

崔玉涛

图解家庭育儿 7

最新

NEW

升级版

直面小儿护理

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

最新
★★NEW★★
升级版

图解家庭育儿

直面·小儿·护理

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

中国商品信息防伪验证中心



人民东方出版传媒
东方出版社
正品标识
电话查询: 4006-276-315
网站查询: www.china3-15.com
短信查询: 400800# 防伪码至 12114

刮涂层 输密码 查真伪

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.7 / 崔玉涛 著. — 北京：东方出版社，2016.11

ISBN 978-7-5060-9328-6

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269993号

崔玉涛图解家庭育儿：最新升级版.7

(CUIYUTAO TUJIE JIATING YU' ER : ZUIXIN SHENGJIBAN.7)

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：鸿博昊天科技有限公司

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：10

字 数：142千字

书 号：ISBN 978-7-5060-9328-6

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6000多条，粉丝达到550万。在微博内容得到众多网友的青睞之时，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，不能完全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

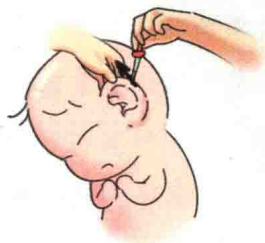
目录

contents

1

小儿日常家庭护理

如何护理小儿眼睛	3
如何护理小儿耳朵	9
如何给孩子清理耳垢	11
如何护理小儿鼻腔	13
孩子鼻塞怎么办	15
孩子鼻出血怎么办	17
如何护理小儿口腔	19
如何应对婴儿长牙期不适	21
如何给小儿清洁皮肤	23
如何给小儿选择护肤品	25
夏日如何给小儿防晒	27
如何护理小儿颈部	29
何时给孩子用枕头	31
如何护理小儿肚脐	33
如何护理男婴外阴	37
男孩是否要包皮环切	41
如何护理女婴外阴	43
如何护理宝宝的臀部	47
如何给婴幼儿保暖	49





2

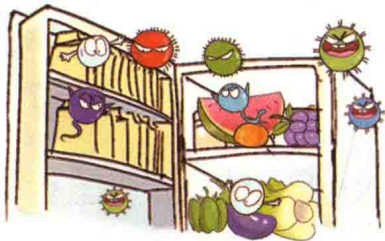
小儿常见意外伤害的家庭紧急处置

家长如何判断孩子是否处于危难.....	55
孩子呼吸困难时家长应该如何处置.....	59
头、颈、背部外伤的家庭紧急处理.....	63
孩子外伤出血如何护理.....	67
如何处理孩子坠床.....	71
孩子烫伤或灼伤后应该怎么办.....	75
孩子被蚊虫叮咬后如何护理.....	77
孩子误服药品或毒物怎么办.....	79
孩子支气管呛入异物后如何处置.....	81

3

家长容易忽略的护理问题

冰箱和微波炉使用不当.....	85
使用加湿器却不清理.....	87
认为使用空气净化器就可以保证室内空气质量....	89
把消毒剂作为清洁必需品使用.....	91
频繁给孩子使用湿纸巾和免洗洗手液.....	95
夏季空调使用误区.....	97
孩子的床上用品多久清洗一次.....	99
冬季开空调的注意事项.....	101



