

宝宝的



安全与急救

● 关注健康，才能拥有完美人生；打造细节，才能享受生活。



TS076 31

健康
中国
Health of China



宝宝的

BAOBAO DE ANQUAN YU JIJU

安全与急救



 哈尔滨出版社

图书在版编目(CIP)数据

宝宝的安全与急救 / 崔钟雷主编. — 哈尔滨: 哈尔滨出版社, 2010.3

(健康中国·第一辑)

ISBN 978-7-80753-268-2

I. 宝… II. 崔… III. 小儿疾病: 急性病—急救 IV. R720.597

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 012342 号



书 名: 宝宝的安全与急救

主 编: 崔钟雷

副 主 编: 于海燕 安 阳

责任编辑: 王 放 盛学国

责任审校: 陈大霞

装帧设计: 稻草人工作室 

出版发行: 哈尔滨出版社 (Harbin Publishing House)

社 址: 哈尔滨市香坊区泰山路 82-9 号 邮编: 150090

经 销: 全国新华书店

印 刷: 洛阳和众印刷有限公司

网 址: www.hrbcbbs.com www.mifengniao.com

E-mail: hrbcbbs@yeah.net

编辑版权热线: (0451) 87900272 87900273

邮购热线: (0451) 87900345 87900299 87900220 (传真) 或登录蜜蜂鸟网站购买

销售热线: (0451) 87900201 87900202 87900203

开 本: 889 × 1194 1/24 印张: 18 字数: 320 千字

版 次: 2010 年 3 月第 1 版

印 次: 2010 年 3 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-80753-268-2

定 价: 47.20 元 (全四册)

凡购本社图书发现印装错误, 请与本社印制部联系调换。 服务热线: (0451) 87900278

本社法律顾问: 黑龙江佳鹏律师事务所



前言

FORWORD

在父母的眼中,每个宝宝都是一个可爱的小精灵。他的一颦一笑、一举一动,无不时刻牵动着所有爱他的人。而让宝宝健康成长,聪明活泼,也会给家庭带来欢笑,成为父母脑海中永远动人的回忆。

为了使更多的年轻父母们在了解宝宝自身生长发育等生理特点的基础上,掌握宝宝在不同年龄段的保健知识及一些常见病的防治,提高宝宝的身体素质,我们特地编写了《迎接宝宝,全家总动员》《0—6个月宝宝成长跟踪》《6—12个月宝宝成长跟踪》《学做宝宝爱吃的辅食》《宝宝的抚触与按摩》《宝宝的安全与急救》这6本书。其中有些书为您详细介绍了应该如何孕育一个健康宝宝的科学知识,使您可以顺利增添一个活泼可爱的小天使;有些书向您详细介绍了各个不同年龄段宝宝的生长发育特点,帮助年轻的父母们根据自家宝宝的成长特点制订合理的养育计划;还有些书帮助新手父母们了解婴幼儿成长过程中可能遇到的各种危险和规避方法,使宝宝在亲人的呵护下健康成长。这些书对宝宝成长的各个方面作了深入浅出、简明扼要的阐述,除了内容丰富外,在阅读方式上更贴近现代家庭生活。

希望广大读者能够从这些集实用性 with 科学性为一体的书中获得有益的指导,让宝宝健康成长,享受美好的生活。



目录

Contents

Part 1 宝宝安全篇 9

Part 2 宝宝急救篇 67



PART 1 宝宝安全篇

宝宝的饮食安全



1. 哺乳妈妈安全用药对宝宝喂养的影响 10
2. 小心宝宝对牛奶过敏 11
3. 宝宝添加辅食时的安全 12
4. 小心宝宝吐奶 13
5. 宝宝餐具的安全选择 14
6. 警惕影响宝宝大脑发育的食物 15
7. 宝宝进食时的安全 16
8. 宝宝不宜太早喝全脂牛奶 17
9. 宝宝不应多食油炸食品 17
10. 小心宝宝“积食” 18
11. 宝宝吃水果要安全适度 19

