

fashion baby 时尚育儿
时尚育儿杂志 主编

搜狐母婴 搜狐母婴频道
baobao.sohu.com 独家推荐阅读

婴幼儿疾病 科学照顾

0~3
岁

时尚育儿杂志
和育儿专家团队联手
预防、治疗、照顾生病宝宝



封面宝宝 洪嘉奕

fashion baby 时尚育儿
育儿专家团

区慕洁
万钊
陆娓娓

戴淑凤
王书荃
王穗芬

王如文
夏弘禹
王继跃

梅建
余文
罗蓉蓉

吴光驰
周翊
李菁

(按姓氏笔画排列, 无先后顺序)

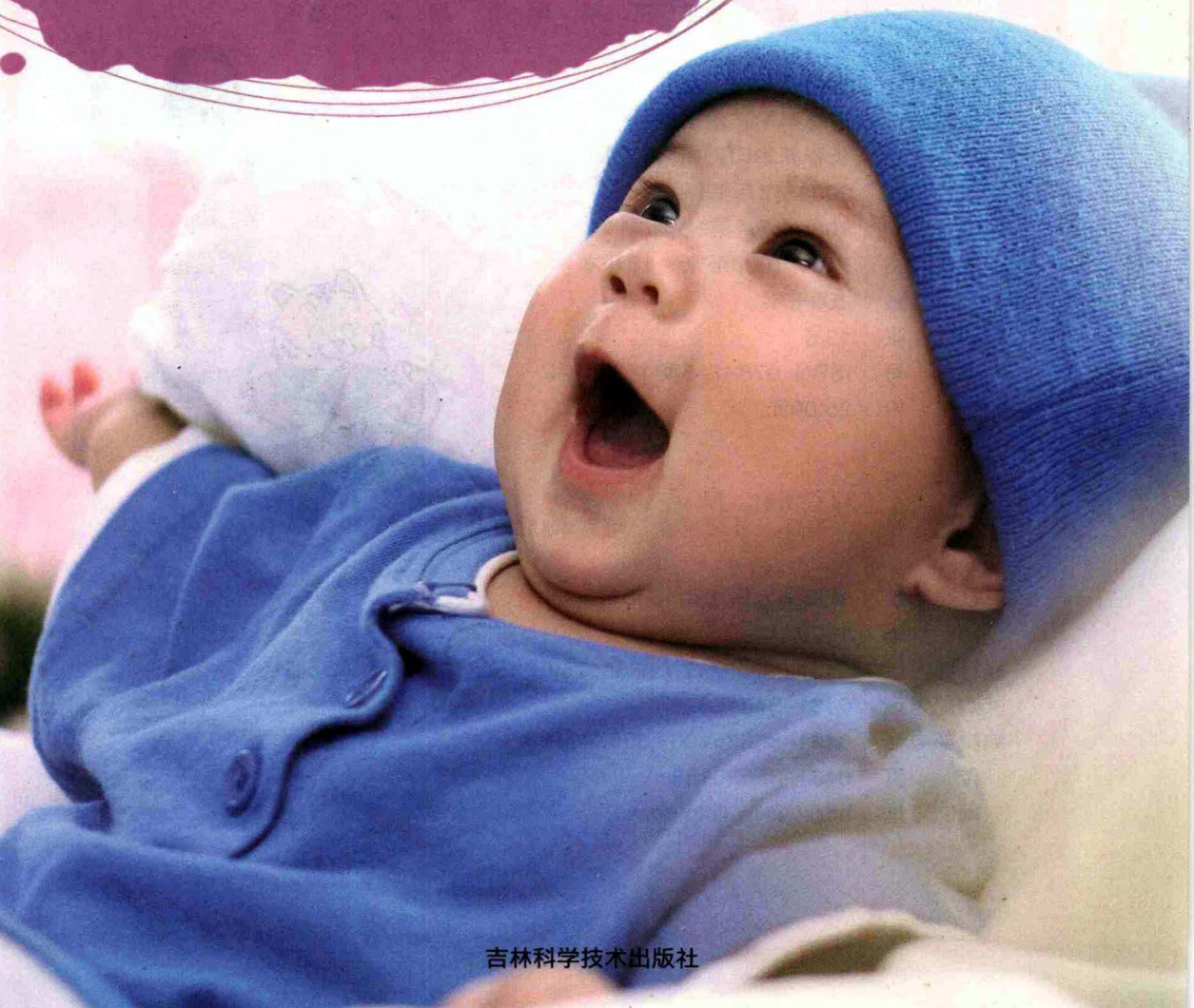
吉林科学技术出版社

fashion
baby
时尚育儿

0~3岁

婴幼儿疾病 科学照顾

时尚育儿杂志 主编



吉林科学技术出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

0~3岁婴幼儿疾病科学照顾 / 时尚育儿杂志主编. — 长春:
吉林科学技术出版社, 2008.7

ISBN 978-7-5384-3819-2

I. 0… II. 时… III. 小儿疾病—防治 IV. R72

中国版本图书馆CIP数据核字 (2008) 第054569号

0~3岁婴幼儿疾病科学照顾

主 编 时尚育儿杂志社
责任编辑 宛 霞 赵 沫
技术插图 于 通 王 舒 王廷华 邹吉晨 李壮壮 邹本江
林 敏 刘亚超 王 平 李 雷 梁 晶 王艳华

封面设计 孙明晓 张 丛
出版发行 吉林科学技术出版社
印 刷 长春新华印刷有限公司
版 次 2008年7月第1版
2008年7月第1次印刷
规 格 710×1000毫米 16开本
字 数 260千字
