

方
凤

国家卫生计生委宣教中心“新家庭-婴幼儿早期发展家庭养育指导项目”儿科首席专家
中国保健协会母婴家庭保健委员会专家

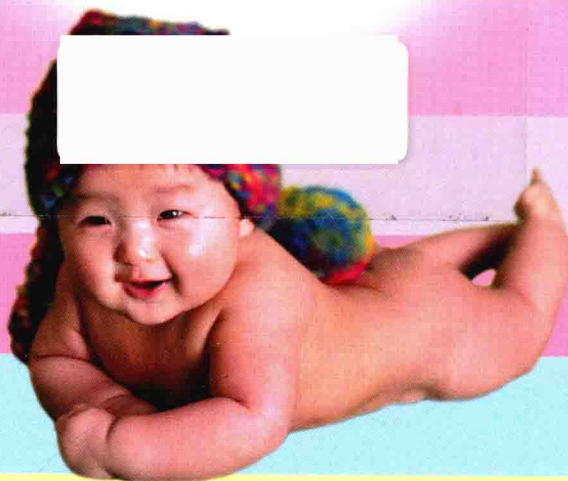
方凤育儿经

——宝宝的贴身保健医

Fangfeng yuerjing

· 婴儿卷 ·

主 编◎方 凤



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

婴儿卷

方凤育儿经

FANGFENG YUER JING

—宝宝的贴身保健医

主 编 方 凤



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北 京

图书在版编目(CIP)数据

方风育儿经, 婴儿卷/方风主编. —北京: 人民军医出版社, 2015. 10
ISBN 978-7-5091-8663-3

I. ①方… II. ①方… III. ①婴幼儿—哺育 IV. ①TS976.31

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 207147 号

策划编辑:高玉婷 文字编辑:侯永微 责任审读:郁 静

出版发行:人民军医出版社 经销:新华书店

通信地址:北京市 100036 信箱 188 分箱 邮编:100036

质量反馈电话:(010)51927290;(010)51927283

邮购电话:(010)51927252

策划编辑电话:(010)51927300—8020

网址:www.pmmp.com.cn

印、装:三河市春园印刷有限公司

开本:710mm×1010mm 1/16

印张:17.75 彩页 10 面 字数:351 千字

版、印次:2015 年 10 月第 1 版第 1 次印刷

印数:0001—4500

定价:39.00 元

版权所有 侵权必究

购买本社图书,凡有缺、倒、脱页者,本社负责调换

内容提要



本书按照新生儿、1—3个月、4—6个月、7—9个月和10—12个月5个年龄段,将科学养育理论转化成养育过程中具体操作和实施的养育内容,一步一步教家长怎么做:①助家长观察和分析宝宝的体重、身高、牙齿等生长发育指标,担任宝宝体格发育保健医生;②助家长知晓宝宝的营养需求和提供宝宝年龄相匹配的喂养和饮食,以及把握培养饮食好行为的意识等,担任宝宝营养保健医生;③助家长在生活养育中给予宝宝与年龄相匹配各器官系统的养护,担任宝宝生活保健医生;④助家长学习和知晓宝宝各器官系统的发育特点,在养育中把握好与年龄相匹配的医学预防和疾病护理内容,担任宝宝健康保健医生;⑤助家长运用宝宝早期发展的知识和技能特点,实施与年龄相匹配的早期心理行为发展促进内容,以及早修正不当养育方法等,担任宝宝的促进心理行为发展保健医生。家长在做好宝宝的贴身保健医生过程中,不仅促进宝宝的智能发育和心理行为同步发展,而且也修炼了家长的整体能力,因此,家长与宝宝共同成长!本育儿书适合婴儿家长养育多参阅。另外在迎接宝宝诞生前,家长及早阅读本育儿书,那就能把握更多的育儿敏感期!



