



SHIYONG BAIKE



实用
精编版

岳然/编著

宝宝疾病防护



指导专家 **戴淑凤**

北京大学第一临床医学院
妇产儿童医院教授

实用百科



中国人口出版社
China Population Publishing House
全国百佳出版单位

宝宝疾病防护

实用百科

岳然/编著



中国人口出版社
China Population Publishing House
全国百佳出版单位

图书在版编目 (CIP) 数据

宝宝疾病防护实用百科 / 岳然编著. —北京: 中国人口出版社, 2016.1
ISBN 978-7-5101-3599-6
I. ①宝… II. ①岳… III. ①小儿疾病—防治 IV. ①R72
中国版本图书馆CIP数据核字 (2015) 第184917号

宝宝疾病防护实用百科

岳然 编著

出版发行	中国人口出版社
印 刷	三河市北燕印装有限公司
开 本	720毫米×1000毫米 1/16
印 张	19.75 插 2
字 数	250千
版 次	2016年1月第1版
印 次	2016年1月第1次印刷
书 号	ISBN 978-7-5101-3599-6
定 价	28.00元

社 长	张晓林
网 址	www.rkcbs.net
电子信箱	rkcbs@126.com
总编室电话	(010) 83519392
发行部电话	(010) 83534662
传 真	(010) 83515922
地 址	北京市西城区广安门南街80号中加大厦
邮政编码	100054



CONTENTS 目录

▶▶▶ Part 1 小儿疾病的常见症状 ◀◀◀

发烧.....	2	宝宝腹泻时怎么吃	13
呕吐.....	4	如何预防宝宝腹泻	13
惊厥.....	6	皮疹.....	14
腹痛.....	7	咳嗽.....	16
常见的良性腹痛	7	宝宝身高发育问题.....	18
如何观察宝宝是否腹痛	8	宝宝生长迟缓.....	21
宝宝肚子痛到底要不要紧	9	造成生长迟缓的原因	21
如何预防宝宝腹痛	10	治疗与处置方法	23
小儿腹泻.....	11	泌尿生殖系统器官异常.....	24
哪些原因可能引起腹泻	11	小儿上火	25
腹泻可能造成哪些危险状况 ...	12	上火的五种表现	25
在家照顾，还是必须立即就医	12	易上火的饮食	26
宝宝腹泻时怎样照顾	12	去火的食物	26
		常用去火小中药	27

▶▶▶ Part 2 新生儿疾病与护理 ◀◀◀

新生儿先天代谢异常疾病筛检	29	新生儿听力筛查.....	32
新生儿筛检的目的及项目	29	新生儿产伤骨折.....	33
新生儿筛检的流程及方法	31	新生儿黄疸.....	34
若新生儿筛检呈现阳性怎么办 ...	31	黄疸的成因	34

生理性黄疸	34	新生儿鹅口疮	42
病理性黄疸	35	预防鹅口疮的注意事项	43
父母应注意什么	36	新生儿败血症	43
黄疸宝宝的居家照顾	36	症状	44
黄疸宝宝的住院治疗	37	诊断	44
黄疸Q&A	38	治疗	44
新生儿脐炎	39	预防及护理	44
新生儿便秘	40	早产儿护理	45
胀气	41	病因	45
宝宝为什么会胀气	41	临床表现	45
处理方法	41	护理	46
新生儿鼻泪管阻塞	42		

▶▶▶ Part 3 感染性疾病 ◀◀◀

半岁以后小儿的抗病力下降 ..	50	出水痘的护理	55
麻疹	51	绿豆薏仁海带汤	55
症状	51	预防	55
治疗与护理	51	幼儿急疹	56
预防	52	症状	56
风疹	52	治疗	57
症状	52	护理	57
治疗与护理	53	预防	57
水痘	54	流行性腮腺炎	58
水痘传染方式与潜伏期	54	治疗与护理	59
症状	54	绿豆白菜心	59
治疗	55	银花薄荷饮	59