印 张 13.5
书 号 ISBN 978-7-5384-3819-2
定 价 25.00元

版权所有 翻印必究
如有印装质量问题, 可寄本社退换。

社 址 长春市人民大街4646号
邮 编 130021
发行部电话 0431-85635177 / 85651759 / 85651628 / 85677817
邮购部电话 0431-84612872
编辑部电话 0431-85635186 / 85674016
传 真 0431-85635185
网 址 <http://www.jlstp.com>





序



世间的奥秘何其之多，但“生命延续”的奥秘却是其中之最。无论贫富，每个新生命到来的意义都是一样重要与非凡：生命的结合、爱和美的最高表达、家族的延续……如何能让这众所瞩目的焦点健康茁壮、光灿耀眼地赢在人生的起跑线上，是一个相当重要而不可忽视的课题，而这也一直是《时尚育儿》所关心的课题。

生命的健康成长不仅是靠上天的恩赐，更要依赖丰富的孕育知识、技能。可是因为现实的原因，大部分的中国女性，只有一次机会经历孕育，这就使得她们总是处于迷茫中摸索、失败中懊恼的状态。但是，陪伴孩子一起长大，应该是一个幸福、美好、轻松、愉悦、富有成就感的过程，所以，正因为这样的一份愿望，从8年前开始，《时尚育儿》就一直秉持着谨慎而执着的心，以及务实的精神与态度，邀请儿科、产科、护理、营养、幼教等领域的专业人士撰写文章或接受采访；同时，我们集合前辈妈妈的实战经验，给予每位初为人母者最直接、最有效的指导；并且，在文章的形式与表达上也不断求新求变，精益求精。我们的目的只有一个：让新手妈妈能在舒适的阅读中，获取最需知道的孕产、护理及教养知识。