前言

当家里增添了小宝宝后,家长就会考虑怎样带养好宝宝,翻阅各种育儿书刊,网上查找各种育儿资料,汇聚成自己的养育计划,希望用在养育自家宝宝的身上。可是,当面对着宝宝,家长可能会感觉满脑子的育儿知识,到实际带养宝宝时就不够用了,也不知道怎么用。婴幼儿养育过程主要是在家里,家庭是宝宝最基本、最重要的生存与发展的环境,家长仅仅自然养育不能满足宝宝整体发展的需要,家长要当宝宝的首任保健医生!方医生特别希望帮助家长及早有当宝宝全方位的保健医生的意识,放任或随意养育均不符合科学养育的要求,并且会错失宝宝早期发展促进的最佳时期。现在,方医生来到家长身边,陪您一起带养宝宝,帮助家长当好宝宝的体格发育保健医生、营养保健医生、生活保健医生、健康保健医生和心理行为发展保健医生!

1. 方医生助家长当宝宝体格发育保健医生 给家长当宝宝的保健医生的职责是:家长要了解必要的婴儿生长发育的医学知识,才能够判断宝宝不同月龄时的体重、身高、头围、牙齿等重要的体格发育指标。

2. 方医生助家长当宝宝营养保健医生 给家长当宝宝的营养保健医生的职责是:家长要了解必要的婴儿生长发育相关的营养方面的医学知识,能够在宝宝的不同月龄时给予合理的喂养和饮食,并能够利用饮食养育,促进宝宝的味觉发展、吞咽协调运动和自我服务能力培养等。

3. 方医生助家长当宝宝生活保健医生 给家长当宝宝的生活保健医生的职责是:家长要了解必要的婴儿生长发育相关的营养方面的医学知识,能够在生活养育中护理好婴儿的各种与健康相关的状况,如皮肤养护、各器官养护、不同季节的养护和睡眠养护等。

4. 方医生助家长当宝宝健康保健医生 给家长当宝宝的健康保健医生的职责是:家长要了解婴儿常见的特殊疾病和容易患的疾病特征方面的医学知识,能够在养育中做好护理和预防,避免和减少宝宝各种疾病的发生。

5. 方医生助家长当宝宝心理行为发展保健医生 给家长当宝宝的心理行为发展保健医生的职责是:家长要了解早期教育和早期发展的概念,就是根据0—6岁小儿的生理、心理及其智能发展特点,有意识、有目的地对小儿施加影响,使小儿在获取必要知识和生活技能的同时,体能、智能及其心理得到健全发展。家长能够针对宝宝生长发育快速阶段的身心特点,提供适宜的环境、丰富的良性刺激,充分发挥小儿的潜能,使小儿身心全面

发展。

本书与通常的科学育儿书最大的区别就是细化到不同年龄的宝宝,将科学养育理论转化成养育过程中具体操作和实施的养育内容,一步一步教家长怎么做,引导和提升家长的科学养育水平:①使家长学习和掌握宝宝的生长发育特点,了解自己孩子的成长特点;②使家长能够运用宝宝早期发展的知识和技能进行早期发展促进,并及时修正不当养育方法;③使家长能够在养育中实施与宝宝年龄相匹配的养育内容,在充分保障宝宝体格和各器官功能完善的基础上,促进宝宝的智能发育和心理行为同步发展,让家长成为带养宝宝的全方位保健医生,同时家长在带养宝宝过程中也修炼了自己,因此家长与宝宝共同成长!

