

实用家庭保健丛书

◎丛书编审委员会
总主编 崔宝善 周宏宇

儿童保健

实用问答

◎主 编 仇万山 于繁荣



三甲医院权威专家细致解答

年轻父母读一读，
孩子生病不惊慌

 江苏凤凰科学技术出版社
国家一级出版社 全国百佳图书出版单位

实用家庭保健丛书

◎丛书编审委员会
总主编 崔宝善 周宏宇

儿童保健 实用问答

◎主 编 仇万山 于繁荣



三甲医院权威专家细致解答

年轻父母读一读，
孩子生病不惊慌

 江苏凤凰科学技术出版社
国家一级出版社 全国百佳图书出版单位

图书在版编目 (CIP) 数据

儿童保健实用问答 / 仇万山, 于繁荣主编. -- 南京:
江苏凤凰科学技术出版社, 2016.1

(实用家庭保健丛书)

ISBN 978-7-5537-5832-9

I . ①儿… II . ①仇… ②于… III . ①儿童—保健—
问题解答 IV . ① R174-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 000050 号

(实用家庭保健丛书)

儿童保健实用问答

主 编	仇万山 于繁荣
责任编辑	谷建亚 董 玲
助理编辑	刘 坤
责任校对	郝慧华
责任监制	曹叶平 周雅婷

出版发行 凤凰出版传媒股份有限公司
江苏凤凰科学技术出版社

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 江苏苏中印刷有限公司

开 本	718mm × 1000mm 1/16
印 张	12
字 数	125 000
版 次	2016 年 1 月第 1 版
印 次	2016 年 1 月第 1 次印刷

标准书号 ISBN 978-7-5537-5832-9

定 价 29.90 元

图书如有印装质量问题, 可随时向我社出版科调换。

■ 目 录

第一章 新生儿护理

1. 正常新生儿有哪些特征 13

2. 新生儿的特殊生理现象 15

3. 喂母乳，好处多 17

4. 新妈妈要知道这些喂母乳的讲究 19

5. 母乳喂养的常见问题 21

6. 哪些疾病不能母乳喂养 23

7. 如何做好混合喂养和人工喂养 25

8. 新生儿局部护理 27

9. 早产儿有哪些特点 29

10. 出现病理性黄疸怎么办 32

11. 母乳性黄疸 35

12. 新生儿的常见疾病 37

13. 宝宝打嗝怎么办 39

14. 宝宝经常吐奶怎么办 41

15. 新生儿疾病筛查 43

16. 新生儿听力筛查 45

第二章 宝宝呼吸系统疾病

17. 为什么小孩子容易患呼吸道感染 48

18. 宝宝感冒了怎么办	50
19. 上呼吸道感染的特殊表现	52
20. 上呼吸道感染常发生的并发症	54
21. 怎么识别宝宝是不是肺炎	56
22. 孩子得了慢性咳嗽不要慌	58
23. 如何根治小儿哮喘	60

第三章 宝宝消化系统疾病

24. 孩子为什么会经常呕吐	63
25. 宝宝腹泻不要慌	65
26. 儿童厌食的病因	67
27. 小儿胃肠炎的表现和处理	69
28. 如何尽早发现小儿食管闭锁	71

第四章 宝宝泌尿生殖系统疾病

29. 宝宝尿路感染了怎么办	75
30. 小儿尿道下裂是怎么回事	78
31. 宝宝睾丸摸不到怎么办	81
32. 小儿包茎该如何治疗	83
33. 如何清洁护理男宝宝	86
34. 小女孩也要警惕外阴炎	89
35. 儿童肾病综合征的表现	92

第五章 宝宝皮肤与黏膜疾病

36. 幼儿急疹	95
----------------	----

37. 水痘	97
38. 麻疹	99
39. 手足口病	101

第六章 宝宝五官疾病

40. 感冒与中耳炎的关系	104
41. 小儿腺样体肥大要不要紧	107
42. 宝宝瞳孔有白点说明什么	110
43. 宝宝“倒睫毛”是怎么回事	114
44. 戴近视眼镜会让近视越来越严重吗	117
45. 歪头看电视对眼睛的伤害	121
46. 小儿兔唇的防治	124
47. 孩子舌系带短怎么办	127
48. 蛀牙需及时治疗	130
49. 孩子牙黄可能与缺钙有关	133
50. 儿童看牙时家长应注意什么	136

第七章 宝宝急症与传染性疾病

51. 宝宝发热怎么办	139
52. 儿童意外伤害如何处理	141
53. 怎么预防孩子的烫伤	144
54. 烫伤的紧急处理	147
55. 如何紧急处理儿童软组织损伤	149
56. 小儿肠套叠是常见急腹症	152
57. 流行性脑膜炎的表现和防治	154
58. 什么是传染性单核细胞增多症	156

