

SHENGHUO BIBEI
生活必备
健康生活新开始
★★★★★
JIANKANG SHENGHUO XIN KAISHI

妈妈当医生

——防治 **宝宝** 疾病有妙招

主编☆席翠平

育儿防病的绝佳参考书
妈妈是宝宝最好的医生



 人民军医出版社
PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS



妈妈当医生

——防治宝宝疾病有妙招

主编☆席翠平

编委◎刘霞 任艳灵 席翠平 杨樱 赵建英 刘慧滢

图书在版编目(CIP)数据

妈妈当医生:防治宝宝疾病有妙招/席翠平主编:—北京:人民军医出版社,2008.11
ISBN 978-7-5091-2183-2

I. 妈… II. 席 III. 小儿疾病—防治 IV. R72

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 158621 号

策划编辑:石永青 文字编辑:王会军 责任审读:李 晨

出 版 人:齐学进

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)51927270;(010)51927283

邮购电话:(010)51927252

策划编辑电话:(010)51927300—8754

网址:[www. pmmp. com. cn](http://www.pmmp.com.cn)

印刷:潮河印业有限公司

装订:京兰装订有限公司

开本:787mm×1092mm 1/16

印张:19.5 字数:313 千字

版、印次:2008 年 11 月第 1 版第 1 次印刷

印数:0001~4500

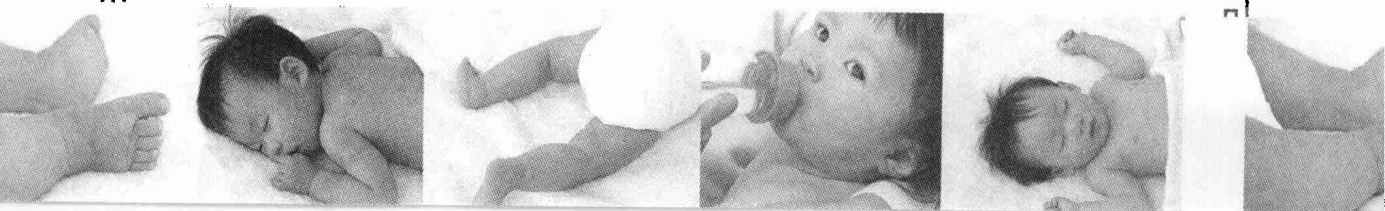
定价:36.80 元

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 ~

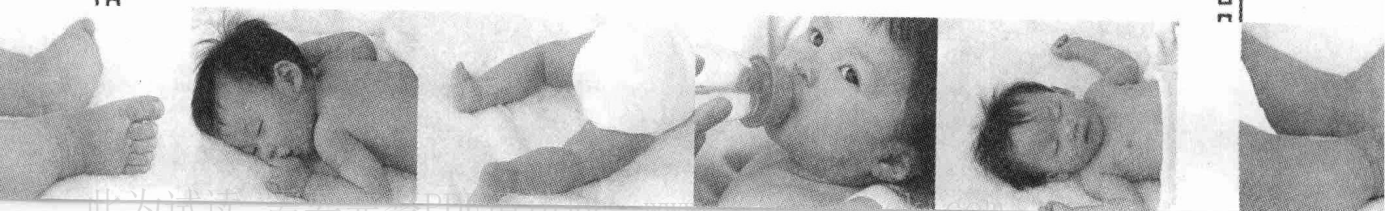
让宝宝更健康更快乐是所有妈妈的心愿。本书从令妈妈们困惑的宝宝难题入手,对照每一种问题给出了相应的家庭识病和养护方法,帮助妈妈们更好地对宝宝进行日常照顾,避免意外伤害,预防各种疾病。对于宝宝可能面临的各种问题,几乎都有涉及。阅读本书,可以让妈妈们成为宝宝最好的医生,从容应对宝宝面临的问题。本书集实用性、趣味性于一体,是一部育儿防病的绝佳参考书。