方 风

2015年7月

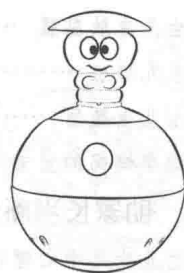


目 录

第一篇 0—1 个月的婴儿(新生儿期)

第 1 章 助家长当新生儿体格发育保健医生 4

- 一、新生儿宝宝体格发育 4
- 二、糖尿病妈妈的宝宝 8
- 三、甲状腺功能亢进妈妈的宝宝 9
- 四、甲状腺功能低下妈妈的宝宝 10
- 五、系统性红斑狼疮妈妈的宝宝 10
- 六、乙型肝炎携带者妈妈的宝宝 11
- 七、辅助生殖技术的宝宝 13

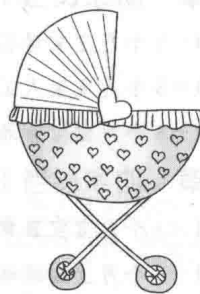


第 2 章 助家长当新生儿营养保健医生 14

- 一、新生儿母乳喂养 14
- 二、新生儿人工喂养 18
- 三、合理应用奶瓶清洗与消毒工具 20
- 四、早产儿 22
- 五、巨大儿 23
- 六、父母有过敏的宝宝 24
- 七、糖尿病妈妈的宝宝 25
- 八、甲状腺疾病妈妈的宝宝 26
- 九、系统性红斑狼疮妈妈的宝宝 26
- 十、乙型肝炎病毒携带妈妈的宝宝 27

第 3 章 助家长当新生儿生活保健医生 28

- 一、新生儿体温养护 28
- 二、新生儿头部养护 29
- 三、新生儿眼睛养护 30
- 四、新生儿心肺养护 30
- 五、新生儿胃肠道养护 31





六、新生儿肾脏养护	33
七、新生儿皮肤养护	34
八、新生儿大脑功能养护	36
九、新生儿免疫力养护	38
第4章 助家长当新生儿健康保健医生	40
一、围产期宝宝	40
二、判断新生儿疫苗接种	43
三、新生儿特殊状态观察	45
四、新生儿黄疸状态观察	46
五、新生儿眼睛	49
六、新生儿皮肤黏膜	50
七、新生儿肺脏	52
八、新生儿生殖器	53
九、疾病孕妈妈的宝宝	55
第5章 助家长当新生儿心理行为发展保健医生 ...	57
一、新生儿生活中心理行为发展	57
二、实施新生儿触觉刺激	57



第二篇 1—3 个月的婴儿

第6章 助家长当1—3个月宝宝体格发育保健

医生

一、1个月宝宝体格指标判断	61
二、2个月宝宝体格指标判断	63
三、3个月宝宝体格指标判断	64

第7章 助家长当1—3个月宝宝营养保健医生 ...

一、1—3个月宝宝母乳喂养	67
二、1—3个月宝宝人工喂养	70
三、1—3个月宝宝营养素添加	71

第8章 助家长当1—3个月宝宝生活保健医生 ...

一、1—3个月宝宝日常养护	74
二、1—3个月宝宝睡眠养护	79
三、1—3个月宝宝器官系统养护	81

第9章 助家长当1—3个月宝宝的健康保健医生 ...

一、1—3个月宝宝疫苗管理	84
---------------------	----





二、1—3个月宝宝五官管理	90
三、1—3个月宝宝呼吸器官管理	91
四、1—3个月宝宝消化器官管理	92
五、1—3个月宝宝皮肤管理	95
六、1—3个月宝宝疾病管理	97

第10章 助家长当1—3个月宝宝行为发展

的保健医生

一、1—3个月宝宝生活中心理行为发展	101
二、1—3个月宝宝游戏中的心理行为发展	102
三、1—3个月宝宝的运动心理行为发展	106

第三篇 4—6个月的婴儿

第11章 助家长当4—6个月宝宝体格发育

保健医生

一、4个月宝宝体格指标判断	111
二、5个月宝宝体格指标判断	113
三、6个月宝宝体格指标判断	114

第12章 助家长当4—6个月宝宝营养保健医生 ...

