

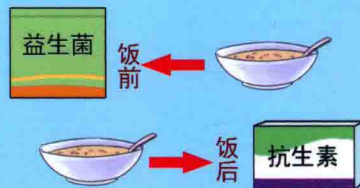
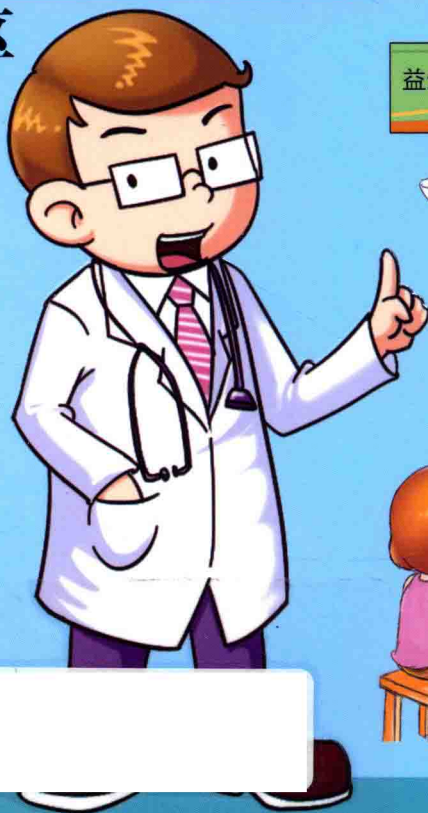
崔玉涛

图解家庭育儿9

最新
★NEW★
升级版

直面·小儿·就医·误区

崔玉涛 / 著



媒体争相邀约的儿科专家 / 拥有580万妈妈微博粉丝
深入浅出的非处方语言 / 30年儿科临床经验总结

人民东方出版传媒
东方出版社

崔玉涛 图解家庭育儿

最新
★NEW★
升级版

9

直面·小儿·就医·误区

崔玉涛 / 著



获得更多资讯，请关注：
科学家庭育儿微信公众账号



正版查验方式：

1. 刮开涂层，获取验证码；
2. 扫描标签上二维码，点击关注；
3. 查找菜单“正版查验”栏；
4. 输入验证码即可查询。

人民东方出版传媒
 东方出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

崔玉涛图解家庭育儿：最新升级版.9 / 崔玉涛 著. — 北京：东方出版社，2016.11
ISBN 978-7-5060-9330-9

I. ①崔… II. ①崔… III. ①婴幼儿—哺育—图解 IV. ①TS976.31-64

中国版本图书馆CIP数据核字 (2016) 第269985号

崔玉涛图解家庭育儿：最新升级版.9

(CUIYUTAO TUJIE JIATING YU'ER : ZUIXIN SHENGJIBAN.9)

作 者：崔玉涛

策 划 人：刘雯娜

责任编辑：郝 苗

出 版：东方出版社

印 刷：天津市豪迈印务有限公司

版 次：2017年1月第1版

印 次：2017年3月第2次印刷

印 数：20 001—40 000册

开 本：787毫米×1092毫米 1/20

印 张：8

字 数：122千字

书 号：ISBN 978-7-5060-9330-9

定 价：39.00元

发行电话：(010) 85800864 13681068662

版权所有，违者必究 本书观点并不代表本社立场

如有印装质量问题，请拨打电话：(010) 58487165

崔大夫最新升级版寄语

从2001年起在《父母必读》杂志开办“崔玉涛医生诊室”专栏至今，在逐渐得到社会各界认可的同时，我也由一名单纯的儿科临床医生，逐渐成长为具有临床医生与社会工作者双重身份和责任的儿童工作者。我坚信，作为儿童工作者，就应有义务向全社会介绍自己的知识、工作经验和体会。

从2006年开办个人网站，到新浪博客之旅，又转战到微博，至今已连续1400多天没有中断每日微博的发布，累计发布微博达6100多条，粉丝达到550万。在微博内容得到众多网友的青睐之时，我深切感受到大家对更多育儿知识的渴求。微博虽然传播速度快，但内容碎片化，不能完整表达系统的育儿理念。于是，2015年2月5日成立了“北京崔玉涛儿童健康管理中心有限公司”，很快推出了微信公众号“崔玉涛的育学园”和育儿APP“育学园”，近期又在北京创立了第一家“崔玉涛育学园儿科诊所”。其目的就是全方位、立体关注儿童健康，传播科学育儿理念，为中国儿童健康服务。

