

健康宣教丛书

HEALTH

儿科疾病

ERKE JIBING JIANKANG DUBEN

张齐放 钱培芬 主编

健康读本



世界图书出版公司

上海·西安·北京·广州

图书在版编目 (C I P) 数据

儿科疾病健康读本 张齐放, 钱培芬主编. —上海:
上海世界图书出版公司, 2006. 8

(健康宣教丛书)

ISBN 7-5062-8416-2

I. 儿... II. ①张...②钱... III. 小儿疾病—
基本知识 IV. R72

中国版本图书馆 C I P 数据核字 (2006) 第
073206 号

儿科疾病健康读本
张齐放 钱培芬 主编

上海世界图书出版公司出版发行

上海市尚文路 185 号 B 楼

邮政编码 200010

南京展望文化发展有限公司排版

上海场南印刷厂印刷

如发现印装质量问题, 请与印刷厂联系

(质检科电话: 021-56680797)

各地新华书店经销

开本: 890×1240 1/32 印张: 9 字数: 250 000

2006 年 8 月第 1 版 2006 年 8 月第 1 次印刷

印数: 1—8 000

ISBN 7-5062-8416-2 / R·155

定价: 28.80 元

<http://www.wpcsh.com.cn>

主 编 张齐放 钱培芬

副主编 王 燕 刘 静

参编人员 (按姓氏笔画为序)

刘麟璘 李文慧 李秀霞 李雯珏

李晶晶 吴 翊 陆燕燕 陆小溪

陈 洁 邱 琰 周丽俊 周 菁

胡艳华 姜 莉 姜 瑛 夏蓓君

郭 雪 陶永琳 曹冬娟 薛佳颖

绘 图 彭 亮



序

马克思认为,健康是人的第一权利,是人类生存的第一前提,也是历史发展的第一前提。我国宪法明确规定,维护公民健康,是公民的基本权利之一。在经济和科技快速发展的 21 世纪,人们比任何时候都更加关注自身的健康,各国政府和科学家都在投巨资和精力研究健康问题。可见,关注身体健康是人类可持续发展的永恒话题。

健康教育在卫生保健总体战略中的地位受到了全世界的瞩目,开展健康教育势在必行。由于个人的健康意识和其生活背景有密切的关系,所以通过健康信息的传播,帮助并指导人们建立有利于健康的生活方式,使人们在面临健康与疾病的预防、治疗、康复等问题时,有能力作出行为选择,自愿采纳有利于健康的行为方式,消除或减轻其面临的危险因素,达到健康的相关行为,从而增进健康。要完成这一任务,需要广大医护工作者广泛开展健康教育,领域扩展到医院外的社区、家庭和个人。

“健康宣教丛书”所有作者均为长期工作在临床第一线、具有丰富临床经验和理论水平的高级护理工作人员。采用科普教育的方式,按系统分类,深入浅出地进行阐述,图文并茂,通俗易懂,易被广大读者掌握。

本系列丛书由内科、外科、妇科、儿科、老年科、感染科、门急诊、肿瘤科、烧伤科、骨科等 10 部分组成,它涵盖了各系统疾病全方位的健康知识,诸如一种疾病的内、外科诊疗知识和健康需求保健知识,一种疾

儿科

疾病健康读本

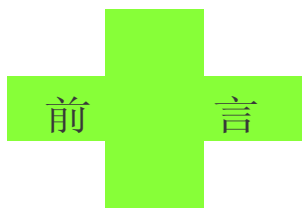
病在不同年龄阶段的治疗特点及保健重点等,如肾炎,在儿童时期、成人期及老年期的保健略有不同,分别在儿科、内科及老年科有不同的表现,等等。该系列丛书不仅可指导人们如何预防疾病,而且能够指导护士如何开展病房健康教育,还能帮助不同年龄段的读者获得各自需求的健康保健知识。该系列丛书具有很强的科学性、实用性和可读性,不但可作为护理专业人员的工具书,还可作为在校护理学专业学生的辅助材料,也是广大读者的健康生活指南。

本书体现了作者丰富的理论知识和临床经验,真诚地将自己所掌握的健康保健知识奉献给广大热爱生活和寻求健康保健知识的读者的热切心情,让人们好好善待生命,热爱生活。

“健康宣教丛书”的出版在不久的将来如能为每一位读者提供健康保健的指导,能得到读者的欢迎,这是工作在临床第一线的广大护理人员所期盼的,也是最感欣慰的。

袁克俭

2006年4月



前 言

孩子的健康成长,是每个家庭的希冀,在小儿成长的过程中会经历一系列问题,面对产生的问题,父母如何寻找答案,寻求解决的方法呢?为此,我们编写了《儿科疾病健康读本》。本书是家长们的良师益友,它较全面地覆盖了从小儿出生以后家长可能会碰到或需要了解或需要解决的问题,本书共分十八章节,用问答的形式对家长感到疑惑的普遍性问题逐一作了深入浅出的介绍和解答,内容丰富,涉及面广,实用性强,语言流畅,平实易懂。

