

做宝宝最好的医生！新手父母一定要看！



宝宝



发烧生病

突发意外



怎么办

医学博士，东京都立广尾医院小儿科主任

【日】原光彦 主编

【日】主妇和生活社 编著

宋亚清 译



别慌！权威儿科专家教你让宝宝不生病、没危险

哭得厉害、不吃不喝、发烧、烫伤、撞到头、吞入异物、深夜急诊……

第一本系统讲述 0~3 岁宝宝疾病护理与急救处理的书，用对能救命



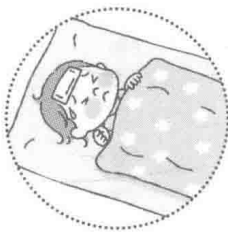
江苏科学技术出版社 凤凰含章

宝宝 发烧生病 突发意外 怎么办

【日】原光彦 主编

【日】主妇和生活社 编著

宋亚清 译



困ったとき、とっさのときの赤ちゃん救急BOOK

Komattatoki tossa no toki no akachan kyuukyuu book

Copyright © SHUFU TO SEIKATSU SHA CO., Ltd. 2007

All rights reserved.

First original Japanese edition published by SHUFU TO SEIKATSU

SHA CO., Ltd. Japan

Chinese (in simplified character only) translation rights

arranged with SHUFU TO SEIKATSU SHA CO., Ltd. Japan

Through CREEK & RIVER Co., Ltd. and CREEK & RIVER SHANGHAI Co.,

Ltd.

江苏省版权局著作权合同 图字10-2014-075号

图书在版编目 (CIP) 数据

宝宝发烧生病突发意外怎么办 / [日] 原光彦主编;

宋亚清译. — 南京: 江苏科学技术出版社, 2014.5

(含章·品尚生活系列)

ISBN 978-7-5537-2935-0

I. ①宝… II. ①原… ②宋… III. ①小儿疾病—防

治 IV. ①R72

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第043643号

宝宝发烧生病突发意外怎么办

主 编	【日】原光彦
编 著	【日】主妇和生活社
译 者	宋亚清
责任编辑	樊明 葛 昀
责任编辑	曹叶平 周雅婷

出版发行	凤凰出版传媒股份有限公司 江苏科学技术出版社
出版社地址	南京市湖南路1号A楼, 邮编: 210009
出版社网址	http://www.pspress.cn
经 销	凤凰出版传媒股份有限公司
印 刷	北京旭丰源印刷技术有限公司

开 本	718mm × 1000mm 1/16
印 张	15
字 数	165千字
版 次	2014年5月第1版
印 次	2014年5月第1次印刷

标准书号	ISBN 978-7-5537-2935-0
定 价	32.80元

图书如有印装质量问题, 可随时向我社出版科调换。

主编推荐序

宝宝天使般的笑容和健康熟睡的脸，总能令人忘记平时养育孩子的辛苦，心里还会不由自主地涌现美好的祝愿——希望宝宝永远都能如此健康地成长。但是，几乎没有一个孩子在成长的过程中从不生病或受伤。

本书为那些拥有孩子的家庭整理了在宝宝生病或受伤时的应对方法，包括：如何预防意外事故、就医时必须注意的事项、疫苗接种及健康检查等相关内容。如果能够具备应对各种问题的基础知识，碰到孩子突发状况时，父母就不至于感到惊慌失措了。