为了能够把微博上碎片化的知识整理成较为系统的育儿理论，在东方出版社的鼎力帮助和支持下，经过一定的知识补充，以漫画和图解的形式呈现给了广大读者。这种活跃、简明、清晰的形式不仅是自己微博的纸质出版物，而且能将零散的微博融合升华成更加直观、全面、实用的育儿手册。本套图书共10本，一

经面世就得到众多朋友的鼓励和肯定，进入到育儿畅销书行列。为此，我由衷感到高兴。这种幸福感必将鼓励我继续前行，为中国儿童健康事业而努力。

此次发行的最新升级版，就是为了满足更多朋友的需要，希望将更多的育儿知识传播给需要的人们。我们一道共同了解更多育儿理念，才能营造出轻松、科学养育的氛围。我的医学育儿科普之旅刚刚启程，衷心希望更多医生、儿童健康工作者、有经验的父母加入进来，为孩子的健康撑起一片蓝天，铺就一条光明之路。



2016年9月18日于北京

目录

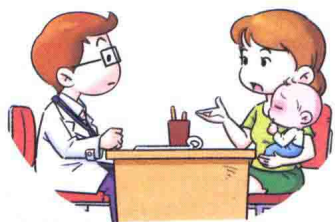
contents

1

孩子生病意味着什么

如何看待生病	3
家长应该做的事：准确地提供病史	7
医生应该做的事：准确判断和有效治疗	9
家庭成员对待孩子生病要有良好的心态	11





2

如何向医生提供病史

家长说的话医生为何听不懂.....	19
描述病情要做到简洁、准确.....	23
少用虚词、多用数据，数量化描述.....	27
及时记录、理顺病程，书面化表达.....	31
少带情绪、保持冷静，客观地叙述.....	33
看医生要带上病历和药物说明书.....	35
描述疾病的自然变化和药物干预后的变化	37
关注并描述孩子的一般状况	39

3

如何理解医生的治疗

询问病史与查体化验	43
从初步诊断到确定诊断需要时间	45
制定正确的治疗方案	47
治疗方案的选择与疗效的有效性	49
疾病过程中的症状变化	51
复诊尽量找原来的医生	53
用营养支持来增加药物疗效	55
尽可能减小药物对身体的损害	59
如何关注预后	61



4

家长需要注意的问题



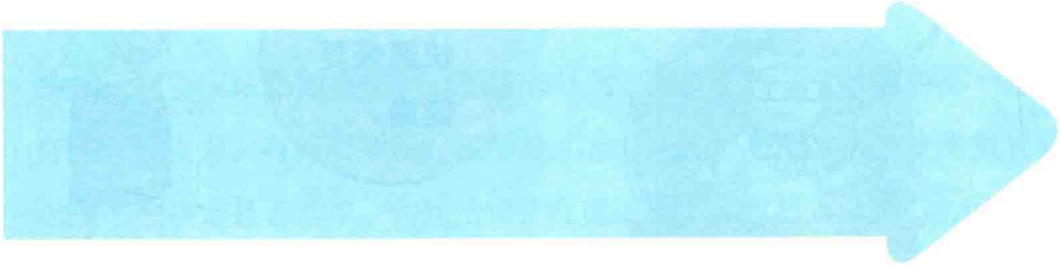
孩子流鼻涕打喷嚏，家长别先自乱阵脚	65
要选择适宜治疗而非最快治疗	67
能选择物理治疗就不选择服药	69
能选择口服药就尽量避免静脉输液	77
能选择局部用药就尽量避免全身用药	81
药不是越新越好	83
不是到医院越早诊断越快	87
频繁更换医院不可取	89
不要过于依赖网络信息	91
不要生病也和别家孩子比	93
对非专业人士的意见要保持怀疑	95
药物使用安全你真的注意到了吗	99
孩子坠床后你处理对了吗	101
孩子持续咳嗽的正确处理方式	103
你还在嘴对嘴地亲孩子吗	105
缺钙怎样的检测才最准确	107

5

崔大夫门诊问答

可以用额温枪给孩子测体温吗.....	111
15个月的小孩牙齿发黑,可以用牙膏吗	113
深度水解配方加乳糖酶会不会有问题.....	115
蛋白质过敏和乳糖不耐受是不是一回事儿	117
接种过麻风疫苗后出疹子,会有后遗症吗	119
为何孩子每天早上都会咳嗽,白天又不咳	121
孩子应该睡小床还是和家长睡大床.....	123
益生菌、乳果糖可以混在一起喂吗.....	125
益生菌和纤维素可以一直吃下去吗.....	129
怎样训练孩子定点吃夜奶.....	131
孩子怎样才能不吃夜奶好好睡觉.....	133
可以每天用橄榄油给孩子涂抹鼻子吗.....	137
孩子鼻子堵了影响吃奶怎么办.....	139
用试纸测支原体有效吗.....	141
孩子生病后应该吃什么	143
为什么医生说能不吃药就尽量别吃.....	145
孩子为什么要定时体检	147
孩子缺钙怎么办	149