累积了如此庞大的资源，我们期待能与更多准备或已经为人父母者分享，于是，便有了集结成书的念头。我们特别从杂志中挑选出近三年最精彩的文章，规划《时尚育儿》系列图书。

本系列图书共有五册：《育婴师教你0~1岁科学育儿》——以步骤图解的形式，手把手教您如何给予宝宝正确的护理，如冲泡奶粉、穿衣服、换纸尿裤、制作辅食……《0~3岁婴幼儿生活精心呵护》——汇集前辈妈妈的心水之选，提供0~3岁宝宝的呵护之道，前辈妈妈传授育儿心经，配合专家指导给予宝宝最安全的照料。《区奶奶指导0~1岁宝宝成长》——追踪报道0~1岁宝宝每月成长全过程，并请“婴幼儿早教保健泰斗”之一区慕洁教授亲临指导，篇篇都有和1岁内宝宝息息相关的重要讯息；《0~3岁婴幼儿疾病科学照顾》——国内一流儿科专家和你一起，共同关注0~3岁宝宝的早期健康，儿科常见疾病的预防与治疗，教新妈妈学会做宝宝的家庭医生。《育儿专家指导0~5岁智能开发》——孩子的早期教育是多少妈妈想了解的，我们将实例与专家指导相结合，从个案的经验引发探讨，深入浅出地阐述教育的理念和方法。