本书概括了儿童年龄分期及相应时期的保健重点,儿童的生长发育和营养保健,儿童的早期教育和心理行为健康保健,儿童安全和急症的健康保健,较详尽和全面地阐述了小儿时期各系统常见疾病的预防、治疗和护理知识。希望广大家长朋友们通过阅读此书,能获得更多的知识,了解和关注孩子在成长过程中的每一个问题,及早发现、及时处理,希望本书能成为您值得信赖的交流伙伴,并希望本书能伴随着孩子健康快乐地成长。

本书在编写过程中,总结了多年临床实践,参阅了国内外有关资料,由于时间及能力有限,书中难免有错误和不当之处,热诚欢迎读者批评指正。本书编写过程中受到瑞金医院护理部的大力支持,在此特致谢意,并向关心和支持本书编写和出版的同仁表示敬意。

编者

2006年6月

目录



Contents

1

生长发育

- 1 孩子的年龄分期及相应时期保健重点 /002
- 2 健康孩子的三大要素——心理、身体发育、社会适应能力 /004
- 3 母乳是婴儿成长的最佳选择——母乳喂养好处多 /004
- 4 母乳对婴儿和母亲的健康有何好处 /005
- 5 婴儿出生后多久进行最初的哺乳 /006
- 6 怎样判断母乳是否充足 /006
- 7 母乳不足怎么办 /007
- 8 婴儿添加辅食为何很重要 /008
- 9 婴儿添加辅食的原则 /008
- 10 什么时候开始添加辅食 /009
- 11 如何合理安排饮食 /010
- 12 自己动手做辅食 /011
- 13 哪些食物婴儿不能吃 /012
- 14 如何安排幼儿的饮食 /012
- 15 应对小儿挑食有哪些办法 /013
- 16 婴儿每天需要睡多长时间 /015

1

生长发育

- 17 怎样才能使婴儿睡得好 /015
- 18 如何判断婴儿是否有睡眠不足 /016
- 19 如何应对婴儿夜间频繁吃奶 /016
- 20 如何应对婴儿夜间啼哭 /017
- 21 如何应对婴儿不睡觉闹人 /017
- 22 怎样从睡眠看婴儿的健康 /018
- 23 为什么小儿睡觉时会磨牙 /019
- 24 小儿入睡后出汗多是有病吗 /020
- 25 小儿睡觉打鼾对身体健康有何影响 /020
- 26 小儿睡觉打鼾常见原因以及解决的方法 /020
- 27 夜惊和梦游是怎么回事 /021
- 28 如何安全用药 /022
- 29 如何正确口服给药 /023
- 30 给儿童喂药,若孩子不喜欢,可采取其他哪些方法 /023
- 31 如何给小儿的眼睛用药 /024
- 32 如何给小儿鼻腔用药 /024
- 33 如何给小儿耳道用药 /025
- 34 小儿皮肤被叮咬后,如何用药 /025
- 35 配备家庭小药箱 /025
- 36 药物如何进行保管和贮存 /027
- 37 有小病常吃点药好吗 /027
- 38 新生儿居室有何讲究 /028
- 39 母乳喂养会不会影响母亲的体形 /028
- 40 哪些母亲不能哺乳 /029
- 41 哺乳期间妇女不能服用哪些药物 /029
- 42 儿童穿松紧带裤不好 /030

1

生长发育

- 43 小儿穿鞋“四忌” /030
- 44 如何识别婴儿的正常便和异常便 /031
- 45 出现哪些情况需要看医生 /032
- 46 新生儿的哭声很重要 /032
- 47 新生儿啼哭有哪些原因 /032
- 48 小儿体格生长的常用评价指标有哪些 /033
- 49 小儿身高增长的规律及测量方法 /034
- 50 体重增长的规律及测量方法 /034
- 51 小儿头颅的发育规律 /035
- 52 影响小儿体格生长的因素有哪些 /035
- 53 运动发育的规律 /036
- 54 小儿运动发育程序歌 /037
- 55 坐和爬是怎样发育的 /037
- 56 小儿站立和行走的顺序是如何的 /038
- 57 孩子喜欢坐着,坐早了有什么害处吗 /038
- 58 乳牙是如何萌发的 /038
- 59 小儿换牙是怎么回事 /039
- 60 影响小儿牙齿发育的因素有哪些 /040
- 61 如何清洁婴幼儿的口腔 /040
- 62 抗生素对牙齿有何影响 /041
- 63 多吃糖对婴幼儿牙齿有何影响 /041
- 64 龋齿是怎样形成的 /041
- 65 孩子发生龋齿怎么办 /042
- 66 如何预防龋齿的发生 /042
- 67 婴幼儿的感知觉是如何发育的 /042
- 68 婴幼儿的语言是怎样发育的 /043
- 69 婴儿的情绪、情感是怎样发展的 /044
- 70 婴儿与他人的关系是如何建立的 /044