宝宝的居家安全



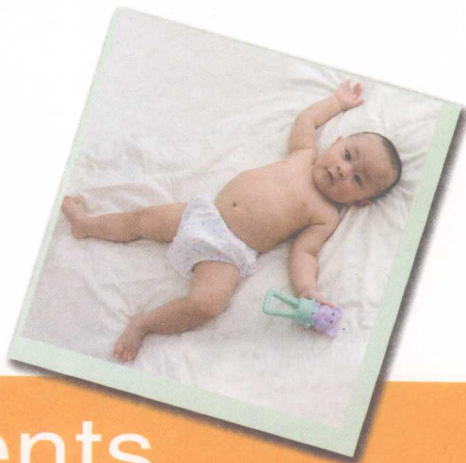
1. 卧室安全 19
2. 客厅安全 22
3. 厨房的安全对策 24

4. 卫生间安全 26
5. 阳台、玄关的安全防护 26
6. 楼梯安全 27
7. 家中门的安全 27
8. 宠物安全 27
9. 玩具安全 27
10. 推车安全 29
11. 服装安全 30

宝宝的出行安全



1. 0—1岁宝宝的出行安全 31
2. 1岁以上宝宝的出行安全 31



Contents

目录

Contents



3. 宝宝交通安全	33	8. 合理使用抗生素	41
4. 宝宝夏日郊游安全	33	9. 家庭药品的保存方法	42
宝宝的户外安全 ◎		10. 各类家庭药品的特点	42
1. 家附近的户外安全	33	11. 提高宝宝用药的依从性	44
2. 游乐场安全	34	12. 宝宝常用药物	44
3. 超市安全	34	13. 科学补锌法	45
4. 商场安全	35	14. 补充铁剂时的注意事项	46
宝宝的用药安全 ◎		15. 对于药物性耳聋的防范	46
1. 宝宝服用药物的剂量与时间	36	16. 损伤宝宝肾功能的药物	47
2. 用药途径及选择	36	17. 警惕潜在的激素威胁	48
3. 药物不良反应的种类	37	18. 宝宝应慎服中成药	49
4. 药物不良反应的预防	38	19. 正确选用宝宝止咳药	49
5. 宝宝用药特点	38	20. 宝宝慎用磺胺药	49
6. 成人药多数不能给宝宝服用	40	21. 宝宝慎用氨茶碱	50
7. 乱吃补药有害处	40	22. 宝宝慎用氟哌酸	51

23. 宝宝慎用感冒通	51	7. 宝宝不是接种越多疫苗越好	61
24. 激素类药物的副作用	52	8. 接种后的正常反应	62
宝宝的免疫安全 ◎		9. 不要经常注射丙种球蛋白	
1. 计划免疫	54	10. 曾经抽过筋的宝宝接种要注意 ...	63
2. 宝宝接种疫苗的必要性	54	11. 患有先天性心脏病的宝宝接种 须注意	63
3. 宝宝常用的疫苗	55	12. 宝宝接种前的注意事项	64
4. 合理选择接种疫苗	60	13. 宝宝接种后的注意事项	64
5. 尽量不要同时让宝宝接种几种 疫苗	61	14. 宝宝接种后易出现的不良反应 ...	64
6. 接种疫苗不会伤害宝宝的免疫 系统	61	15. 正确应对宝宝注射乙肝疫苗后 没抗体	65
		16. 认识宝宝接种疫苗的各个误区 ...	66

PART**2** 宝宝急救篇

宝宝意外伤害急救知识 ◎

1. 急救的基本知识	68
2. 平时的安全急救	68
3. 识别急症的症状	69
4. 现场急救原则	70
5. 家庭常用伤口处理方法	72
6. 家庭常用止血方法	73