一、4—6个月宝宝喂养营养	117
二、4—6个月宝宝饮食	120

第13章 助家长当4—6个月宝宝生活

保健医生

一、4—6个月宝宝睡眠养护	126
二、4—6个月宝宝日常养护	129

第14章 助家长当4—6个月宝宝健康

保健医生

一、4—6个月宝宝疫苗管理	132
二、4—6个月宝宝皮肤管理	133
三、4—6个月宝宝五官管理	136
四、4—6个月宝宝血红蛋白管理	138
五、4—6个月宝宝其他系统管理	143

第15章 助家长当4—6个月宝宝心理行为

发展保健医生

一、判断4—6个月宝宝发展能力	147
-----------------------	-----





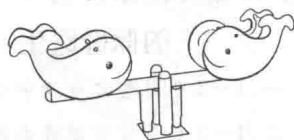
二、4—6个月宝宝养育中心理行为发展	148
三、4—6个月宝宝游戏中促进心理行为发展	150

第四篇 7—9个月的婴儿

第16章 助家长当7—9个月宝宝体格发育

保健医生	155
------------	-----

一、7个月宝宝体格指标判断	155
二、8个月宝宝体格指标判断	157
三、9个月宝宝体格指标判断	159



第17章 助家长当7—9个月宝宝营养保健医生 ...

一、7—9个月宝宝喂养	162
二、7—9个月宝宝饮食	165

第18章 助家长当7—9个月宝宝生活保健医生 ...

一、7—9个月宝宝睡眠养护	170
二、7—9个月宝宝牙齿养护	174
三、7—9个月宝宝日常养护	176

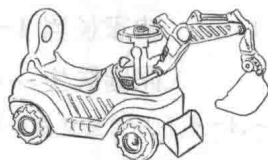
第19章 助家长当7—9个月宝宝健康保健医生 ...

一、7—9个月宝宝疫苗管理	179
二、7—9个月宝宝皮肤管理	184
三、7—9个月宝宝眼耳管理	186
四、7—9个月宝宝发热管理	187
五、7—9个月宝宝呼吸道管理	193
六、7—9个月宝宝其他系统管理	200

第20章 助家长当7—9个月宝宝心理行为

发展保健医生	204
--------------	-----

一、判断7—9个月宝宝发展能力	204
二、7—9个月宝宝养育中促进心理行为发展	205
三、7—9个月宝宝游戏中促进心理行为发展	208



第五篇 10—12个月的婴儿

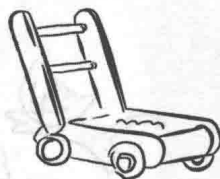
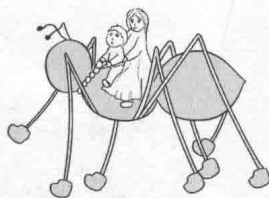
第21章 助家长当10—12个月宝宝体格发育

保健医生	213
------------	-----

一、10个月宝宝体格指标判断	213
二、11个月宝宝体格指标判断	215



三、12个月宝宝体格指标判断	216
第22章 助家长当10—12个月宝宝营养保健医生	219
一、10—12个月宝宝喂养	219
二、10—12个月宝宝饮食	221
第23章 助家长当10—12个月宝宝生活保健医生	222
一、10—12个月宝宝睡眠养护	222
二、10—12个月宝宝其他养护	225
第24章 助家长当10—12个月宝宝健康保健医生	227
一、10—12个月宝宝佝偻病防治	227
二、10—12个月宝宝疫苗管理	231
三、10—12个月宝宝呼吸道管理	233
四、10—12个月宝宝皮肤管理	239
五、10—12个月宝宝其他器官管理	242
第25章 助家长当10—12个月宝宝心理行为发展保健医生	247
一、判断10—12个月宝宝发展能力	247
二、10—12个月宝宝生活中促进心理行为发展	248
三、10—12个月宝宝游戏中促进心理行为发展	251
参考文献	256
附录A	259
一、营养素与免疫力	259
二、静脉免疫球蛋白	262
三、免疫接种	264
四、家庭药箱	267
五、家庭推拿	268
后记	271