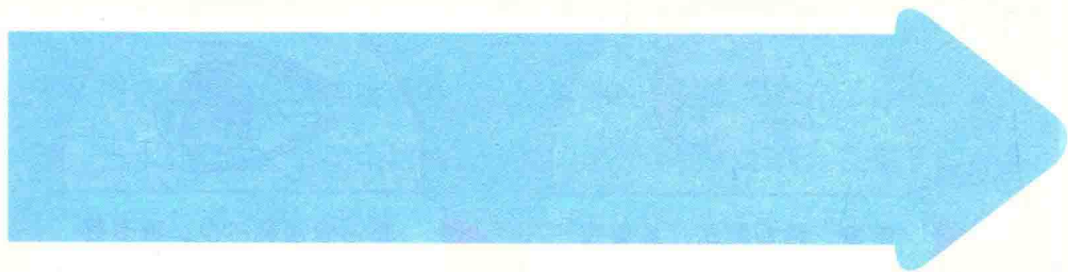
4

崔大夫门诊问答

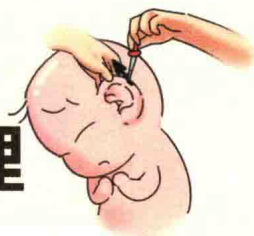


- | | |
|-----------------------|-----|
| 孩子为何总是吃手 | 105 |
| 如何护理宝宝的口水疹 | 107 |
| 宝宝出痱子应该如何护理 | 109 |
| 孩子的奶瓶如何清洁 | 111 |
| 小婴儿呛奶怎么办 | 113 |
| 为何宝宝睡觉总是黑白颠倒 | 115 |
| 孩子为什么总是睡不踏实 | 117 |
| 孩子什么情况下需要安抚奶嘴 | 121 |
| 安抚奶嘴会不会影响母乳喂养 | 125 |
| 安抚奶嘴会不会影响宝宝牙齿发育 | 127 |
| 节假日带孩子外出要注意什么 | 129 |
| 孩子胆小认生怎么办 | 133 |
| 孩子把哭闹当武器怎么引导 | 135 |
| 孩子只粘妈妈一个人怎么办 | 137 |
| 孩子害怕吃药怎么办 | 139 |
| 多大开始给孩子讲故事比较合适 | 141 |
| 两个宝宝的家里怎么带孩子 | 143 |
| 培养孩子独立吃饭，何时开始最好 | 145 |
| 皮肤干燥很严重怎么办 | 147 |

为什么孩子吃奶不专心.....	149
如何通过玩具促进孩子的运动发育.....	151
到底该不该给孩子把屎把尿.....	153
脐带多久掉才正常.....	157
孩子能不能用电热毯.....	159
冬季孩子鼻内干燥爱抠鼻子怎么办.....	161
孩子冬天应该多久洗一次澡.....	163
孩子冬天可以泡温泉吗.....	165
孩子穿纸尿裤影响未来生育.....	167
养育二胎的注意事项.....	169
如何让宝宝睡整觉.....	173
如何尊重孩子.....	175
假日喂养护理孩子的注意事项.....	179
婴儿游泳的注意事项.....	183
新生儿脐带异味怎么办.....	187
到底该不该给孩子穿袜子.....	189



1 小儿日常家庭护理

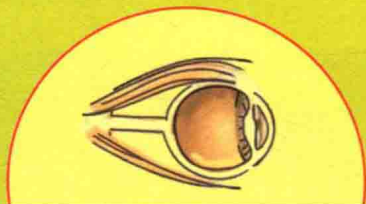


为什么婴幼儿爱揉眼睛?



1

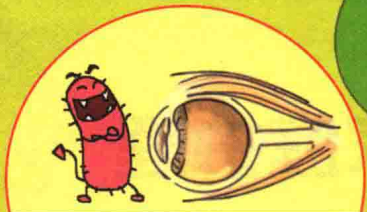
倒睫。因为婴幼儿鼻梁较低，两眼距相对宽，所以双眼内角处容易出现倒睫。



2

鼻泪管通畅不良。很多婴幼儿都有一侧不通，分泌物堆积在眼内，引起不适。

原因



3

过敏性结膜炎。



4

玩手机等电子产品时间过长，引起眼睛疲劳。



不论什么原因，揉眼睛都容易造成感染。

● 如何护理小儿眼睛

很多家长都会发现，婴儿在一岁内通常会有一只眼睛分泌物较多，个别婴儿是双眼分泌物较多。这种现象不是鼻泪管阻塞，而是因发育问题出现鼻泪管通畅不良。鼻泪管连通眼睛和鼻部，它能将眼泪引流入鼻部吸收。由于眼泪产生正常，而通过鼻泪管的回吸收不足，所以导致一些眼泪积存于眼内。眼泪属于溶液，当水分蒸发后就剩余溶质——类似于分泌物的东西。在孩子感冒鼻子堵塞时会出现眼泪增多的现象，这同样是因为眼泪通过鼻泪管的吸收量减少，待鼻泪管疏通后自然会缓解。

婴儿眼内的黏稠分泌物若不能及时清除，容易造成继发感染。对于眼内分泌物多的情况，特别是每日清晨，家长应该用温热毛巾轻敷于分泌物多的眼上，几分钟后取下毛巾时会带走一些黏稠的分泌物。如果还有分泌物，可用生理盐水冲洗，并按摩眼内角下鼻梁部位。家长不必担心用生理盐水冲洗眼睛会使用过量产生副作用。清除眼内分泌物后，再按摩同侧眼内角下鼻梁处，有助于促进鼻泪管畅通。