另外，本书所提到的“婴幼儿”，是采用广泛意义上的概念，即“从出生到三岁左右幼儿”，并以宝宝出生时很健康为前提。因此，对于有先天性疾病或是早产等特

目录

- 主编推荐序……2
- 从哪些讯息能看出宝宝的身体状况……12
- 宝宝急救箱……14
- 记录宝宝日记吧……16

PART 1

妈妈这种时候该怎么做呢

宝宝易得的疾病及处理方法……17

I. 宝宝身体异样时要迅速处理

1. 发烧的时候……18

- 体温管理和调节的要点
- 日常护理的要点
- 发烧时应该考虑到的疾病

2. 腹泻的时候……26

- 腹泻时及腹泻后喂奶&进食的注意事项
- 预防皮疹，保持宝宝屁股清洁的小窍门
- 腹泻时应该考虑到的疾病

3. 呕吐的时候……33

- 从呕吐方式就可以知道呕吐的原因及严重程度
- 预防呕吐引发的事故，让身体变得舒服的护理方法
- 呕吐时应该考虑到的疾病

4. 身体产生痉挛的时候……42

- 痉挛时正确的应对方法
- 痉挛时应该考虑到的疾病

5. 发疹子的时候……46

- 传染性和非传染性发疹子的护理
- 过敏性发疹子的护理要点
- 发疹子时应该考虑到的疾病

6. 咳嗽的时候……54

- 抑制咳嗽&营造好环境
- 咳嗽时应该考虑到的疾病

7. 流鼻涕、鼻塞的时候……58

- 流鼻涕鼻塞的症状，在妈妈的护理下有所好转
- 流鼻涕鼻塞时应该考虑到的疾病

II. 妈妈心里担心的症状 —— 这样是生病了吗

1. 宝宝哭的样子很奇怪……62

Case ① 哭得很厉害

Case ② 软弱无力的哭声或不哭

Case ③ 在夜里哭得很厉害

2. 食欲的问题……66

Case ① 宝宝喝母乳或奶粉时，食欲和平时不同

Case ② 不吃不喝

Case ③ 喝得太多、吃得太多

Case ④ 偏食、不好好吃饭

3. 便秘的问题……70

对策 1 玩耍 & 按摩

对策 2 调整饮食生活

对策 3 灌肠刺激肛门

4. 宝宝大小便的状态……74

- 小便的状态
- 大便的状态

5. 骨骼和姿势的问题……78

- 注意宝宝头部至颈部的形状
- 注意宝宝胸部、腹部的形状
- 注意宝宝腿部的形状

6. 眼、耳、口的问题……82

- 注意宝宝眼睛的状态
- 注意宝宝耳朵的状态
- 注意宝宝嘴巴内部的状态

7. 腹股沟和生殖器的问题……88

- 注意宝宝生殖器、膀胱的状态
- 注意宝宝腹股沟的问题

PART 2

快速应对意外事故和伤害

儿童急救指南……91

1. 吞入异物……92

- 按照异物的种类 · 正确应对方法①
- 按照异物的种类 · 正确应对方法②
- 让宝宝吐出异物时的要点

2. 溺水及窒息……102

- 溺水及窒息时的急救措施①：救助至确保呼吸道畅通
- 溺水及窒息时的急救措施②：人工呼吸
- 溺水及窒息时的急救措施③：心脏按摩

3. 烫伤……110

- 按照烫伤部位的正确应对方法

4. 划伤流血……114

- 出血时的急救措施①：手脚出血时
- 出血时的急救措施②：头部、脖子、舌头出血时
- 出血时的急救措施③：大量出血时

5. 撞到头部或身体……123

- 撞到头部时的急救措施
- 撞到身体时的急救措施

6. 中暑……131

- 中暑时的急救措施要点

7. 眼耳鼻进入异物……135

- 眼睛进入异物
- 耳朵进入异物
- 鼻孔进入异物

8. 动物咬伤和蚊虫叮咬……140

- 猫狗咬伤
- 毒蛇咬伤
- 蚊虫、蠓虫叮咬
- 蜜蜂、马蜂蛰伤

9. 重新审视宝宝的生活空间……145

10. 符合宝宝成长阶段的意外事故预防对策……157

PART 3

爸妈都要学习