银花赤小豆羹	59	全奶哺育期患儿的饮食照护 ...	67
细菌性痢疾	60	辅食阶段以上的宝宝的饮食照护	68
症状	61	肠胃型感冒预防方法	68
治疗	61	Q&A	69
预防	61	流感	69
手足口病	62	宝宝流感可以预防	70
传染源	62	流感病毒与腺病毒的区别	70
传播方式	62	流感与普通感冒差异	70
临床特征	62	小儿流感食疗方	71
诊断	63	葱白大蒜	71
早期处理的方法	63	绿豆青茶冰糖茶	71
预防原则	64	贯仲青茶汤	71
家庭护理	64	百日咳	71
Q&A	65	症状	72
肠胃型感冒	66	治疗	72
三大病毒类型	66	家庭护理	73
发病症状	66	预防	73
家庭护理	67		
什么情况须立即就医	67		

▶▶▶ Part 4 内科疾病 ◀◀◀

小儿口臭	75	小儿腹胀	77
口腔卫生不佳	75	为何胀气	77
生理性口臭	75	消除胀气的办法	79
病理性口臭	75		
口腔去味	76		

急性肠胃炎.....	80	宝宝的营养需求.....	93
传染途径	80	三大营养素	93
症状	81	矿物质	95
治疗	81	维生素	96
居家照顾	81	维生素D缺乏性佝偻病	99
胃肠炎恢复期的食疗法	82	补钙的关键.....	100
橘饼茶	82	宝宝是否缺钙	100
糖炒山楂	82	宝宝生长非“钙”不可	101
乌梅葛根汤	82	天天补钙为何还缺钙	101
陈皮红枣汤	82	补钙6大关键	101
小儿便秘.....	83	补钙要注意维生素D、磷、镁	
诊断	83	的摄入	102
治疗	84	科学补钙才健康	103
便秘食疗法	84	5种常见钙剂	103
Q & A	85	正确补钙方法	103
小儿肠套叠.....	86	小儿缺锌.....	104
轮状病毒感染.....	87	缺铁性贫血.....	105
5岁以下是高危险群	87	诊断	105
粪口传染引起腹泻	87	治疗	106
补充水分饮食清淡	88	食疗方法	107
别轻忽“肠病毒”	88	肝末鸡蛋羹	107
什么是肠病毒	88	脊肉粥	107
患病三危险	89	桑葚粥	108
感染途径	89	猪皮红枣羹	108
肠病毒的常见症状	90	桂圆莲子粥	108
预防肠病毒	90	猪肝瘦肉粥	108
隔离家中肠病毒	91	芝麻花生糊	108
保护宝宝肝脏.....	91	营养性巨幼细胞性贫血.....	109

诊断	109	肺炎的照顾方法	121
治疗	110	别让感冒变成肺炎	121
小儿上呼吸道感染	110	支气管哮喘	122
一般类型上感	110	症状	122
两种特殊类型上感	111	治疗	123
治疗	111	护理	124
小儿感冒的对症食疗方	112	饮食原则	125
葱豉粥	112	食疗方法	126
葱姜糖水	112	蜂蜜生姜汁	126
红萝卜马蹄粥	113	南瓜蜜糖	126
如何预防宝宝感冒	113	柚子炖老鸭	126
宝宝细支气管炎	113	银耳麦冬羹	126
症状	113	山药甘蔗粥	126
细支气管炎的治疗方法	114	薏米杏仁露	126
居家照顾须知	114	先天性心脏病	127
如何预防感染细支气管炎	115	先天性心脏病的特征	127
小儿夏季热	115	肺动脉瓣狭窄	128
反复性呼吸道感染	117	主动脉缩窄	128
小儿肺炎	118	法洛四联症	129
症状	119	Q & A	130
预防	119	病毒性心肌炎	132
治疗	119	要注意保护宝宝的肾脏	133
食疗方法	120	急性肾小球肾炎	134
杏仁粥	120	诊断	134
糖杏梨	120	治疗	134
参枣粥	120	小儿肾炎食疗方	135
银耳冰糖梨	120	浮萍黑豆汤	135
核桃粥	121	瓜皮小豆汤	135