如果没有确定感染，家长不需因此而给孩子使用抗生素眼药水或眼膏。感染的症状是孩子的眼分泌物呈黄绿色，而且结膜（白眼珠）发红。如果没有感染却使用了抗生素，可能会造成眼内出现耐抗生素的细菌感染，形成难治愈的慢性结膜炎，结果会更糟。因为眼睛与外界相通，局部会存在一些细菌。正常的眼睛运动和眼泪会控制细菌种类和数量，不会出现感染。

如何给孩子点眼药水?



1. 家长可以在孩子睡着时轻轻扒开他的眼皮，让药水滴落在眼球表面，每次只要有一滴药水落入眼睛即可，注意药水瓶口与眼表要保持距离，以免弄脏瓶口。



2. 涂眼药膏的方法与眼药水类似，药膏挤出后让其自然坠落在眼表，不要用手指涂抹以免污染。溢出的药水或药膏可用棉签轻轻擦掉。



小技巧:

给孩子点眼药时，用两根棉签轻压孩子的上下眼眶边，使孩子的眼睛轻轻睁开，这样很容易就能完成点眼药的工作了。

鼻泪管通畅不良是非常常见的现象，婴儿有鼻泪管不畅通的，多于出生后6个月至1岁内自行疏通。绝大多数随着生长能够自行解决，家长应该耐心等待。只有个别婴儿需要眼科处理，个别严重者才需接受疏通手术，而且鼻泪管疏通后很少复发。

还有的家长会发现孩子一只眼睛向内斜或向外斜，如果出生2~3个月之后还频繁出现这种现象，很可能是控制眼睛运动的肌肉比较薄弱，这种情况称为斜视，家长应该带孩子到儿童眼科检查，进行必要的检查和治疗。有的孩子会频繁眨眼、挤眼，孩子频繁眨眼可能与结膜炎、干眼症、视物不清、过敏、倒睫毛等有关，也可能与焦虑、疲劳、无聊有关。频繁挤眼应该与视觉疲劳、眼睛干燥和精神紧张有关，家长首先要带孩子去看眼科医生，排除眼睛问题后才可考虑使用心理治疗的办法。



早晨儿子不小心将食用盐弹到眼睛里了，疼得直哭，我没办法只能用舌头给他舔出来！现在眼睛红红的！要不要带他去医院？



如果眼内不小心进入异物，若没有烧灼感，最好用生理盐水冲洗眼睛。即使孩子闭着眼睛也可冲洗。

若有烧灼感，应立即带孩子到医院。处理后眼睛发红，可用生理盐水继续滴眼三天。若眼睛有分泌物可用抗生素眼药水滴三天。



不要纸巾擦。

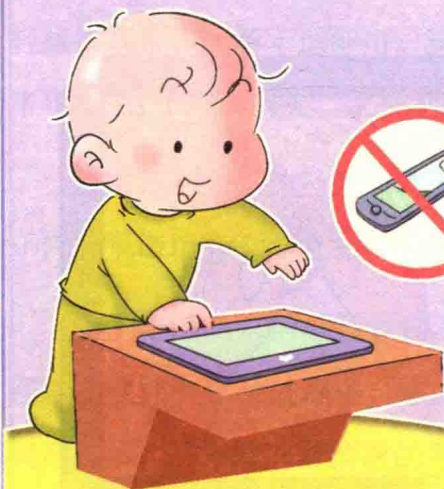


更不应用舌头舔。





现在经常看到两三岁的孩子沉迷于iPhone、iPad中，他们往往弓着身子，挡住光线，着迷地玩。虽然孩子可以暂时安静了，但对眼睛的发育真的很不利！



对电视、iPhone、iPad以及游戏机等电子产品，既不要一味接受，也不要一味拒绝。选择合理的时期推荐给孩子是家长的责任。对3岁内尚处于视力发育高峰期的幼童，不推荐iPhone、iPad、游戏机等小屏幕电子产品。即使大屏幕电视，也要选择儿童动画片，其夸张的颜色和慢速的动画与婴儿视力和眼睛运动相匹配。