希望这些书，能陪伴您成长为自信、美丽、幸福的母亲，对于育儿之事从不知不觉的惶恐到先知先觉的从容，当您的孩子健康、聪明地长大，那便是我们倍感光荣的时刻。

最后，非常感谢吉林科学技术出版社，有他们的全力配合，我们更确信这些书能呈现给您最完美的一面——只要是给母亲和孩子的，都应是最好的。

目录 Content



常见病篇

头部问题 14

产瘤 14

头颅血肿 14

胎垢 15

凶门异常 15

头颅异形 16

枕秃 16

脱发 16

牙齿问题 17

有关牙齿的Q&A 17

看牙时间 20

哪些情况下，一定要带宝宝看牙医 20

牙周疾病 20

龋齿 21

奶瓶性龋齿 21

腮腺炎 23

关于腮腺炎 23

警惕多种腮外损害 23

流行性腮腺炎的症状 25

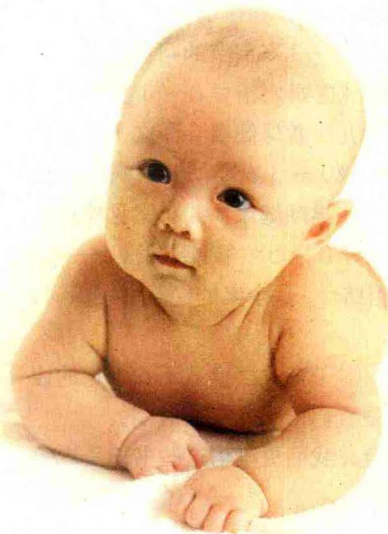
最佳预防方案：接种疫苗 25

流行性腮腺炎居家护理 26

有关流行性腮腺炎的常识Q&A 27

血管瘤 28

认识血管瘤 28



多数血管瘤不必治疗..... 28

如有异常必须治疗..... 28

常用的治疗手段..... 29

感 冒..... 30

感冒的原因..... 30

感冒后常见的并发症..... 31

貌似感冒的7种疾病..... 33

复感儿居家照顾..... 35

你的宝宝是复感儿吗..... 35

“复感儿”衣食住行10要点..... 36

夏季感冒预防方法..... 38

流感与感冒..... 39

流感易导致严重后果..... 39

流感和感冒不一样..... 39

预防流感专家支招..... 40

感染流感后的对策..... 41

发 热..... 42

不要把发热看得太严重..... 42

体温不同，处理也不同..... 43

发热时的家庭护理..... 44

高热惊厥紧急救治方案..... 46

名词解释：高热惊厥..... 46

高热惊厥紧急处理Step by step..... 46

如何护理有高热惊厥史的孩子..... 47

高热宝宝护理误区..... 48

尽量避免高热惊厥的发生..... 49

咳 嗽..... 50

咳嗽是怎么回事..... 50



通过咳嗽表现判断疾病.....	50	造成腹泻的原因.....	66
以咳嗽为主要症状的8大疾病.....	50	宝宝饮食处理要点.....	66
对待宝宝咳嗽的错误态度.....	51	秋季腹泻症状与病因.....	67
呵护宝宝气管的方法.....	52	“秋季腹泻”的自我诊断.....	67
对宝宝气管有益的食谱.....	54	正常便便的模样.....	67
便秘	55	不正常的“秋泻便秘”.....	68
怎样算便秘.....	55	来势汹汹的秋季腹泻.....	68
非母乳喂养的宝宝最容易便秘.....	55	应对招数.....	68
关于便秘的Q&A.....	56	新手妈妈的预防招数.....	71
便秘自查表.....	56	母乳喂养.....	71
便秘的原因.....	57	秋季腹泻疫苗可以接种.....	71
饮食与便秘的关系.....	57	接种秋季腹泻疫苗常见问题.....	72
疾病与便秘的关系.....	57	关于宝宝便便的误解.....	72
生活习惯与便秘的关系.....	57	有关夏季腹泻的Q&A.....	74
如何预防和治疗便秘.....	58	腹痛	76
腹泻	60	错误处理.....	76
了解宝宝的便便.....	60	正确处理.....	77
正常大便的性状.....	60	过敏	79
异常大便的性状.....	61	评估宝宝是否为过敏体质.....	79
留取大便有要求.....	63	秋季是过敏高发季.....	79
容易引起腹泻的原因.....	63	对抗常见过敏性疾病.....	80
疾病原因.....	63	过敏宝宝的饮食保健方法.....	83
季节原因.....	63	过敏宝宝激素软膏用法.....	85
宝宝腹泻的时候的居家照顾.....	64	名语解释:激素软膏.....	85
及时清洁屁股.....	64	给宝宝涂抹激素软膏的	
补充水分.....	64	错误做法.....	85
夏季宝宝腹泻的预防.....	65	4步学会给宝宝涂激素药膏.....	86
腹泻宝宝的饮食.....	66	宝宝常用的激素软膏一览表.....	86