预后	135	治疗方法	145
附：慢性肾炎	136	预防性早熟，揪出环境激素	145
泌尿道感染	137	生活上注意	145
诊断	137	婴儿屏息症	147
治疗	138	宝宝哭泣时为何脸发黑、不呼吸	147
预防	139	要紧吗	148
Q&A	139	处理方法	149
小儿遗尿症	140	自闭症	150
诊断	140	病因	150
儿童尿床的常见原因	141	常见特征	150
治疗	141	在人际上的反应	151
小便发白	142	如何对待患自闭症的宝宝	154
小儿性早熟	143	及早发现、及早治疗	156
为什么会性早熟	143	小儿口吃	156
性早熟居家自我检查	144		
性早熟的判断与治疗	144		

▶▶▶ Part 5 小儿外科常见疾病 ◀◀◀

小儿斜颈	158	小儿肠套叠	163
临床表现	158	小儿急性阑尾炎	164
鉴别诊断	159	病因	165
髋关节脱位	160	症状	165
桡骨小头半脱位	161	治疗	165
小儿O形腿	162	术后护理	166
		预防	166

包茎.....	167	幼女外阴阴道炎.....	170
小儿隐睾症.....	168	病因	171
什么是隐睾症	169	症状	171
早产儿发生隐睾症概率高 ...	169	治疗	171
隐睾症造成的影响和并发症...	169	预防	172

▶▶▶ Part 6 小儿皮肤科常见疾病 ◀◀◀

尿布疹.....	174	Q & A	186
尿布疹的类型	174	宝宝身上的胎记.....	188
容易感染尿布疹的宝宝	175	黑色胎记	188
尿布疹的处理方式	175	血管瘤	189
预防与保养	176	良性&恶性	189
Q & A	177	如何照护胎记	189
婴儿湿疹.....	177	小儿红斑.....	190
药膳	178	小儿荨麻疹.....	190
薏米百合粥	178	蚊虫咬伤.....	192
薏米粥	178	日光性皮炎.....	194
薏米荸荠汤	179	痱子.....	194
桑葚百合汤	179	清凉绿豆汤	196
红枣扁豆粥	179	蜜糖银花露	196
脂溢性皮炎.....	180	荷叶茅根粥	196
异位性皮炎.....	181	痂子.....	197
症状	181	传染性软疣	197
宝宝为何会有异位性皮炎...	182	寻常疣	197
治疗	183	扁平疣	197
预防可降低严重度	184		

毛囊炎	198
症状	198
治疗	198
食疗	198
冬瓜薏米	198
绿豆荷叶	198
家庭护理	199
Q&A	199
倒刺	200
倒刺如何除	200



▶▶▶ Part 7 小儿五官科常见疾病 ◀◀◀

眼睛、耳朵异常的就医基准	202
宝宝的视力发展	203
剖析眼睛构造	203
宝宝视力发展	204
尽早发现问题	206
宝宝3岁开始接受视力检查	207
护眼必须从出生开始	207
Q&A	209
宝宝视力异常的发现与矫治	210
流行性结膜炎	212
感染途径	212
常见症状	212
治疗	212
预防	213

内斜视与外斜视	213
先天性与后天性内斜视	214
矫正与治疗	214
外斜视	215
宝宝倒睫	216
小儿麦粒肿	217
常见症状	217
急性麦粒肿的治疗	218
反复性麦粒肿的治疗	218
预防麦粒肿	218
眼性斜颈	219
关心宝宝的听力发展	220
聋儿能否说话	220