Contents

目录

Contents



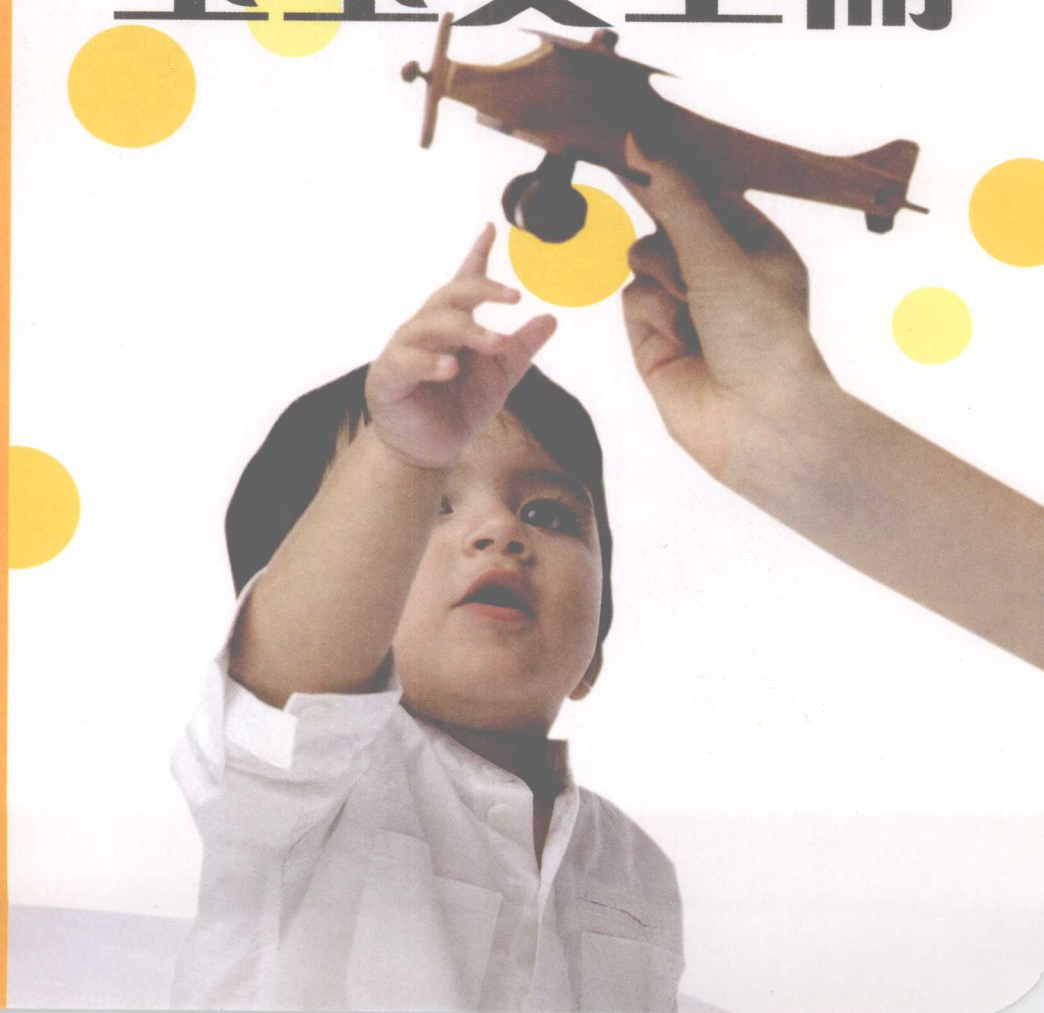
宝宝常见意外急救



1. 过敏反应	74	16. 噎住	95
2. 骨折	75	17. 衣服着火	95
3. 烧伤	77	18. 溺水	96
4. 咬伤	79	19. 触电	96
5. 割伤、擦伤和创伤	81	20. 头部受伤	96
6. 面部受伤	83	21. 从高处坠落	97
7. 冻伤	84	22. 误食有毒物质	98
8. 阴茎外伤	86	23. 房屋失火	99
9. 刺伤	86	24. 误服药物	99
10. 鱼刺哽喉	88	25. 脱臼	100
11. 扭伤	88	26. 眼、耳、鼻进异物	101
12. 昆虫蜇伤	90	27. 窒息	103
13. 中暑	92	附录	
14. 晒伤	92	预防接种疫苗程序参考表	104
15. 一氧化碳中毒	95	0—3岁宝宝体检完全手册	105

· P ART 1

宝宝安全篇





宝宝的饮食安全

1. 哺乳妈妈安全用药对宝宝喂养

的影响 ————— Part 01

新手妈妈在哺乳期一定要注意安全用药，滥用药物不但会损伤自己的身体健康，也会对宝宝的健康产生非常严重的影响。当哺乳妈妈患病时当然要接受治疗，但是因为还要哺乳，所以应该咨询医生的意见，选择服用不会对宝宝的健康产生影响的药物。无论是哪种药物，进入人体后都会经过消化、吸收、分布、生物转化和排泄等