第八章 其他

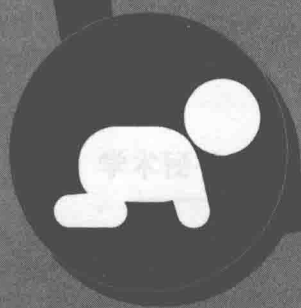
59. 预防接种常识	159
60. 宝宝乘坐飞机注意事项	161
61. 怎样包裹刚出生的宝宝	164
62. 心肌炎的防治	167
63. 小儿气胸的表现和预防	169
64. 小儿颈部的“疙瘩”是什么	171
65. 先天性心脏病	173
66. 如何诊断阑尾炎	177
67. 小儿肛裂怎么办	181
68. 警惕儿童桡骨小头半脱位	184
69. 孩子斜颈该怎么办	187
70. 走不稳当心髌关节脱位	190

实用家庭保健丛书

◎丛书编审委员会
总主编 崔宝善 周宏宇

儿童保健 实用问答

◎主 编 仇万山 于繁荣



三甲医院权威专家细致解答

年轻父母读一读，
孩子生病不惊慌

江苏凤凰科学技术出版社
国家一级出版社 全国百佳图书出版单位

图书在版编目 (CIP) 数据

儿童保健实用问答 / 仇万山, 于繁荣主编. -- 南京:
江苏凤凰科学技术出版社, 2016.1
(实用家庭保健丛书)
ISBN 978-7-5537-5832-9

I. ①儿… II. ①仇… ②于… III. ①儿童—保健—
问题解答 IV. ① R174-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 000050 号

(实用家庭保健丛书)

儿童保健实用问答

主 编	仇万山 于繁荣
责任编辑	谷建亚 董 玲
助理编辑	刘 坤
责任校对	郝慧华
责任监制	曹叶平 周雅婷

出版发行 凤凰出版传媒股份有限公司
江苏凤凰科学技术出版社

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 江苏苏中印刷有限公司

开 本 718mm × 1000mm 1/16

印 张 12

字 数 125 000

版 次 2016 年 1 月第 1 版

印 次 2016 年 1 月第 1 次印刷

标准书号 ISBN 978-7-5537-5832-9

定 价 29.90 元

图书如有印装质量问题, 可随时向我社出版科调换。

丛书编审委员会

总 主 编 崔宝善 周宏宇

副总主编 张春阳 郭雨禾 孙军红 马万兵

学术顾问 陈成伟 刘大雄 张景红 连 平

编 委 (按姓氏笔画排)

于繁荣 仇万山 王晓妮 王咏梅 毛峻琴 许月季

孙荣华 朱海云 吴国平 陈玉石 邹冬芳 张 昊

张东冬 张军力 孟 慧 顾永传 耿昌明 徐德民

原 源 钱 燕 常 乐 童 强 蒲 红 蔡东联

虞喜豪

学术秘书 金亚东 王 艳 王雅平 杨曼曼

本书编者名单

主 编 仇万山 于繁荣

副 主 编 殷 荣 闫先刚

编 委 仇万山 于繁荣 殷 荣 闫先刚

张文波 康 超 王 佶 张网林

■ 总序

社会是由无数个家庭组成的，家庭的健康幸福关系到社会的和谐健康。您的家庭幸福吗？家庭幸福的标准是什么，是富有还是权利？都不是，家中无病人，每个家庭成员都健康，才算是真正的幸福家庭。在一个家庭中，只要有一个人患病，整个家庭就可能陷入一片愁云惨雾中，甚至给整个家庭留下很多遗憾。

随着经济发展和生活水平的提高，人们的生活模式也发生了变化，处于健康和疾病之间——亚健康状态的人员逐渐增多。所以，近年来人们越来越关注和重视健康，越来越重视家庭保健。人们在希望自己拥有健康身体的同时，也希望家庭成员的自我保健能力能够达到理想的高水平，自己的家庭成为健康家庭。

为了更新健康观念，普及新知识，帮助大家摒弃不良的生活习惯，启发家庭成员用科学的健康观去看待当代的疾病预防和保健，我们组织以解放军第八五医院为主的一批专家编写了本套适合广大家庭阅读的实用保健丛书，希望每位家庭成员都学会

自我保健，祛病健身延年，使广大读者及家人永远健康和幸福。

本丛书从老年养生、男性健康、女性保健、儿童养育、家庭急救、家庭营养、家庭护理、家庭用药等多个方面指导家庭成员进行自我保健。本丛书采用问答形式，一问一答，形式新颖，通俗易懂；穿插案例，用生动科学的例子讲述当前备受关注的、热门的保健常识、常见误区以及中医、按摩、食疗、心理、运动等保健方法。本丛书内容丰富、科学严谨、生动活泼、方法可行，具有较强的科学性、系统性、实用性和可读性，适合于家庭全体成员阅读，相信本丛书会对维护广大家庭成员的健康起到积极作用，为每个家庭的幸福做出有益贡献。