如何早期发现宝宝有听力障碍	221	小儿过敏性鼻炎	234
把握0~6个月的黄金疗育期	222	病因	234
宝宝听障的治疗方法	222	哪些因素容易引起过敏	234
小儿中耳炎	224	症状	234
最常见感染原因	224	治疗	235
症状	224	家庭护理	235
反复感染可能造成听力受损	225	预防	236
治疗	225	宝宝能用滴鼻净吗	237
苦瓜茶	226	宝宝打鼾	237
预防	226	急性扁桃体炎	240
预防宝宝听力损伤	227	急性卡他性扁桃体炎	241
预防病毒和细菌感染	227	急性化脓性扁桃体炎	241
使用耳毒性药物要谨慎	227	扁桃体爱发炎是切还是留	241
给宝宝一个弱噪声的环境	227	酸梅青果汤	242
预防宝宝感冒	227	胖大海冰糖茶	242
流鼻涕、鼻塞的就医基准	228		
小儿鼻出血	229		
莲藕排骨汤	230		
鼻塞怎么办	230		
急性鼻炎	231		
感冒后警惕鼻窦炎	232		
鼻窦炎常见的两大症状	232		
鼻窦炎的感染与治疗	233		
过敏性鼻炎让鼻窦炎难以治愈	233		



□炎·····	243	不正常的两种情况·····	248
乳牙的保健·····	244	舌系带引起的问题·····	248
什么时候要开始看牙医·····	244	舌系带短的影响·····	248
乳牙蛀掉有没有关系·····	244	谨慎评估再处理·····	248
宝宝常见的口腔问题和如何预防·····	244	过短舌系带影响说话质量·····	248
口腔的清洁方式·····	246	治疗舌系带的问题·····	249
宝宝牙齿迟发·····	246	舌系带的标准长度·····	249
□齿不清VS舌系带异常·····	247	该不该剪舌系带·····	249
大舌头是不是“舌系带异常”·····	247	舌系带断离术·····	250
		颜面部疖痈·····	251

▶▶▶ Part 8 安全与急救 ◀◀◀

眼睛外伤·····	253	鱼刺卡住·····	256
刺伤眼球·····	253	果冻噎住·····	257
异物进入·····	253	误食药物·····	257
撞击·····	253	喝下清洁剂·····	258
耳内异物·····	253	吞下大量药物·····	258
耳内进入小虫·····	254	动物咬伤·····	259
耳内进入异物·····	254	被狗咬伤·····	259
鼻外伤·····	254	蚂蚁咬伤·····	260
异物进入·····	254	蜂蜇·····	260
流鼻血·····	254	蜂蜇后的紧急治疗·····	260
气管异物·····	255	蜇伤面积vs症状反应·····	261
吞食异物·····	256	预防蜂蜇小常识·····	261
吞食零钱、小纽扣·····	256		

防止宝宝被刺伤、割伤、夹伤、 砸伤·····	262
宝宝刺伤、抓伤以后怎么办···	262
外伤·····	263
刀子割伤·····	263
玻璃扎伤·····	264
口腔内受伤·····	264
指甲脱落·····	264
手臂脱臼·····	264
脚踝扭伤·····	264
生殖器被夹伤·····	264

防止宝宝窒息、梗塞·····	265
防止宝宝跌倒坠落·····	266
烧烫伤的预防与处理·····	267
如何避免烧烫伤·····	267
小儿烫伤之紧急处理·····	268
溺水·····	269
宝宝乘车安全提示·····	269
配合正确的安全带使用法···	270
汽车座椅在车内的最佳位置 ·····	270

►► Part 9 小儿用药 ◀◀

儿童药物的类型有哪些·····	272
口服剂型·····	272
肛门栓剂·····	272
外用制剂·····	273
怎样给宝宝服药·····	274
家长要看懂药单·····	274
注意服用时间·····	274
根据医嘱服用药物·····	274
服药间隔的时间·····	274
不任意更改吃药的时间·····	275
服药用温开水·····	275
喂药的注意事项·····	276