过程，而进入哺乳妈妈体内的药物会通过血液进入乳腺，进而会在哺乳时影响到宝宝。因此新手妈妈在选择药物时一定要谨慎。据多年来的临床研究表明，哺乳妈妈禁用的药物主要有抗生素类药物、降血压类药物、抗疟疾类药物、解热止痛类药物、磺胺类药物、镇静安眠类药物、抗甲状腺制剂和碘剂、避孕类药物、抗结核类药物等。其中卡那霉素、链霉素会通过哺乳妈妈的乳汁对宝宝的神经造成永久性的、不可逆转的损害；降压药中的氢噻酮、克尿噻会使宝宝尿少、血小板减少；磺胺类药物可抑制胆红素与葡萄





糖醛酸或血清蛋白的结合，诱发新生儿期黄疸变成抗黄疸；抗甲状腺制剂和碘剂会导致宝宝甲状腺功能低下；避孕药会让男婴乳房变大、女婴阴道上皮增生，甚至会诱发癌症。

此外，新手妈妈服药还要注意药量的问题。对于某些药物，增加些药量并不会对成人的身体造成影响，但对宝宝来说可能是致命的过量。宝宝还处在哺乳期，自身的免疫功能差，加上肝脏和肾脏的解毒和排毒的能力较差，很容易造成不可想象的严重后果。

新手妈妈还要注意某些药物可能会引起宝宝过敏。例如一些抗过敏药物如阿司匹林、青霉素、链霉素等，在服用前最好母子都进行过敏试验，以免发生严重的过敏反应。

鉴于以上几点，新手妈妈在服用药物时要小心谨慎，服药后要检查乳汁中没有药物的成分再继续喂养。还要注意服用药物的剂量、服用时间的

长短、药物的溶解度及宝宝对药品的耐受力等等。

2. 小心宝宝对牛奶过敏 --Part 01

随着空气污染等环境问题的出现，过敏体质的人越来越多，抵抗力较弱的宝宝首当其冲。有的新手妈妈在给宝宝喂牛奶后发现宝宝身上出现了一些小红点，不知道怎么办才好。如果



确定宝宝在食用牛奶之后没有接触或食用其他食物，就有可能是宝宝对牛奶过敏。宝宝的免疫力较低，当受到各种刺激的时候，都可能反应在皮肤上，也就是小红点。宝宝体温升高时会出现同样的状况。宝宝如果属于牛奶过敏，那在食用牛奶后就会有比较明显的反应，此外还会出现腹痛、腹泻等症状，比较严重的会呼吸困难、晕眩等。如果宝宝出现上述症状，就应该迅速将宝宝送往医院，接受专业的检查和





治疗。可以换用羊奶或豆奶来喂养宝宝,当然,应该听取专业医生的意见,预防再次过敏的方法就是远离可能的过敏原。

3. 宝宝添加辅食时的安全 -Part 01

准备给宝宝做辅食的食材一定要处理干净。外皮应该仔细地清洗,最好用专业清洗蔬果的洗涤剂来清洗。注意不要用毛巾来擦干食材,以免滋生各种细菌,可以用厨房纸巾来擦,当然,自然晾干也是一个好办法。

带有外皮的蔬菜和水果最好将外皮去掉,并小心地将果核、种子等都除去。

为了保证宝宝的健康,将感染病菌的可能性降到最低,宝宝在开始食用辅食时父母应该将蔬菜和水果都煮过后再食用,还可以选用蒸煮的方式,只要保证食材是全熟的就可以了。因为宝

宝宝的消化系统还没有完全发育好,因此不要在宝宝的辅食中过早地添加盐和糖,最早也要等到宝宝8个月后可以少量食用。

在最初做辅食的时候,宝宝的食物除了要保证全熟外,还应该是熟烂的,可以轻松地压成泥状,这样宝宝才可以顺利地吞咽。在处理食材时还可以适当加些水,这样做出的辅食会是糊状的,适合刚开始食用辅食的宝宝。