冻疮 87

有关耳朵冻疮的Q&A..... 87

治疗耳朵冻疮果蔬疗法..... 88

花粉症 89

有关花粉症的Q&A..... 89

花粉症的治疗与预防..... 90

湿疹 92

关于湿疹的Q&A..... 92

如何治疗和照顾患过敏性湿疹宝宝..... 93

多汗 95

关于“汗宝宝”的调查..... 95

宝宝多汗原因细究..... 95

生理性多汗..... 95

病理性多汗..... 96

照顾多汗宝宝..... 96

照顾生理性多汗的宝宝..... 96

照顾病理性多汗的宝宝..... 97

尿布疹 98

尿布疹的致病原因..... 98

如何预防和治疗尿布疹..... 98

水痘 100

水痘词解..... 100

为何冬季成为水痘高发期..... 101

出水痘的居家护理..... 101

出水痘居家护理常见问题..... 102

肥胖 103

肥胖背后的恐怖数字..... 103

怎样才算是胖宝宝..... 103

方法1：参照标准体重上限..... 103

方法2：计算体重指数BMI..... 104

给胖宝宝分类..... 105

不同类型区别对待..... 106

积食 108

如何发现宝宝积食..... 108

如何对付宝宝积食..... 108

肺炎 110

如何区分小儿肺炎与感冒..... 110

肺炎居家护理..... 111

观察..... 111

住..... 112

清洁..... 113

吃..... 113

脐部疾病 114

关于宝宝的肚脐..... 114

新生儿常见的两类脐部疾病..... 114

由护理不当引起的脐部疾病..... 114

先天性脐部疾病..... 116

过敏性鼻炎 117

关于过敏性鼻炎..... 117

认识过敏性鼻炎..... 117

过敏性鼻炎的定义..... 117



过敏性鼻炎的症状..... 117

过敏性鼻炎与哮喘的关系..... 118

控制过敏性鼻炎方法..... 118

淋巴结肿大..... 120

什么是淋巴结..... 120

淋巴结的作用..... 120

常见的小儿淋巴结肿大..... 121

淋巴结肿大需及时就诊..... 121

大舌头..... 122

宝宝发音不准，首先进

行三方面检查..... 122

全家动员，“对付”发音

不准的宝宝..... 123

中耳炎..... 125

中耳炎的症状..... 125

中耳炎发病原因..... 125

中耳炎的治疗..... 126

如何给宝宝滴耳药的步骤..... 126

手足口病..... 127

为什么手足口病又称“四不像”疹..... 127

手足口病的特征..... 127

如何应对手足口病..... 128

有关手足口病的Q&A..... 128

缺钙..... 129

识破“缺钙”7大假相..... 129

年龄不同，补钙不同..... 131

0~2岁需加服钙剂..... 131

补充钙剂的注意点..... 132

2岁以上无需加服钙剂..... 133

最宜通过运动和饮食补钙..... 134

缺 锌..... 135

缺锌会引起多种生理功能紊乱..... 135

哪些宝宝尤其要注意补钙..... 135

给宝宝正确科学补钙..... 136

食物补钙原则..... 137

铅 中 毒..... 139

铅中毒的影响..... 139

铅中毒的来源..... 140

铅毒虽猛，但可预防..... 142

带宝宝检测血铅，越早越好..... 143

测铅：要尽早、要定期..... 143

不同的测铅方法..... 144

警惕无良厂商制造“铅恐慌”骗术..... 145

血铅高了一定就要吃药吗..... 146

铅中毒的国际诊断标准..... 146

不同级别的铅中毒区别对待..... 147

食疗排铅较安全..... 147

排铅安神食谱..... 148

头 部 撞 伤..... 150

有关头部撞伤的Q&A..... 150

宝宝撞伤头部后的处理..... 151

撞伤当时的紧急处理..... 151

紧急处理后观察三日..... 152



急救篇



鱼刺卡喉	153
判断宝宝被鱼刺卡喉的标准	153
鱼刺卡喉处理现场直播	153
方案一:居家处理	153
方案二:去医院处理	154
防鱼刺卡喉, 烹调法很重要	155
什么样的鱼适合宝宝食用	155
适合宝宝食用的淡水鱼类	155
不适合宝宝食用的淡水鱼类	156
适合宝宝食用的海水鱼类	156
误服药物	157
应对宝宝误服药物	157
误服药物后的应急处理	159
高处坠伤	160
从高处坠伤是儿童意外伤害的最大元凶	160
5大高处坠伤危险场所	160
宝宝跌伤后的紧急救治	162
扭 伤	163
幼儿关节扭伤的表现	163
幼儿关节扭伤千万别立即热敷	163
幼儿关节扭伤的正确处理步骤	163
虫 咬 伤	165
被蚊虫叮咬	165
被毛虫螫伤	165
被蚂蟥叮	166
被蜂螫伤	166