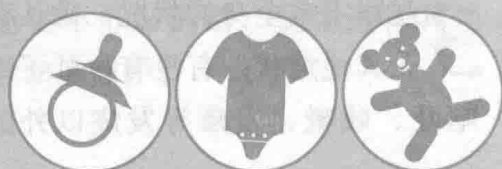
小儿用药应该注意些什么·····	277
及时用药·····	277
注意药物的敏感性·····	277
慎用外用药·····	277
剂量计算要合理·····	277
宝宝不能滥用抗生素·····	278
宝宝需要补充维生素吗·····	278
宝宝服中药丸剂应注意什么···	279
妈咪爱是一种什么药·····	280
怎样给宝宝煎服中药·····	281
中西药一起吃行吗·····	282

▶▶▶ Part 10 家庭护理 ◀◀◀

定时给宝宝做体格检查·····	284	足发育与给宝宝选鞋·····	293
带宝宝去看病的学问·····	285	学步早晚的问题·····	293
发烧的护理·····	286	扁平足、O形腿·····	294
体温多少度才算发烧·····	286	依脚部发育选鞋·····	294
如何正确量体温·····	287	穿鞋的大原则·····	295
宝宝发烧的常见原因·····	287	鞋底材质&适当弯折处·····	295
退烧的时机·····	287	为宝宝捏积·····	296
如何正确退烧·····	287	捏积方法·····	297
错误的退烧方法·····	288	操作方法·····	298
发烧会有后遗症吗·····	288	禁忌·····	298
宝宝生病时的饮食·····	289	注意事项·····	299
宝宝的病症通常会影晌肠胃·····	289	接种疫苗和接种后的照护·····	299
不需要强迫进食，补充足够水分·····	289	接种疫苗后的照护方式·····	299
电解质液优于运动饮料·····	289	接种疫苗后需要忌口吗·····	300
少量多餐的饮食原则·····	289	怎样选择计划外的疫苗·····	300
电解质液的补充要点·····	290	打了疫苗能否100%保险·····	301
生病恢复期补充蛋白质与糖类·····	290	接种疫苗后出现反应怎么办·····	301
什么都不想吃怎么办·····	291	错过打预防针的时间怎么办·····	302
不同疾病的饮食对策·····	291	鸡蛋过敏者能否接种麻疹疫苗·····	302

Part 1

小儿疾病的常见症状



发 烧

发烧是身体为了抵抗病毒与细菌所产生的防御反应。一般把体温达到 37.5°C 以上称为发烧，一般单纯发热，体温低于 38.5°C ，对身体并没有太大的伤害，家长可以冷静面对。另外，了解宝宝平时的体温也是很重要的。

1 需要注意：发烧时要多观察宝宝全身的状况。体温高低和病情严重程度并不是成正比的。体温很高但很有精神，就不需要太担心。反而是体温不高却显得懒洋洋没精神时，才要去看医生。

2 请先这样做：用测腋温的体温计测量。室温太高或穿太多也是造成体温上升的原因。如果不是这些问题，就是生病了，测量体温最好能够使用准确度高的腋下温度计。

3 观察宝宝全身的状况，确认有无其他症状：有没有拉肚子或呕吐、咳嗽、发疹等发烧以外的

状况。另外也要观察孩子的表情或心情、食欲、呼吸的样子、尿尿的次数等，有没有和平常不一样的地方。

4 就医的基准：当宝宝有下列症状时应尽快就医：

懒洋洋没有精神。

半天以上没有摄取水分。

未满3个月的宝宝，发烧超过 38°C 而且活动力下降。

4个月以上的宝宝发烧超过 40°C 。

以下的情况可以在白天门诊时间带去医院：

发烧 38°C 以上，而且没精神。

发烧持续1天以上。

身体不舒服，活动力下降，没有食欲，和平常的样子不一样。

除了发烧之外，还伴随着呕吐或拉肚子、咳嗽、流鼻涕等症状。