前言

宝宝在妈妈的腹中生长，伴随着妈妈的阵痛来到这个世界，享受妈妈的乳汁和温暖，迎接妈妈的爱抚，成长的每一步都和妈妈的照顾息息相关。宝宝和妈妈，永远有着天然而密切的联系。很多时候，妈妈是宝宝成长的见证人，只有她，最懂得宝宝的需要；只有她，最能够明了来自宝宝身上的每一个细微的变化。所以，细心的妈妈能够发现宝宝身上任何一点小小的异常。

宝宝的衣食住行，宝宝的喜怒哀乐，宝宝的成长经历无不牵动妈妈的心。尽管宝宝脱离了妈妈的子宫，却把妈妈的牵挂拉伸到生活的每一个角落。怎样让宝宝穿得更暖、吃得更营养；怎样让宝宝长得更高、走得更稳；怎样让宝宝不生病；怎样让宝宝远离可能的任何伤害……是每一位妈妈最为关注的问题。



妈妈当医生

——防治宝宝疾病有妙招

前言

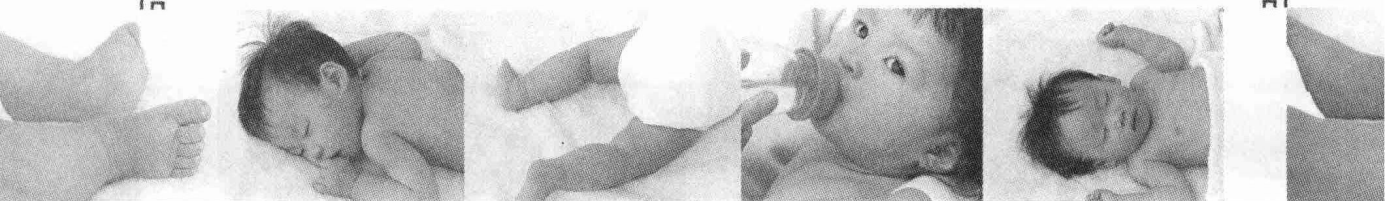
本书就是为这些妈妈送上的一份贴心礼物，手把手地告诉您，您的宝宝到底发生了什么，您需要做怎样的准备和护理，您怎样最大限度地减轻宝宝的伤痛。我想，这对于您来说，将会是一个很大的帮助。

这是一本让您和宝宝的交流变得更密切更流畅的书。您不必再用猜测来完成对宝宝的照顾，而可以通过本书对照宝宝的情况来给宝宝最贴切的关爱。不管您是一位新妈妈，还是正对照顾宝宝陷入困惑的妈妈，这本书都会成为您最好的朋友。