被蜈蚣咬伤..... 167

被蝎子螫伤..... 167

眼睛进异物..... 168

清除宝宝眼睛异物的“三不”原则..... 168

异物侵入眼睛处理的步骤..... 169

游泳时伤了眼睛..... 170

为什么孩子游泳容易得眼病..... 170

游泳后的眼睛问题..... 170

淤青..... 171

关于淤青..... 171

淤青的症状..... 171

淤青的持续时间..... 171

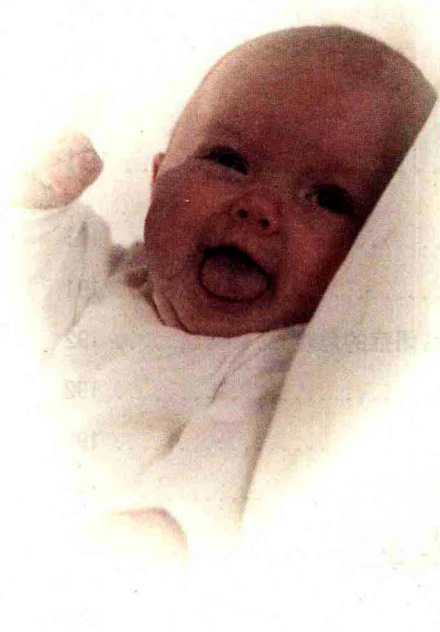
产生淤青的原因..... 171

淤青最容易产生的部位..... 171

正确处理淤青的步骤..... 172

冷敷材料的制作..... 172

使用冰敷时的注意事项..... 172



第 IV 篇 安全用药篇

OTC不能随使用..... 174

何谓OTC..... 174

宝宝常用OTC的使用方法..... 174

使用OTC的准则..... 178

抗生素..... 179

小儿慎用或禁用的抗生素..... 179

宝宝用药原则..... 180



第IV篇 心理疾病篇

药 水 182

五颜六色的药水..... 182

心生病了 186

为什么小小孩也会得心理疾病..... 186

什么情况下该带孩子去儿童心理科..... 187

儿童心理医生怎么给孩子看病..... 189

关于儿童心理科的Q&A..... 190

自 闭 症 191

名词解释：自闭症..... 191

“早发现”是治疗关键..... 191

什么情况下孩子会有患自闭症的危险..... 192

自闭症的早期特征..... 192

自闭症的典型症状..... 192

预防儿童自闭症，我们能做什么..... 193

附 录

附录一：0~3岁应做体检 194

体检前准备..... 194

体检方法..... 195

0~3岁宝宝体检项目一览表 197

附录二：接种疫苗 200

宝宝为什么要接种疫苗..... 200


安全接种疫苗的4大步骤..... 200

附录三：免疫力自测 203

看分数知免疫力强弱..... 203

附录四：食疗方解决小儿十大病症 206



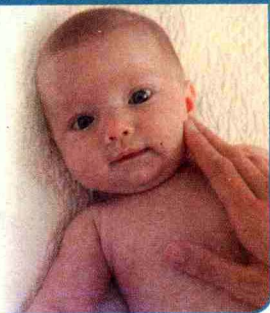


第一篇

常见病篇

头部问题

宝宝的头部无疑是新手妈妈最关注之处，当出现诸如肿块、变形、脱发之类的异常情况时，怎么办？



产瘤

有的宝宝出生后，头部可触摸到一个隆起的“包”，用手摸感到柔软，压之有凹陷，这种“包”叫产瘤。产瘤的发生是由于分娩时，子宫收缩和产道挤压，胎头皮肤、皮下组织血液循环受阻，局部出现充血、水肿和瘀血，甚至颅骨也会部分重叠使胎头暂时拉长变形，出现皮下血肿。

专家支招 出生后数天内会自行消失

产瘤一般在出生后数天内会自行消失，不需特别处理。因为这种出血仅仅发生在颅骨以外，并非是颅内出血，也没有殃及脑细胞。不影响宝宝智力，也不会遗留后遗症。你可以正常地保持宝宝头部清洁，手法轻柔地给宝宝洗头、洗澡。应注意的是，不要用手去搓揉宝宝头部的肿块，以及做冷敷、热敷等不当的处理。

头颅血肿

头颅血肿往往发生在难产时，因需要用胎头吸引器或产钳助产，使新生儿受压部位的颅骨骨膜下的血管破坏而出血形成包块。头颅血肿与产瘤都表现为新生儿的头部隆起，它们的区别是：产瘤隆起的界限不鲜明，一般在1~2天内会自行吸收消失，并不留痕迹。头颅血肿的隆起部分界限清楚，不会超过骨缝，血肿的吸收速度较慢，有时长达2个月之久。

专家支招 注意观察包块的变化

头颅血肿一般不需要特别的处理，不要揉按，应注意观察包块大小的变化，如变大或皮肤破了均要去医院就诊。一般情况下会自然痊愈，妈妈不必过分担心。个别情况下有可能发生感染或使新生儿黄疸加重，这时需要请医生诊断处理。

胎垢

宝宝刚出生时，在皮肤表面有一层油脂，是皮肤和上皮细胞的分泌物所形成的黄白色物质，俗称“胎垢”或“胎脂”。尤其是头皮的皮脂腺分泌很旺盛，如果不及时清洗，这些分泌物就会和头皮上的脏物积聚在一起，时间长了就形成厚厚的一层痂。

专家支招 用婴儿润肤油浸软后去除

在新生儿晚上入睡后，可用婴儿润肤油轻轻地擦在有头垢的皮肤上，经过一夜的滋润，可使头垢变软，第二天再用小梳子轻轻梳痂皮，或是用纱布轻轻擦拭，痂皮就会脱落，再用婴儿专用洗发液加温开水将宝宝头皮洗净，然后用毛巾盖住宝宝头部直到头发干透。如果胎垢很厚，可重复上述做法2~3次，即可完全除掉。