本篇目录

第1章 助家长当新生儿体格发育保健

医生..... 4

一、新生儿宝宝体格发育..... 4

判断正常足月儿的体格发育测定
..... 4

判断早产儿体格发育测定..... 5

判断过期产儿体格发育测定..... 6

判断巨大儿体格发育测定..... 7

二、糖尿病妈妈的宝宝..... 8

判断糖尿病妈妈的宝宝体格发育测
定..... 8

糖尿病妈妈的宝宝体格发育方面的
医学说明..... 8

三、甲状腺功能亢进妈妈的宝宝..... 9

判断甲状腺功能亢进妈妈的宝宝体
格发育测定..... 9

有关甲状腺功能亢进方面给家长的
医学说明..... 9

四、甲状腺功能低下妈妈的宝宝..... 10

判断甲状腺功能低下妈妈的宝宝体
格发育测定..... 10

有关甲状腺功能低下方面给家长的
医学说明..... 10

五、系统性红斑狼疮妈妈的宝宝..... 10

判断系统性红斑狼疮妈妈的宝宝体
格发育测定..... 10

有关系统性红斑狼疮方面给家长的
医学说明..... 11

六、乙型肝炎携带者妈妈的宝宝..... 11

判断乙型肝炎携带者妈妈的宝宝体
格发育测定..... 11

有关乙型肝炎病毒方面给家长的医
学说明..... 12

七、辅助生殖技术的宝宝..... 13

判断辅助生殖技术的宝宝体格发育
测定..... 13

有关人类辅助生殖技术受孕宝宝的
医学说明..... 13

第2章 助家长当新生儿营养保健医

生..... 14

一、新生儿母乳喂养..... 14

成功母乳喂养的宝宝..... 14

实施母乳喂养遇到困难宝宝的..... 15

有关母乳喂养优点的医学说明..... 16

有关第一口奶促进母乳喂养成功
的医学说明..... 16

医学上不能母乳喂养的情况..... 17

二、新生儿人工喂养..... 18

母亲没有奶或无法母乳喂养的
宝宝..... 18

有关配方奶粉的医学说明..... 19

三、合理应用奶瓶清洗与消毒工具..... 20

奶具清洗方面..... 20

奶具消毒方面..... 21

四、早产儿..... 22

早产儿母乳喂养..... 22

早产儿喂养方面的医学说明..... 22

五、巨大儿..... 23

巨大儿的喂养..... 23

巨大儿与肥胖症等关系的医学
说明..... 23

六、父母有过敏的宝宝..... 24

父母有过敏的宝宝..... 24

母乳喂养与免疫力的医学说明..... 24

七、糖尿病妈妈的宝宝..... 25

糖尿病妈妈的宝宝喂养	25	家长给新生儿宝宝洗澡方法	34
糖尿病妈妈的宝宝喂养的医学		家长给臀部护理	35
说明	25	宝宝脱皮	35
八、甲状腺疾病妈妈的宝宝	26	肚脐呵护	35
甲状腺功能减退妈妈的宝宝		判断宝宝胎记	36
喂养	26	八、新生儿大脑功能养护	36
甲状腺功能亢进妈妈的宝宝		判断新生儿宝宝大脑功能特点	36