1 孩子生病 意味着什么



孩子生病后家长最希望什么？



孩子身体
快速恢复
健康。



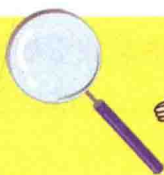
家长应该做什么？



准确提供孩子病史。

对疾病的准确判断和有效治疗。

医生应
该做什
么？



● 如何看待生病

大家都知道，生病对健康是一个挑战。那么，生病到底意味着什么？是人体受到了伤害，还是人体的机能得到了提高？对于这个问题，要一分为二地看待：生病在让人体受到伤害的同时，却让人体的机能得到了提高。

生病后是否应该立刻治疗？有的家长认为，生病后不管有没有弊都一定要治；有的家长认为，有弊就要治，没弊就不治；其实都不对。医生要衡量利弊之间的关系来决定是否治疗、如何治疗，在这一点上可能有的家长不太理解。

举个例子，为什么发烧第一天不能给孩子服用抗生素？因为发烧头三天对孩子机体免疫力会有很好的提高作用。如果刚开始发烧就把抗生素使用了，发烧虽然压住了，但是免疫系统非但没有得到提高，还可能被药物损害了。有的家长会说：“第一天发烧不给抗生素，第三天才给，迟早都要给，早给不就行了吗？”不一样，医生在平衡这个利弊关系。再举个例子，我提出这么一个概念，孩子出生后，只有当体重下降超过 7% 的时候，才可以添加配方粉。家长马上问：“既然出生后下降 7% 才可以加配方粉，那出生后怎么不能立刻加配方粉？”因为过早食用配方粉，今后发生过敏的概率会明显增高，添加配方粉时间的早晚对孩子的意义不一样。而不是有些人认为的，既然要给为什么不早给。

我们普通人不懂这个利弊关系，所以才需要医生帮你来权衡，不是给的药越多、越早，就意味着医生越负责。

孩子生病以后，家长都希望孩子身体尽快地恢复健康，但是我们对待疾病

孩子生病后，大家希望让他一天恢复健康，还是三天恢复健康？



一天！



可是一天恢复健康以后，可能会有后遗症问题。



而三天恢复健康后没有后遗症问题，大家又会选择哪个？



应该有全面认识。健康是有一定指标的，而不是一天之内恢复或者马上恢复。

有家长说：“这些我都懂，但是孩子现在发烧，能不能先让他把体温降下来？”这是很多家长的共同心理，“等这次病好了咱们再慢慢谈。”问题是，遇到疾病时不谈，以后再谈有什么用？



孩子什么问题？

发烧，特别烫，老是不降温。



吃药了吗？

吃了小儿感冒冲剂！昨天睡前我给他吃一次，今早7点又吃一次！



我昨天下午喂了一次，睡前喂了一次，今天早上8点又喂了一次！



给孩子吃这么多药，你们在家不沟通吗？



● 家长应该做的事：准确地提供病史

孩子生病后，家长都希望他能快速恢复健康。那么，我们希望身体快速恢复健康的前提，是不是先要把孩子的状况准确地提供给医生？要把孩子的状况提供给医生，首先自己是不是要先对孩子有一个很好的评估？

现在家长在病史提供方面经常会出现问题。且不说家长提供的信息是否准确，首先经常有夫妻两人叙述的情况不一样，甚至为此能在医生面前争吵起来的情况。在家长争争吵吵中医生发现，20 分钟内两人居然给孩子吃过两次退烧药，爸爸给吃了，妈妈又给吃。

这给我们一个启示，家长是不是应该在看医生之前，梳理一下自己的思路？对孩子的状况有一个评估？其实，家长自己在家一起来回忆一下孩子的状况，以及这个状况发生发展的过程，就是对孩子情况的一个很好的评估。

不仅在看医生之前才回顾，在发现孩子生病的时候，家里也要记录一下思路。“昨天发烧了，给孩子洗了温水澡，进行物理降温了，或者吃了某种药。”家庭成员这样一梳理，对孩子疾病的过程就会有比较全面的了解。有家长说，孩子病得那么急，我来不及回顾。那么，家长总要抱孩子去医院，或者要在医院排队等医生看病，其实在这几分钟之内就可以回顾一下。

孩子疾病会有多复杂？总不会是二三十年的历史，不外乎就几天的事。这样简单地回顾一下，提供给医生，这些信息对医生做出诊断非常重要。