注意千万不可用梳子使劲硬刮或用手抠，这样很容易弄破宝宝头皮，造成继发感染。此外，老人们通常认为胎垢不能揭去，怕碰伤囟门、伤及大脑，或囟门容易受凉生病，其实是没有科学根据的。

囟门异常

宝宝的头顶部有一个柔软的、有时能看到跳动的地方，医学上称之为囟门。出生时有两个，前囟和后囟，前囟是由额骨和顶骨的骨缝构成的，出生时其直径为1.5~2.5厘米，6个月后逐渐变小，1~1.5岁时闭合。后囟一般在出生时就闭合，晚的在出生后2~4个月时闭合。如果囟门凸起或凹陷，囟门闭合太早或太迟都属于不正常。

专家支招 送医院做相关检查

宝宝的囟门虽然不大，却是反映宝宝身体健康的一个重要窗口。在宝宝1岁之内，通过观察这个小窗口，就可及早发现多种疾病，从而让宝宝早日得到诊断和治疗。

如囟门闭合太早，就要影响大脑和颅骨的发育，闭合太迟多见于佝偻病、脑积水、呆小症及生长过速的宝宝。前囟门忽然凸起，多半是因为颅内压力增大，可能的原因有：脑膜炎、颅内出血等。而当颅内压力变低或脱水时，囟门则会呈现凹陷状。当宝宝囟门有异常时，父母最好将宝宝送到医院做相关检查，明确病情，再针对病症做处理。



头颅畸形

新生儿的头颅呈椭圆形，相对较大，出生时头长约占身长的1/4。出生时颅骨已较硬，但颅缝可分裂，也可能因分娩时受产道挤压而出现边缘重叠。如有边缘重叠则用眼看或用手摸时有条线状突起的骨边缘，如重叠程度不重则随着宝宝头部的生长一般能重新长平。有些头颅的大小异常或畸形可能是某些疾病的典型体征，如囟门过早闭合可形成小颅畸形；方颅多见于小儿佝偻病或先天性梅毒；巨颅多见于脑积水等。

专家支招 若有明显异常应送医院

产道的挤压致新生儿头颅的变形，一般在出生后短时间内就会自行矫正，恢复后外观基本看不出来。头颅骨出生时虽已较硬，但如护理和睡眠姿势不当仍可发生偏头、扁头等头颅畸形，一般这段时期以不用枕头为好。如果发现宝宝头颅一直有明显异常或畸形应该及时到医院检查，排除某些病态，以免延误诊治。

枕秃

因出汗头痒，宝宝经常摇头擦枕，致使枕部或颞部头发脱落，称为枕秃。表现为后脑勺骨头突出的地方，由左到右，横的一圈掉头发，其他部分则不明显。枕秃一般都是正常生理现象，但是在宝宝患有某些疾病（如佝偻病）时，可能表现得更为明显，持续时间也会更长。

专家支招 如枕秃明显须怀疑佝偻病

枕秃一般在1岁半后就会稳定，并不需要特别治疗，也无需过度担心。如果枕秃较明显或持续时间较长，注意检查宝宝是否患有佝偻病，并遵医嘱做相应治疗。



脱发

一般在新生儿出生3个月左右，开始出现生理性的由前往后地掉发，有时也会因为家族遗传、体质的不同而出现不同的掉发速度。多数宝宝为隐匿性脱发，头发绵细、色淡，少数表现为突然出现明显的头发脱落，这些均属于生理性脱发，是由于宝宝出生后，大部分头发毛囊在数天内由成长期迅速转为休止期所致。

专家支招 如有加重迹象须送医院

新生儿掉发是生理性的正常现象，所以在治疗方面，并不需要特别处理。一般经过9~12周后，宝宝的毛囊会重新形成毛球，并向成长期活动，重新生长出新发。如果有加重的迹象，可到医院就诊，先明确病因，再对应治疗，相信会收到良好的效果。