如果这本书能对您有一些启发或指导，如果这本书能够让您的宝宝避免一点病痛和伤害，那么，我们将倍感欣慰。

编者

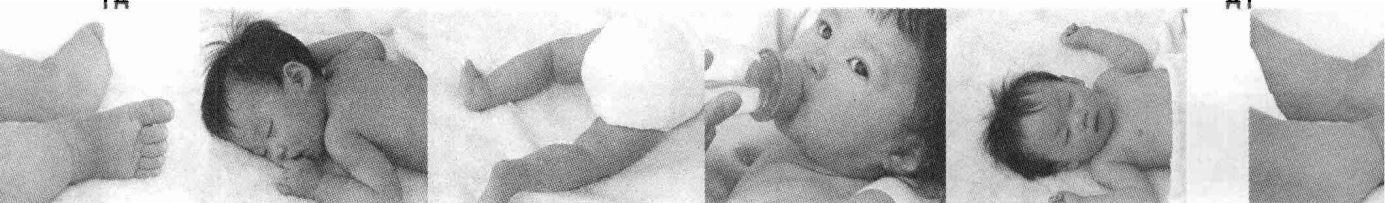
2008年10月



~ 目录 ~

第一章 妈妈巧护理,让宝宝远离生活习惯疾病

一、防治宝宝不良卫生习惯	3
◆1. 宝宝害怕洗澡	3
◆2. 宝宝不肯洗脸	8
◆3. 宝宝不肯换新衣	12
◆4. 宝宝不好好穿衣服	18
◆5. 宝宝依赖纸尿裤	21
◆6. 宝宝不讲卫生	23
二、纠正宝宝不良睡眠习惯	27
◆1. 宝宝半夜还不睡	27
◆2. 宝宝睡眠无规则	29
◆3. 宝宝睡觉不定时	32
◆4. 宝宝睡不安稳	33
◆5. 宝宝头睡扁	36
◆6. 宝宝睡觉踢被子	38
三、纠正宝宝不良饮食习惯	41
◆1. 宝宝吃饭不定时	41
◆2. 宝宝吃饭爱挑食	47
◆3. 宝宝喜欢吃冷饮	52



目录

◆4. 宝宝不爱吃粗粮	55
◆5. 宝宝食欲不太好	59
◆6. 宝宝爱吃膨化食品	63
◆7. 宝宝不爱吃水果	65
◆8. 宝宝总是要人喂	70
◆9. 宝宝总是舔嘴唇	75
◆10. 宝宝不吃肉	78
◆11. 宝宝喜欢喝饮料	83

四、防治宝宝姿势异常

◆1. 宝宝会坐不会爬	87
◆2. 宝宝走路摇摇摆摆	93
◆3. 宝宝睡姿不端正	96
◆4. 宝宝不肯迈步走	97
◆5. 宝宝 O 形腿	102

五、防治宝宝不良说话习惯

◆1. 宝宝说话口吃	105
◆2. 宝宝口齿不清楚	109
◆3. 宝宝不说话	113

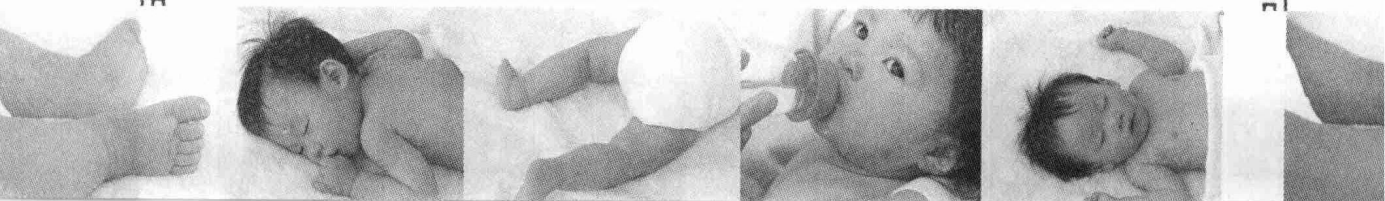
第二章 妈妈巧处理,减少宝宝意外伤害

一、生活中的安全隐患

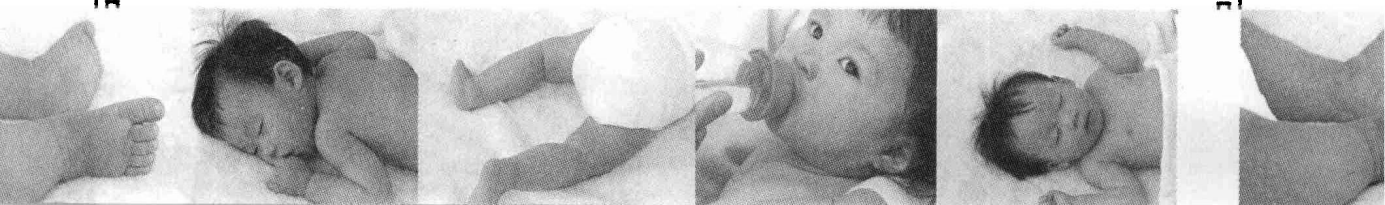
◆1. 室内安全隐患	121
◆2. 外出的安全隐患	122
◆3. 对宝宝的安全教育	122