喂养	26	判断新生儿“内八字”和“罗圈腿”	
九、系统性红斑狼疮妈妈的宝宝	26		37
十、乙型肝炎病毒携带妈妈的宝宝		判断新生儿“扁平足”	37
.....	27	九、新生儿免疫力养护	38
第3章 助家长当新生儿生活保健		了解新生儿宝宝免疫力特点	38
医生	28	亲吻宝宝注意点	38
一、新生儿体温养护	28	新生儿房间等场所要求	39
新生儿体温养护	28	第4章 助家长当新生儿健康保健	
有关新生儿体温的医学说明	28	医生	40
二、新生儿头部养护	29	一、围产期宝宝	40
新生儿宝宝头型异常	29	围产期有高危因素的宝宝	40
预防新生儿宝宝睡偏头	29	了解新生儿疾病筛查	41
三、新生儿眼睛养护	30	了解新生儿听力筛查	41
新生儿眼睛与照相	30	判断新生儿神经等损伤	42
放置宝宝小床方面	30	了解新生儿注射维生素K	42
四、新生儿心肺养护	30	二、判断新生儿疫苗接种	43
新生儿宝宝呼吸快判断	30	了解新生儿宝宝疫苗管理方面	43
新生儿宝宝心跳快判断	31	了解乙肝疫苗接种方面	43
新生儿宝宝手脚偏冷判断	31	了解卡介苗接种方面	44
五、新生儿胃肠道养护	31	三、新生儿特殊状态观察	45
判断宝宝胎便	31	判断新生儿脱水热	45
判断胎便长时间未排完	32	判断新生儿生理性体重下降	45
判断宝宝大便时会发出“吭哧吭哧”		判断新生儿假月经	45
的声音	32	判断新生儿乳腺肿大	46
判断新生儿宝宝吐奶	32	判断新生儿牙龈上有硬黄白色	
六、新生儿肾脏养护	33	物	46
判断宝宝排尿次数多	33	四、新生儿黄疸状态观察	46
判断宝宝尿呈粉红色	33	判断新生儿生理性黄疸	46
七、新生儿皮肤养护	34	判断新生儿母乳性黄疸	47
判断胎脂	34	判断新生儿溶血症	48
判断宝宝衣物要求	34	五、新生儿眼睛	49

判断新生儿宝宝“对眼”	49
判断眼睛不流眼泪	50
有眼分泌物	50
判断早产儿视力	50
六、新生儿皮肤黏膜	50
应对新生儿鹅口疮	50
应对新生儿脐炎	51
应对新生儿皮肤小脓疱	51
七、新生儿肺脏	52
判断新生儿湿肺	52
宝宝鼻子不通气判断	53
八、新生儿生殖器	53
判断新生儿隐睾	53
判断新生儿小阴茎	54

判断新生儿包茎	54
判断新生儿阴唇垂下物	55
九、疾病孕妈妈的宝宝	55
判断糖尿病妈妈的宝宝	55
判断甲状腺功能亢进妈妈的 宝宝	55
判断甲状腺功能减低妈妈的 宝宝	56
判断系统性红斑狼疮妈妈的 宝宝	56

第5章 助家长当新生儿心理行为发展

保健医生	57
一、新生儿生活中心理行为发展	57
二、实施新生儿触觉刺激	57

第1章

助家长当新生儿体格发育保健医生

一、新生儿宝宝体格发育

(一) 判断正常足月儿的体格发育测定

1. 正常足月儿家长咨询

我家宝宝40周出生,男宝宝,出生体重3.4千克,身高50厘米,头围34厘米,前卤门1.0厘米×1.0厘米。自然分娩,出生评10分。宝宝的指标都正常吗?