用蔬菜和水果做成的辅食保存期有限,因此在煮过后应尽快让宝宝食用,或是及时冷藏。

如果新手爸妈是利用搅拌机来加工食材,一定要在使用前挑出食材中





比较坚硬或不易处理的部分。

不要过早让宝宝食用含有各种人工调味料的食品。

不要让宝宝吃之前没有吃完的食物。

在喂宝宝吃饭时，注意食物的温度和口味。

4. 小心宝宝吐奶 -----Part 01

有些宝宝出生半个月以后会经常吐奶，尤其是男婴居多。对于一般的吐奶，妈妈可以把刚吃过奶的宝宝直立起来，轻轻拍拍后背，让他把吃进去的空气吐出来，吐奶就可以避免或减少一些。可是，对于某些宝宝来说，避免吐奶采用这种方法效果不大。妈妈要注意观察，宝宝如果在吐奶前后样子并不痛苦，就不要紧。健康的宝宝胃蠕动功能旺盛，因此容易发生吐奶。在出生后1—2个月内是最严重的，这没有特别的治疗方法。不管怎么样，随着宝宝月龄的增大，都会自然好转的。

无论母乳喂养还是人工喂养，宝宝都会发生经常性吐奶。妈妈可以减少每次的喂奶量，增加喂奶次数。为了防止脱水，可以喂些糖水、果汁。如果宝宝吃完奶睡着了，妈妈一定要守在旁边，一旦二三十分钟之后宝宝吐奶，可以及时处理，以防奶块进到气管引





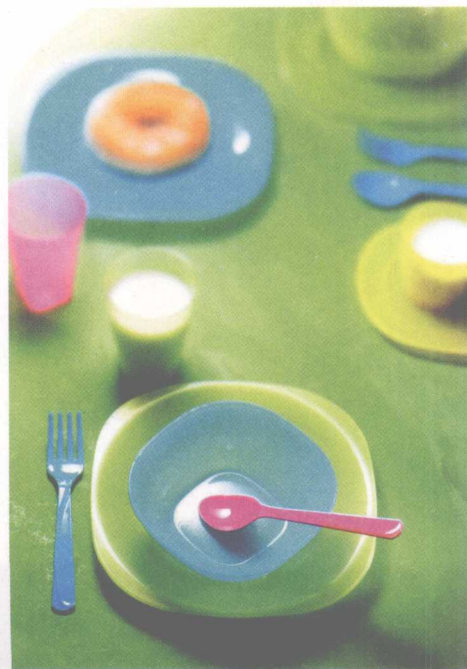
起宝宝窒息。也有的吐奶宝宝表现出十分难受的样子,哭闹不止。这时就要考虑是否有肠套叠或其他疾病,要及时去看医生。当然,这种情形是很少的。

5. 宝宝餐具的安全选择 --Part 01

宝宝餐具的选择是很重要的,如果选择了存在安全隐患的餐具,很容易对宝宝的健康产生不良影响。

① 普通塑料餐具

普通的塑料餐具在加工时可能会为了配合某种特定的材质添加各种工业溶剂,就有可能带有部分毒性。当使用塑料餐具的时候,这些微量毒素会附着在食物上,当宝宝用此餐具进食



时,就会对宝宝的健康产生危害。尤其是在普通塑料餐具加热的时候,毒性会比平时更大,对人体健康的危害也更大。所以,新手父母在帮宝宝选择餐具的时候一定以安全性为最重要的原则,应选择经过严格检测、专门针对婴幼儿设计制作的塑料餐具。

② 彩色餐具

现在很多餐具都带有彩釉,事实上彩釉不利于宝宝的健康,其中可能会含有铅,而一旦彩釉餐具中盛装的是酸性食物,彩釉中的铅就会溶解出来,沾染到食物上,这样宝宝就可能食用含有铅的食物。另外,有些涂有彩漆的筷子也一样不能让宝宝使用,如果这些筷子老化或是被宝宝经常使用,就有可能将其中的铅直接吞食下去。宝宝如果体内铅含量过高,就会对智力发育产生严重的影响。

③ 尖锐餐具

一些不锈钢的餐具如勺子、叉子也会对宝宝的健康产生威胁,尤其是



制作不合格,带有粗糙边缘的,宝宝使用会很危险。因为宝宝即使已经可以自己使用餐具,但手部的平衡能力和定位能力还比较差,当使用比较锋利的餐具时很容易弄伤自己。

④ 不容易清洗的餐具

有些餐具在使用后很容易沾染上食物的油垢和汤汁,清洗起来很不容易。如果宝宝经常使用这样的餐具,会使胃肠道感染各种病菌,影响宝宝的健康成长。

6. 警惕影响宝宝大脑发育的

食物 ————— Part 01

0—1岁这段时期对儿童的大脑发育非常重要,这时父母一定要合理地给宝宝补充营养,选择正确的食物可起到健脑益智的作用,不能让宝宝爱吃什么就吃什么,因为有些食物会损害宝宝的大脑发育。下面这些食物对宝宝的大脑发育有害,父母需要特别注意。