崔宝善 周宏宇

2016年1月

■ 前 言

随着社会的发展和进步，越来越多的人意识到了健康的重要性，并开始关注健康和保健。只有拥有健康，才能更从容地生活，也才能享受更高品质的生活。

就像幼苗需要精心的呵护，儿童的健康需要更多的关注。由于儿童的各个器官还没有发育完善，各系统功能也没有成人那么成熟，所以很多方面不同于成人，免疫力较差就是其中非常重要的一方面。因此，他们在日常生活中更易成为各种疾病侵扰的对象。一旦生了病就免不了要求医问药，如果家长们能自己掌握一些相关保健知识，想必会从容和方便许多。为此，我们组织了几位长期在临床一线工作的儿科医生来共同编写这本书，他们个个经验丰富，对儿科常见病、多发病了然于胸，对一些疑难病例也有独到的见解，更难能可贵的是，他们还有着很好的人文精神和科普情怀。

本书几乎涵盖了儿童保健所有的常见问题，内容丰富，既有成熟的理论支撑，也有编者多年经验的分享，希望能为各位家长提供切实的帮助，同时

达到预防和配合治疗儿童常见疾病的目的。

本书以问答形式写作，突出常见病和多发病的相关问题，深入浅出，简洁凝练，适应不同层次人群的需求，有很强的实用性和操作性，便于读者阅读和查找相关内容。

在本书编写过程中，得到了原南京军区卫生部崔宝善副部长的关心和指导，在此表示感谢。也谢谢参与编写的各位同仁，有机会合作是缘分，也是一件非常愉快的事情。最后，由于我们的水平有限，书中难免有不妥和疏漏之处，还请同行专家和读者朋友们指正。

仇万山

2016年元旦于上海江湾

■ 目 录

第一章 新生儿护理

1. 正常新生儿有哪些特征	13
2. 新生儿的特殊生理现象	15
3. 喂母乳，好处多	17
4. 新妈妈要知道这些喂母乳的讲究	19
5. 母乳喂养的常见问题	21
6. 哪些疾病不能母乳喂养	23
7. 如何做好混合喂养和人工喂养	25
8. 新生儿局部护理	27
9. 早产儿有哪些特点	29
10. 出现病理性黄疸怎么办	32
11. 母乳性黄疸	35
12. 新生儿的常见疾病	37
13. 宝宝打嗝怎么办	39
14. 宝宝经常吐奶怎么办	41
15. 新生儿疾病筛查	43
16. 新生儿听力筛查	45

第二章 宝宝呼吸系统疾病

17. 为什么小孩子容易患呼吸道感染	48
--------------------------	----

18. 宝宝感冒了怎么办	50
19. 上呼吸道感染的特殊表现	52
20. 上呼吸道感染常发生的并发症	54
21. 怎么识别宝宝是不是肺炎	56
22. 孩子得了慢性咳嗽不要慌	58
23. 如何根治小儿哮喘	60

第三章 宝宝消化系统疾病

24. 孩子为什么会经常呕吐	63
25. 宝宝腹泻不要慌	65
26. 儿童厌食的病因	67
27. 小儿胃肠炎的表现和处理	69
28. 如何尽早发现小儿食管闭锁	71

第四章 宝宝泌尿生殖系统疾病

29. 宝宝尿路感染了怎么办	75
30. 小儿尿道下裂是怎么回事	78
31. 宝宝睾丸摸不到怎么办	81
32. 小儿包茎该如何治疗	83
33. 如何清洁护理男宝宝	86
34. 小女孩也要警惕外阴炎	89
35. 儿童肾病综合征的表现	92

第五章 宝宝皮肤与黏膜疾病

36. 幼儿急疹	95
----------------	----

37. 水痘	97
38. 麻疹	99
39. 手足口病	101

第六章 宝宝五官疾病

40. 感冒与中耳炎的关系	104
41. 小儿腺样体肥大要不要紧	107
42. 宝宝瞳孔有白点说明什么	110
43. 宝宝“倒睫毛”是怎么回事	114
44. 戴近视眼镜会让近视越来越严重吗	117
45. 歪头看电视对眼睛的伤害	121
46. 小儿兔唇的防治	124
47. 孩子舌系带短怎么办	127
48. 蛀牙需及时治疗	130
49. 孩子牙黄可能与缺钙有关	133
50. 儿童看牙时家长应注意什么	136

第七章 宝宝急症与传染性疾病

51. 宝宝发热怎么办	139
52. 儿童意外伤害如何处理	141
53. 怎么预防孩子的烫伤	144
54. 烫伤的紧急处理	147
55. 如何紧急处理儿童软组织损伤	149
56. 小儿肠套叠是常见急腹症	152
57. 流行性脑膜炎的表现和防治	154
58. 什么是传染性单核细胞增多症	156