2. 方医生悉心指导家长做宝宝的保健医生

(1)您家宝宝40周出生,自然分娩,出生1分钟和5分钟的Apgar评分均10分,宝宝的出生体重、身高、头围等均在理想范围,是正常体重的足月儿。

(2)给家长列出有关正常体重的足月儿的体格发育参数

①足月儿孕周:理想孕周39~41周,孕周满37~42周都是正常的。

您家宝宝40周出生,是理想孕周出生的宝宝。

②出生体重

理想体重范围:男宝宝2.9~3.8千克;女宝宝2.7~3.6千克。

医学正常体重范围:出生体重为2.5~

3.999千克。

您家男宝宝,出生体重3.4千克,在理想体重范围内。

③出生身高

理想身高范围:男宝宝48~52.8厘米;女宝宝47.7~52厘米。

医学正常身高范围:46~54厘米。

您家男宝宝,出生身高50厘米,在理想身高范围内。

④出生头围

理想头围范围:男宝宝33.3~35.5厘米;女宝宝32.8~35.1厘米。

医学正常头围范围:31~36.3厘米。

您家男宝宝,出生头围34厘米,在理想头围范围内。



⑤出生时前卤门

正常宝宝出生时,前卤门的大小约为1.5厘米×2厘米。



您家宝宝自然分娩,使宝宝的颅骨骨缝有重叠现象,这是正常的,是由于产道的挤压,导致颅骨骨缝重叠,后面宝宝重叠的颅骨骨缝会复原,宝宝的前囟门还会大的;请家长观察现在宝宝前囟门1.0厘米×1.0厘米,看后面宝宝的前囟门的变化情况;剖宫产宝宝一般很少有颅骨骨缝重叠现象。

(3)正常体重的足月儿的体格发育参数医学说明

①小儿主要体格指标:反映小儿生长测定指标包括体格成长常用指标、骨骼和牙齿发育状态。小儿体格生长测定主要指标包括体重、身高、坐高、头围、胸围、腹围、上臂围、皮下脂肪厚度,对于家长来说熟悉体重、身高、头围、前囟门等小儿体格生长主要指标就行了。

②体重为各器官、组织及体液的总重量,可反映小儿体格生长状况,尤其是反映小儿营养状况的重要指标。

③身高包括头、躯干(脊柱)和下肢的长度,可反映小儿体格生长状况。

④头围是经眉弓上方、枕后结节绕头一周的长度,头围与小儿的脑发育密切相关。

⑤前囟门为顶骨和额骨边缘形成的菱形间隙,是骨骼系统的发育指标,也可反映颅脑的发育情况。

⑥理想范围:75%~80%宝宝的测定指标在此范围,也就是说这是大部分宝宝达到的指标,因此,宝宝的指标是比较理想的。尽管有医学正常范围,但希望宝宝的体格发育参数在理想范围。

⑦医学正常范围:95%~97%宝宝的测定指标在此范围,也就是说包括绝大部分宝宝的指标,称为正常范围,医学的正常范围指平均数加或减2个标准差范围或3%~97%的百分位数范围。当小于正常范围或大于正常范围都是不正常的范围,就意

味着有病理情况了。

(4)Apgar 评分参数医学说明

①Apgar 为人的名字,Apgar 评分是对刚出生的新生儿进行系统评估的实用方法,主要包括心率、呼吸、肌张力、对刺激的反应和皮肤颜色5项,每项2分,加起来总分10分。

②按出生后1分钟内的Apgar评分结果来诊断有无新生儿窒息。1分钟内的Apgar评分为0~3分者是重度新生儿窒息,Apgar评分为4~7分为轻度新生儿窒息,Apgar评分为8~10分为无窒息。

③对出生的新生儿要求在生后1分钟进行Apgar评分,然后在生后5分钟再行第2次评分,尽管有些小儿生后1分钟Apgar评分为8~10分,但5分钟再行第2次评分又降到7分以下者亦属新生儿窒息。在临床上生后5分钟的Apgar评分对判断预后特别重要,对5分钟的Apgar评分仍不正常者,需每隔10~15分钟进行多次评分。

(二)判断早产儿体格发育测定

1. 早产儿家长咨询

我家宝宝36周出生,是因宝宝妈妈不小心滑倒而发生早产的。女宝宝,出生体重2.45千克,身高45厘米,头围31厘米,前囟门1.5厘米×1.5厘米。自然分娩,出生1分钟Apgar评分9分,5分钟的Apgar评分10分。宝宝早产了,宝宝的指标差得很多吗?