二、防治宝宝意外受伤

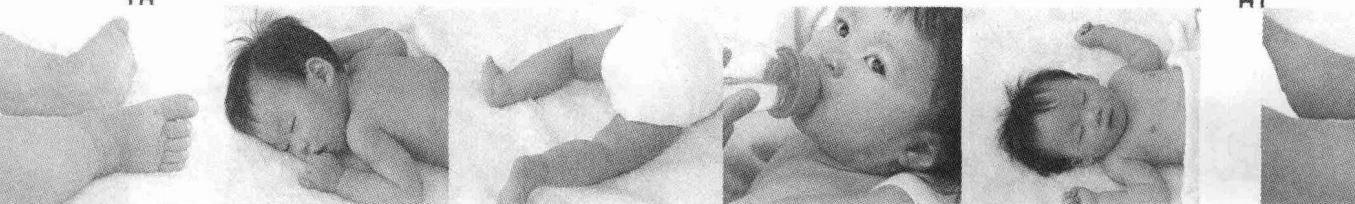
◆1. 防治宝宝割伤	123
------------------	-----



◆2. 防治宝宝刺伤	124
◆3. 防治宝宝扭伤	124
◆4. 防治宝宝骨伤	125
◆5. 防治宝宝烧烫伤	126
◆6. 防治宝宝鼻外伤	128
◆7. 防治宝宝被咬伤	129
三、防治宝宝意外中毒	131
◆1. 防治宝宝一氧化碳中毒	131
◆2. 防治宝宝药物中毒	132
◆3. 防治宝宝食物中毒	134
◆4. 防治宝宝误服毒物	136
◆5. 防治宝宝农药中毒	137
四、防治宝宝其他意外	139
◆1. 防治宝宝触电	139
◆2. 防治宝宝溺水	140
第三章 妈妈巧观察,防治宝宝常见疾病	
一、防治宝宝感冒	145
◆1. 1岁以内的婴儿最容易感冒	145
◆2. 宝宝感冒的预防	145
◆3. 感冒的治疗	147
◆4. 宝宝感冒的家庭护理	147
◆5. 宝宝感冒的简易疗法	148
二、防治宝宝发热	150
◆1. 发热本身不是病	150



◆2. 宝宝发热的常见原因	151
◆3. 宝宝发热的常见应对方法	153
◆4. 正确给宝宝量体温	153
◆5. 宝宝发热,别急着降温	154
◆6. 家庭简单退热法	154
◆7. 正确使用退热药	155
◆8. 诊后注意事项	156
三、防治宝宝呕吐	157
◆1. 引起宝宝呕吐的常见疾病	157
◆2. 应注意的宝宝呕吐症状	159
◆3. 妈妈如何护理呕吐宝宝	160
四、防治宝宝惊厥	162
◆1. 宝宝惊厥的原因	163
◆2. 导致癫痫的危险因素	163
◆3. 妈妈应注意宝宝惊厥预后不良	164
◆4. 有效防治宝宝高热惊厥	165
◆5. 宝宝常惊厥应警惕缺镁	167
五、防治宝宝贫血	168
◆1. 妈妈要警惕宝宝贫血	168
◆2. 宝宝贫血的判断	169
◆3. 宝宝贫血的家庭预防	170
◆4. 宝宝贫血食谱	171
◆5. 宝宝贫血家庭护理要点	172
六、防治宝宝肺炎	173
◆1. 宝宝常见肺炎的种类及症状	173



