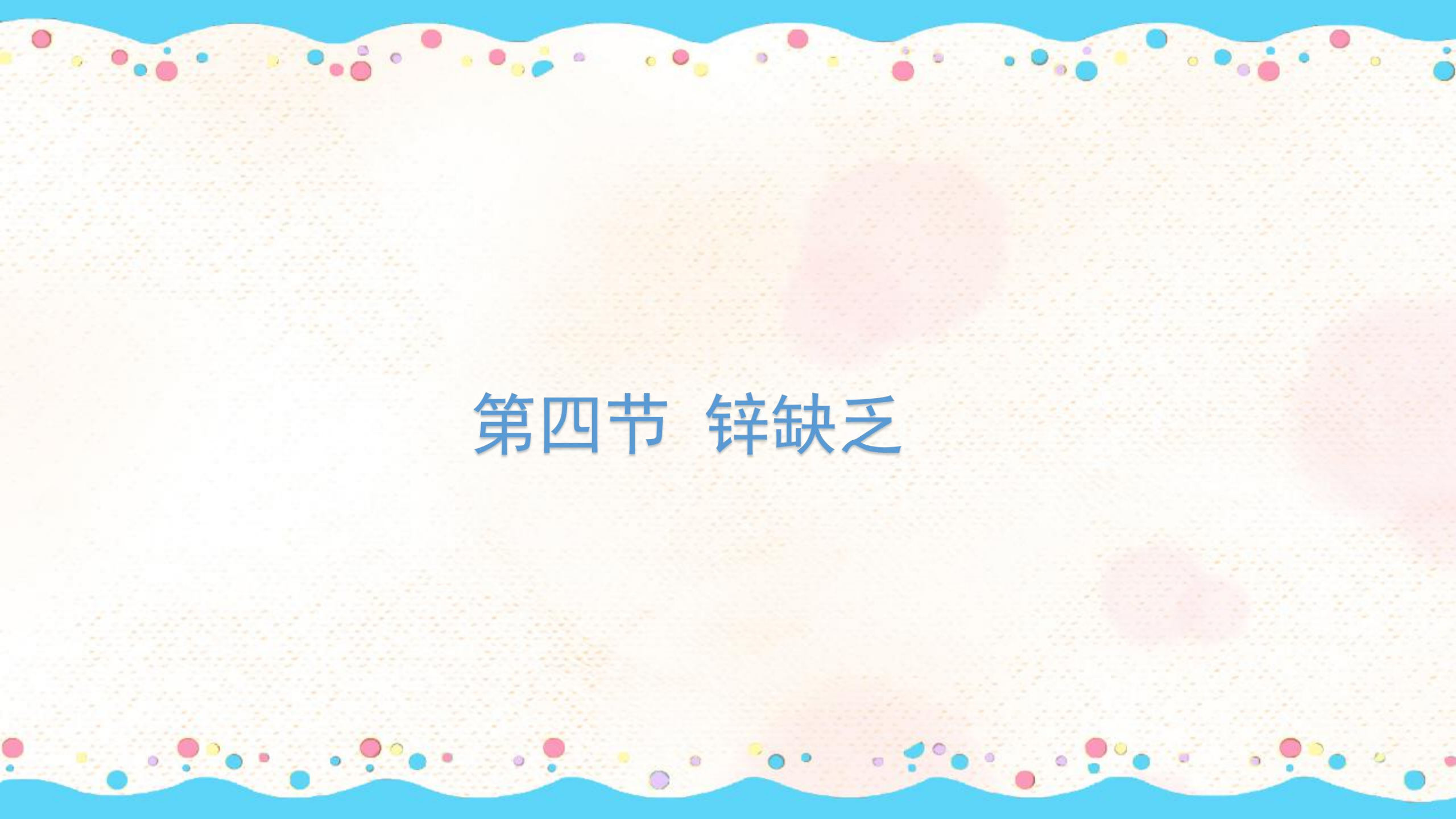




P E D I A T R I C N U R S I N G

# 儿 科 护 理 学

## 第五章 常见营养 障碍患儿的护理



## 第四节 锌缺乏



## 第四节 锌缺乏

### 定义

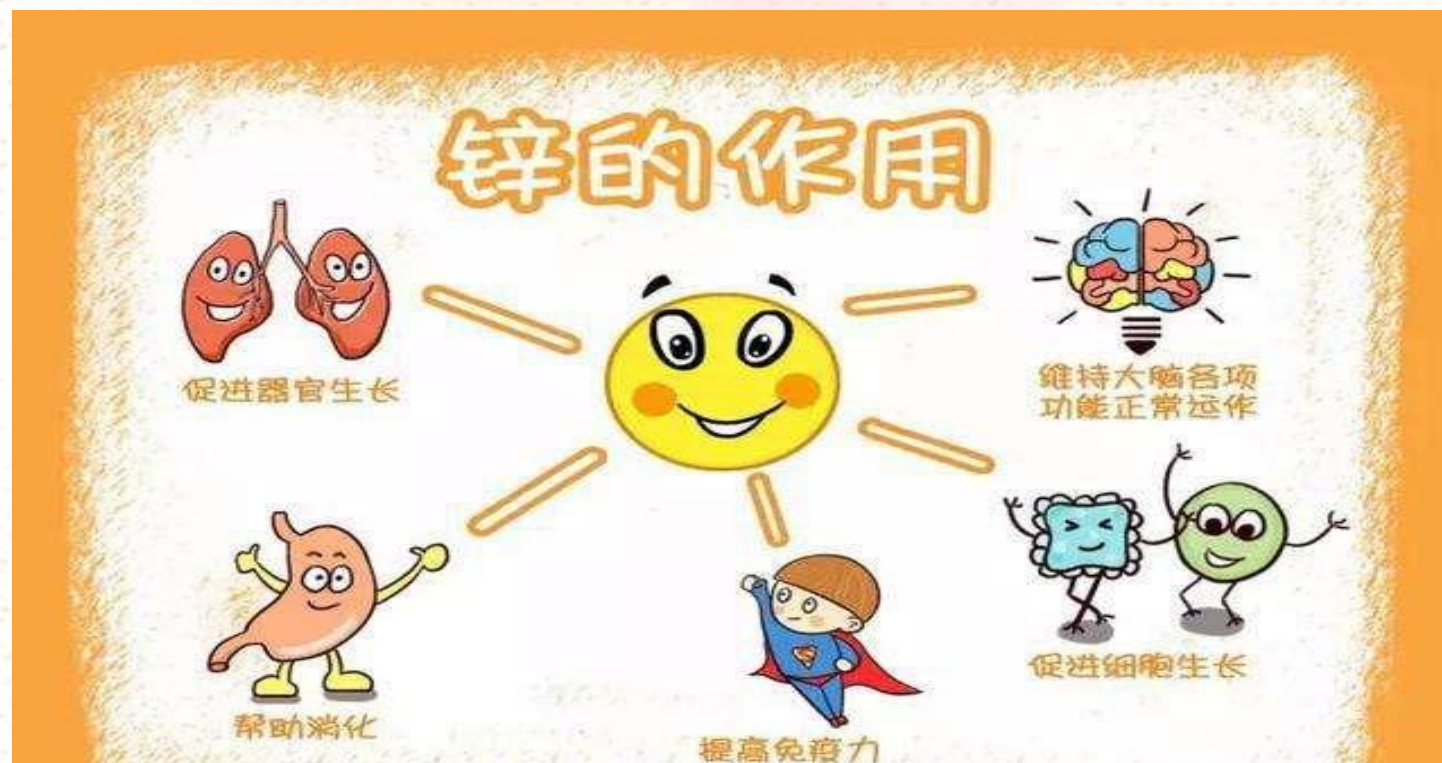
指体内因长期缺乏微量元素锌引起食欲减退、生长发育迟缓等症状的一种营养障碍疾病



## 第四节 锌缺乏

### 锌的作用

- 锌被称为“生命之花”、“智力之源”





## 第四节 锌缺乏

### 病因

- 摄入不足
- 吸收障碍
- 需要量增加
- 丢失过多



## 第四节 锌缺乏

### 临床表现

- 免疫力低下，反复感染
- 生长发育落后
- 智力发育不良
- 食欲减退



## 第四节 锌缺乏

### 临床表现

- 其他问题：异食癖、视力下降、地图舌、口腔溃疡、头发枯黄等



视力下降



舌头出现红白  
相间不规则形状



指甲长白斑



## 第四节 锌缺乏

### 治疗要点

- 治疗原发疾病
- 补充锌剂：口服葡萄糖酸锌，每日3.5-7mg/kg，连服2-3个月



## 第四节 锌缺乏

### 治疗要点

- 治疗原发疾病
- 补锌：
  - ① 食补：含锌丰富的食物
  - ② 锌制剂：口服葡萄糖酸锌，每日3.5-7mg/kg，连服2-3个月



## 第四节 锌缺乏

### 补充锌剂注意事项

- 切勿盲目补锌
- 钙锌不能同补



## 第四节 锌缺乏

### 锌缺乏的护理

#### 1. 改善营养

- 营养全面、美味可口
- 补充富含锌的食物

动物性食物：肝、贝壳类、鱼、禽肉；

植物性食物：坚果类



## 第四节 锌缺乏

### 锌缺乏的护理

#### 2. 避免感染

- 注意口腔护理
- 避免交叉感染



## 第四节 锌缺乏

### 预防

- 防止孕妇、乳母缺锌
- 鼓励母乳喂养
- 合理引入换乳期食物
- 培养儿童良好饮食习惯

锌摄入的日推荐量

| 年龄     | 每日需求量<br>(mg) |
|--------|---------------|
| 0—6月龄  | 3             |
| 6-12月龄 | 5             |
| 1-10岁  | 10            |
| 10岁以上  | 15            |
| 孕妇、乳母  | 20            |



谢谢观看