自己做护理工作……159

I. 病中病后的居家护理照顾

1. 如何正确使用药物……160

- 内服药
- 外用药
- 栓剂
- 使用非处方药时的注意事项

2. 如何喂奶喂饭……176

- 病情严重的时候
- 恢复期
- 生病时也能放心食用的宝宝食谱

3. 泡澡淋浴的时机……181

- 病中病后泡澡时的要点
- 病中病后淋浴时的要点
- 不能洗澡时如何护理

4. 生病时只能睡觉吗……185

- 多和宝宝进行肌肤接触
- 保持适当的温度和湿度

5. 适合外出的时机……189

- 生病至恢复正常状态的日程表

II. 和医生融洽相处的技巧

1. 要这样选择宝宝的医生……194

- 如何选择好的医生

2. 正确的就诊做法……200

- 就诊前的准备
- 就诊时的要点

3. 如何叫救护车……206

4. 必须住院治疗时……209

5. 通过疫苗接种来保护宝宝……213

- 灵活安排时间表
- 疫苗接种前至当天的要点
- 主要的疫苗种类

6. 定期健康检查吧……224

- 健康检查前的准备
- 当天的注意事项
- 1个月时的健康检查
- 3至4个月时的健康检查
- 6至7个月时的健康检查
- 9至10个月时的健康检查
- 1岁半时的健康检查

索引……236

宝宝 发烧生病 突发意外 怎么办

【日】原光彦 主编

【日】主妇和生活社 编著

宋亚清 译



主编推荐序

宝宝天使般的笑容和健康熟睡的脸，总能令人忘记平时养育孩子的辛苦，心里还会不由自主地涌现美好的祝愿——希望宝宝永远都能如此健康地成长。但是，几乎没有一个孩子在成长的过程中从不生病或受伤。

本书为那些拥有孩子的家庭整理了在宝宝生病或受伤时的应对方法，包括：如何预防意外事故、就医时必须注意的事项、疫苗接种及健康检查等相关内容。如果能够具备应对各种问题的基础知识，碰到孩子突发状况时，父母就不至于感到惊慌失措了。

另外，本书所提到的“婴幼儿”，是采用广泛意义上的概念，即“从出生到三岁左右的幼儿”，并以宝宝出生时很健康为前提。因此，对于有先天性疾病或是早产等特

殊情况的宝宝，请优先考虑其主治医生的意见。

本书如果能对生病或受伤宝宝的家庭有所帮助，能让一个或更多宝宝的健康成长获益，那么我们将不胜欣喜。养育孩子确实很辛苦，但也是最有价值的行为之一。希望妈妈们都能把养育好孩子视为自豪之事。

任何时候，小儿科医生都是妈妈们的坚强后盾！

原光彦

目录

- 主编推荐序……2
- 从哪些讯息能看出宝宝的身体状况……12
- 宝宝急救箱……14
- 记录宝宝日记吧……16

PART 1

妈妈这种时候该怎么做呢

宝宝易得的疾病及处理方法……17

I. 宝宝身体异样时要迅速处理

1. 发烧的时候……18

- 体温管理和调节的要点
- 日常护理的要点
- 发烧时应该考虑到的疾病

2. 腹泻的时候……26

- 腹泻时及腹泻后喂奶&进食的注意事项
- 预防皮疹，保持宝宝屁股清洁的小窍门
- 腹泻时应该考虑到的疾病

3. 呕吐的时候……33

- 从呕吐方式就可以知道呕吐的原因及严重程度
- 预防呕吐引发的事故，让身体变得舒服的护理方法
- 呕吐时应该考虑到的疾病

4. 身体产生痉挛的时候……42

- 痉挛时正确的应对方法
- 痉挛时应该考虑到的疾病

5. 发疹子的时候……46

- 传染性和非传染性发疹子的护理
- 过敏性发疹子的护理要点
- 发疹子时应该考虑到的疾病

6. 咳嗽的时候……54

- 抑制咳嗽&营造好环境
- 咳嗽时应该考虑到的疾病

7. 流鼻涕、鼻塞的时候……58

- 流鼻涕鼻塞的症状，在妈妈的护理下有所好转
- 流鼻涕鼻塞时应该考虑到的疾病