① 含味精多的食物

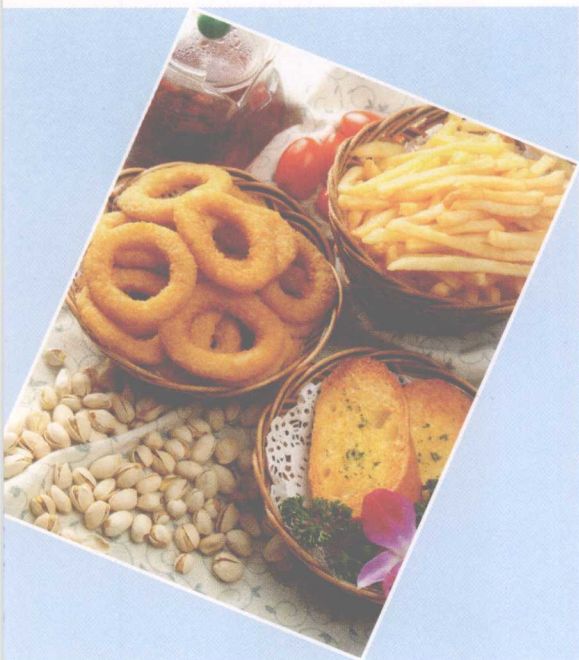
据相关医学研究表明,在妊娠后期,孕妈妈如果经常吃味精会使胎宝宝缺锌,0—1岁的宝宝如果食用过多的味精可能会引起脑细胞坏死。世界卫生组织经过研究后提出:成年人每天摄入味

精量应在4克以内,孕妈妈和0—1岁的宝宝禁止食用味精。宝宝长大后也要尽量少食用含味精多的食物。

② 过咸的食物

成年人对食盐的需要量每天不超过6克,儿童每天不超过4克。平时的饮食中父母应尽量少给宝宝吃含盐较多的食物,像咸菜、咸肉、豆瓣酱、榨菜等。因为含盐过多的食物会引起动脉硬化、高血压等疾病,损伤动脉血管,对脑组织的血液供应产生不良影响,导致脑细胞缺氧缺血,时间长了会使





宝宝记忆力下降、反应迟钝,智力发育受阻。

③含铅的食物

铅是人脑细胞的隐形“杀手”,宝宝如果摄入铅过量会使大脑受到损伤,引起智力低下等病症。爆米花是许多宝宝爱吃的食品,但爆米花在制作过程中,机罐受到高压加热,罐内的软铅垫表面的铅有一些就会变成气态铅,使得爆米花中含有大量的铅,所以宝宝要尽量少吃该食品。还有比较常见的食物如皮蛋,其原料中含有大量铅盐和氧化铅,宝宝吃皮蛋也会影响智力。

④含铝的食物

在日常生活中,一般都是通过食物和水直接摄入铝。一些食品中使用了含铝的添加剂,如油条、粉丝、凉粉,膨化食品和饼干中会添加某些疏松剂和含铝的发酵粉。如果宝宝在日常饮食中食用过多这些食物,就会导致铝蓄积中毒,影响大脑发育,会造成记忆力下降、反应迟钝,严重时甚至会导致痴呆。所以,父母不要给宝宝多吃油条、油饼和膨化食品这类含铝量高的食物。

⑤含过氧化脂质的食物

过氧化脂质主要存在于油温在200℃以上的煎炸类食品中,还有长时间在阳光下曝晒的诸如烧鹅、熏鱼、烧鸭等食物,炸过鱼、肉、虾的油中也会很快氧化并产生过氧化脂质。这种物质对人体有害,如果长期食用含过氧化脂质高的食物,过氧化脂质会在体内不断积聚,对人体内某些代谢酶系统进行破坏,使大脑变得早衰或痴呆。所以父母切记不要让宝宝过多食用这些食物。

7. 宝宝进食时的安全 ----Part 01

宝宝在进食时,父母应该一直守在旁边,并保证有良好的就餐环境,轻松温馨的环境比较适合进食。