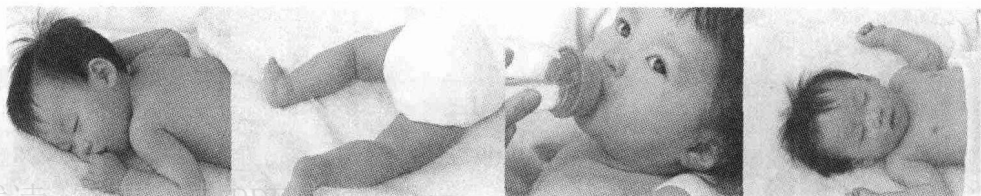
妈妈当医生

——防治宝宝疾病有妙招

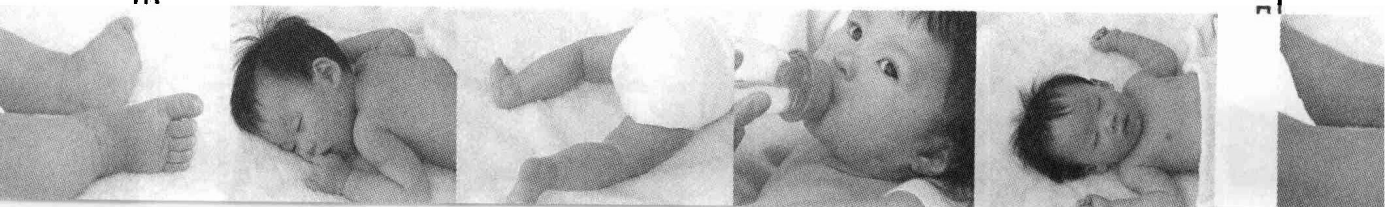
目 录

◆2. 家长如何发现宝宝得了肺炎	174
◆3. 患肺炎宝宝的饮食	175
◆4. 宝宝患肺炎妈妈如何护理	175
◆5. 如何预防宝宝得肺炎	177
七、防治宝宝百日咳	177
◆1. 百日咳的病因及表现	178
◆2. 妈妈应重视宝宝预防接种	179
◆3. 百日咳有哪些并发症	180
◆4. 宝宝百日咳家庭护理	181
◆5. 宝宝得了百日咳有哪些禁忌	182
八、防治宝宝扁桃体炎	182
◆1. 扁桃体炎的种类及症状	182
◆2. 宝宝扁桃体炎的防治	184
◆3. 慢性扁桃体炎食疗方法	184
◆4. 宝宝扁桃体炎的家庭护理要点	185
九、防治宝宝腮腺炎	186
◆1. 腮腺炎的症状及种类	186
◆2. 腮腺炎的防治及并发症	187
◆3. 宝宝腮腺炎食疗	188
◆4. 宝宝腮腺炎的家庭治疗与护理	189
十、防治宝宝麻疹	190
◆1. 麻疹的症状表现和并发症	190
◆2. 麻疹的预防	191
◆3. 宝宝麻疹家庭护理	192
◆4. 宝宝麻疹注意事项	193

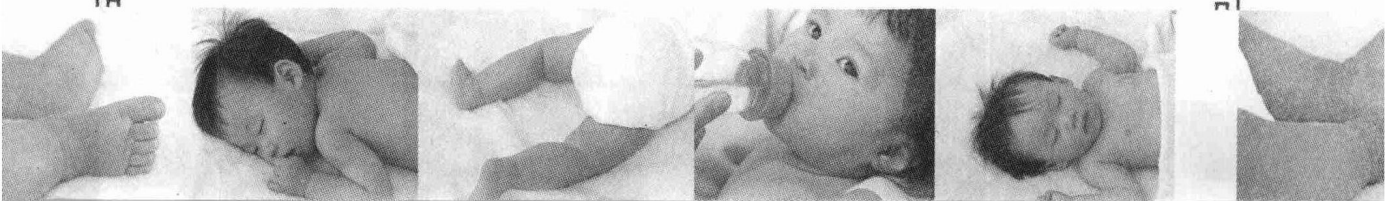
• 005 •



十一、防治宝宝节日病	194
◆1. 预防宝宝“节日病”	194
◆2. 宝宝常见节日病的种类	195
◆3. 如何防治宝宝的节日病	196
十二、防治宝宝肥胖症	198
◆1. 宝宝肥胖症的分类	198
◆2. 宝宝肥胖症的常见并发症	199
◆3. 宝宝肥胖症的家庭治疗	200
十三、防治宝宝支气管哮喘	202
◆1. 宝宝支气管哮喘的症状和病因	202
◆2. 宝宝支气管哮喘的预防	203
◆3. 宝宝支气管哮喘的饮食治疗	203
◆4. 宝宝支气管哮喘的家庭护理	205
◆5. 宝宝支气管哮喘的治疗方法	205
十四、防治宝宝近视	206
◆1. 宝宝近视的分类	206
◆2. 宝宝近视的预防	207
◆3. 宝宝近视的诊断	208
◆4. 宝宝近视食疗法	209
◆5. 防治宝宝近视的有益食物	210
十五、防治宝宝多动症	210
◆1. 正确判断宝宝是否患多动症	210
◆2. 适当对待好动的宝宝	211
◆3. 宝宝多动症的测试方法	212



