 38.2^{\circ}\text{C}$ 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 欲等；饮 提供清淡 物，鼓励 息与活动 分休息， 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：提倡 物，鼓励 免刺激性 物

<p>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</p>	<p>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</p>	<p>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 自与活动</p>
<p>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</p>	<p>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</p>	<p>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</p>
<p>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</p>	<p>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</p>	<p>观察病情 泻次数等 随症状； 充：喂服 盐，避 料；饮食 续喂养， 食：臀部</p>

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 休息与活	持续高热、呼吸急促、耳痛等并发症迹象
：观察体 状态、食 等；饮食 供清淡易 ，鼓励多 免刺激性 休息与活	持续高热、呼吸急促、耳痛等并发症迹象
：观察体 状态、食 等；饮食 供清淡易 ，鼓励多 免刺激性 休息与活	持续高热、呼吸急促、耳痛等并发症迹象
：观察体 状态、食 等；饮食 供清淡易 ，鼓励多 免刺激性 休息与活	持续高热、呼吸急促、耳痛等并发症迹象
：观察体 状态、食 食调理： 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 供清淡食 喝水，避 食物；休 保持适宜	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

: 观察咳嗽频率等; : 保持空气清新, 减少饮食调 共清淡食 喝水, 避 食物; 休 一保证空	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
: 观察咳嗽频率等; : 保持空气清新, 减少饮食调 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
: 记录腹 , 观察伴 液体补 口服补液 含糖饮 调理: 继 调整饮 护理: 温	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