2. 方医生悉心指导家长做宝宝的保健医生

(1)您家宝宝尽管36周早产,但是因宝宝妈妈不小心滑倒而发生早产的,因此,出生体重已达2.45千克,且宝宝的头围和前囟门已经达到标准,提示宝宝孕期发育



良好,完全是滑倒因素诱发的早产。

(2)给家长列出有关早产儿的体格发育参数。

①胎龄在 37 足周以前出生的活产婴儿称为早产儿。当出生体重不足 2.5 千克的宝宝,不论是否足月或过期,都为低出生体重儿。您家宝宝 36 周出生,出生体重 2.45 千克,都符合早产儿特点。有的家长说我家宝宝 38 周早产,这就不对了,家长可能以为达到 40 周才算足月儿,其实孕满 37 周出生的宝宝就是足月儿了。

②早产儿出生身高一般 <46 厘米。您家宝宝出生身高 45 厘米,也是符合早产儿特点。早产儿孕周越少,越不成熟,而您的宝宝孕周已经 36 周,妈妈孕期也无异常因素,加上出生体重 2.45 千克和出生身高 45 厘米,都接近医学正常范围,就按正常宝宝养育,多加观察即可。当出生体重 <2 千克的宝宝,由于各器官功能发育不成熟,宝宝的生活能力低,必须在暖箱内由儿科医护人员特别医学帮助和精细护理。后面有关早产儿方面的医学说明是给明显早产宝宝家长参考的,对您宝宝就不必要了。

(3)有关早产儿方面的医学说明

①早产儿不单纯是身材较小或体重较轻,早产儿器官发育和适应外界环境的能力仍未成熟,故与足月新生儿比较,早产儿患病率和死亡率都是高的,表现为早产儿围生期很容易有呼吸困难、肺部扩张不全、出血、新生儿肺透明膜病和细菌感染等。

②引起孕妈妈早产的原因很多,如母亲有孕期疾病、外伤、营养不良、工作过劳、严重情绪伤害、胎盘异常、子宫因素、胎儿因素等。另外母亲频繁怀孕、父母亲年龄过大或过小、抽烟过多、羊水过多或过少也容易引起早产。

③早产儿发育特点:早产儿外观上看

皮肤较薄、透明,很容易看到血管,上面有一层厚厚的胎脂;头发细如绒毛头;耳壳软,缺乏软骨,可以随意折叠,耳舟不清楚;指甲很短未及指尖;乳晕很浅甚至看不出;足底纹路少,有时只到前脚掌的 $1/3$;男宝宝可能睾丸未降至阴囊,女宝宝大阴唇未发育,不能遮盖小阴唇。胎龄越小,这些特点越明显。

④早产儿体温不稳定,容易体温不升、硬肿,因此出生体重 <2 千克的早产儿要放在暖箱里。在暖箱里,可使早产儿的手脚随时保持干净,暖箱是透明的,又保暖,早产儿可以穿得很少,便于医生和护士注意到宝宝的变化。

⑤早产儿并发症多。早产儿各个系统都不成熟,容易有并发症,如早产儿呼吸中枢发育不成熟,容易有呼吸暂停,肺表面活性物质合成少(肺表面活性物质是一种帮助肺扩张的脂类物质,没有它,肺就会萎陷);持续高浓度吸氧容易引起视网膜病变,影响视力;早产儿容易有出血倾向,尤其是颅内出血;容易呕吐,发生低血糖,黄疸可能很重,抵抗力很差,非常容易感染。

⑥早产儿出生体重 >2 千克,出生时的反应及评分都很好,能够维持体温,能自己吃奶,医院才会让宝宝出院。

(三)判断过期产儿体格发育测定

1. 过期产儿家长咨询

我家宝宝孕周过期了,43 周才出生,女宝宝,出生体重 3.8 千克,身高 49 厘米,头围 34 厘米,前囟门 1.5 厘米 $\times$ 1.5 厘米。剖宫产,羊水颜色正常,出生 1 分钟和 5 分钟的 Apgar 评分均 10 分。宝宝过期产出来会有什么异常吗?宝宝妈妈孕期比较懒,不喜欢运动。