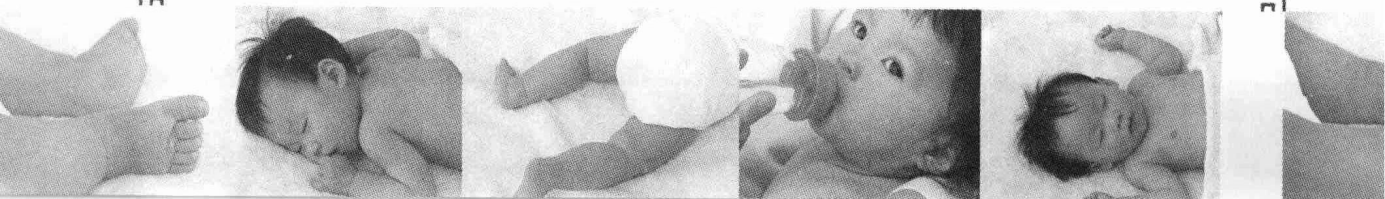
◆4. 宝宝患多动症怎么办	213
◆5. 区别宝宝“好动”和“多动”	214
十六、防治宝宝龋齿	215
◆1. 宝宝龋齿产生的原因	215
◆2. 宝宝龋齿的预防	216
◆3. 保护宝宝乳牙的方法	217
◆4. 保护六龄牙	220
十七、防治宝宝腹泻	220
◆1. 夏秋之际是宝宝腹泻的多发季节	221
◆2. 宝宝腹泻的原因及类型	221
◆3. 宝宝腹泻的预防	223
◆4. 宝宝腹泻的治疗原则	225
◆5. 宝宝腹泻的食疗方法	226
◆6. 宝宝腹泻的家庭护理	228
十八、防治宝宝营养不良	229
◆1. 宝宝营养不良的表现	229
◆2. 引起宝宝营养不良的原因	230
◆3. 如何纠正宝宝营养不良	231
十九、防治宝宝免疫力低	233
◆1. 母乳喂养可以增强宝宝免疫力	233
◆2. 纯母乳喂养可满足宝宝的营养需要	234
◆3. 怎样正确喂养宝宝	236
◆4. 妈妈喂奶后的注意事项	237
◆5. 上班族妈妈的母乳喂养	237
◆6. 母乳喂养应注意的问题	238



二十、防治宝宝便秘	240
◆1. 人工喂养宝宝的方式	241
◆2. 人工喂养宝宝的步骤	242
◆3. 混合喂养宝宝要注意	247
◆4. 人工喂养应注意的事项	248

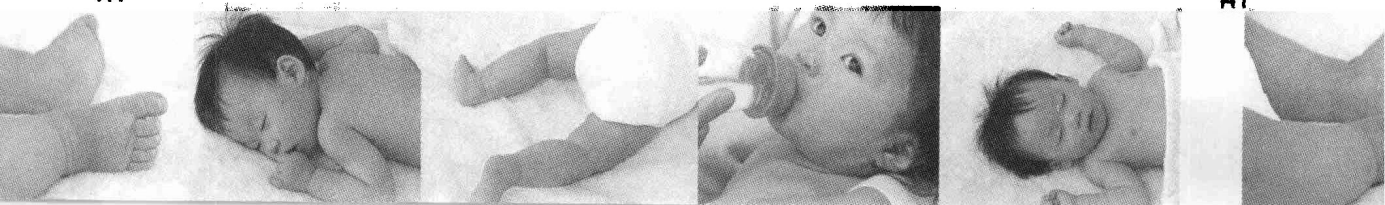
第四章 妈妈巧预防,防治宝宝突发疾病

一、日常护理预防宝宝突发疾病	253
◆1. 常带宝宝做户外运动	253
◆2. 让宝宝多喝水	253
◆3. 不给宝宝掏耳屎(盯聆)	254
◆4. 清洁宝宝的眼、耳、鼻	254
◆5. 给宝宝滴的眼、耳、鼻滴药	255
◆6. 为宝宝清洗会阴部	255
二、早期发现宝宝患病	256
◆1. 宝宝生病有病状	256
◆2. 宝宝生病有体征	256
三、防治宝宝突发疾病	257
◆1. 防治宝宝急性胃肠炎	257
◆2. 防治宝宝急性喉炎	257
◆3. 防治宝宝急性中耳炎	258
◆4. 防治宝宝急性阑尾炎	260
◆5. 防治宝宝急性肾小球肾炎	260
◆6. 防治宝宝急性痢疾	262
◆7. 防治宝宝狂犬病	263
◆8. 防治宝宝非典型肺炎	265

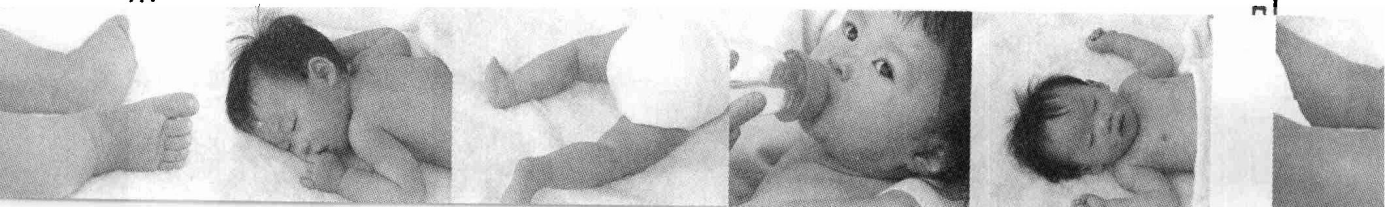


第五章 妈妈巧照顾,防治宝宝心理疾病

一、防治宝宝忧郁症	269
◆1. 宝宝忧郁症的表现	269
◆2. 宝宝忧郁症的发病原因	270
◆3. 宝宝忧郁症的分类	271
◆4. 宝宝忧郁症的治疗	272
◆5. 宝宝忧郁症的预防	272
二、防治宝宝恐惧症	273
◆1. 宝宝恐惧症的表现	273
◆2. 引起宝宝恐惧症的原因	274
◆3. 宝宝恐惧症的治疗	274
三、防治宝宝焦虑症	275
◆1. 宝宝焦虑症的发病情况	275
◆2. 宝宝焦虑症的表现	275
◆3. 宝宝焦虑症产生的原因	276
◆4. 宝宝焦虑症的处理	277
四、防治宝宝逆反心理	278
◆1. 宝宝逆反心理的表现	278
◆2. 宝宝逆反心理的原因	278
◆3. 宝宝逆反心理的危害	279
◆4. 宝宝逆反心理的预防	279
五、防治宝宝发脾气	281
◆1. 宝宝发脾气的原因	281
◆2. 宝宝发脾气的处理办法	283



◆3. 处理宝宝发脾气的注意事项	283
六、防治宝宝怕见陌生人	284
◆1. 宝宝退缩行为的主要表现	284
◆2. 引发宝宝退缩行为的原因	285
◆3. 宝宝退缩行为的处理方法	285
七、防治宝宝依赖症	286
◆1. 宝宝依赖症的表现	286
◆2. 引发宝宝依赖症的原因	287
◆3. 宝宝过分依赖的危害性	288
◆4. 宝宝依赖症的处理	288
八、防治宝宝自闭症	289
◆1. 宝宝自闭症的表现	290
◆2. 宝宝自闭症的家庭治疗方法	291
九、防治宝宝幼稚病	292
◆1. 宝宝幼稚病的识别方法	292
◆2. 造成宝宝心理发育迟滞的原因	293
◆3. 宝宝幼稚病的处理方法	294



第一章 妈妈巧护理

让宝宝远离生活习惯疾病