1

生长发育

- 71 影响婴幼儿智力发展的因素有哪些 /045
- 72 孩子的气质类型是怎样分类的 /045
- 73 什么是纪律约束,从哪些方面对孩子进行纪律约束 /046
- 74 如何对孩子进行正确的性教育 /047
- 75 如何通过玩来学习 /047
- 76 要选用音乐和娱乐玩具吗 /048
- 77 孩子的教育应该有连贯性吗 /049
- 78 如何抓住时机教育孩子 /049
- 79 如何对学龄前儿童进行礼仪教育 /050
- 80 入学前要准备什么 /050
- 81 婴儿良好饮食习惯的培养——学会自己吃饭 /050
- 82 怎样教孩子进行个人清洁——洗手、擦脸 /051
- 83 怎样教孩子独立上厕所 /051
- 84 小儿不合群怎么办 /052
- 85 孩子在公共场所不听话怎么办 /052
- 86 如何处理孩子的任性、反抗 /053
- 87 小儿为什么要进行预防接种以及接种哪些疫苗 /054
- 88 怎样制定预防接种日程表 /054
- 89 预防接种前后父母应做些什么 /055
- 90 特殊体质的孩子可以预防接种吗 /056
- 91 预防接种常见的不良反应有哪些 /056
- 92 接种后出现何种症状时必须去看医生 /057
- 93 何为主动免疫和被动免疫 /057

2

新生儿及 新生儿疾病的 健康宣教

- 94 什么是足月儿、早产儿、过期产儿 /060
- 95 何为低出生体重儿、巨大儿、大于胎龄儿、小于胎龄儿、足月小样儿 /060
- 96 何为高危新生儿,何为 Apgar 评分,有什么临床意义 /061
- 97 新生儿与药物的关系 /061
- 98 新生儿为什么会阴道流血 /062
- 99 新生儿会患乳腺炎吗 /062
- 100 千万不要给新生儿剔板牙 /063
- 101 新生儿有哪些特殊生理状态 /063
- 102 什么是新生儿高胆红素血症 /064
- 103 生理性黄疸和病理性黄疸的区别 /065
- 104 什么是母乳性黄疸 /065
- 105 什么是核黄疸 /066
- 106 新生儿核黄疸有什么典型表现 /066
- 107 新生儿窒息是怎样发生的 /066
- 108 新生儿发生窒息如何抢救 /067
- 109 新生儿吃奶后呕吐是怎么回事 /067
- 110 新生儿呕吐的护理 /068
- 111 什么是新生儿缺氧缺血性脑病 /068
- 112 新生儿缺氧缺血性脑病的临床表现 /069
- 113 新生儿缺氧缺血性脑病(HIE)的治疗和预后怎么样 /069
- 114 什么是新生儿颅内出血 /070
- 115 新生儿颅内出血的治疗和预后怎么样 /070
- 116 什么是新生儿败血症 /070
- 117 新生儿败血症有哪些临床表现 /071

2

新生儿及 新生儿疾病的 健康宣教

- 118 新生儿败血症如何进行治疗和预防 /071
- 119 什么是新生儿破伤风 /071
- 120 新生儿破伤风有哪些临床表现 /071
- 121 新生儿破伤风如何进行治疗和预防 /072
- 122 什么是新生儿肺透明膜病 /072
- 123 新生儿肺透明膜病有哪些临床表现 /072
- 124 新生儿肺透明膜病有哪些治疗方法 /073
- 125 新生儿先天性弓形虫病是怎样的疾病 /073
- 126 如何预防先天性弓形虫感染 /074
- 127 新生儿先天性梅毒是怎样的疾病 /074
- 128 如何预防新生儿先天性梅毒 /074
- 129 新生儿先天性艾滋病(HIV)感染是怎样的疾病 /075
- 130 新生儿也会得淋病吗 /075
- 131 新生儿硬肿症是怎样的疾病 /075
- 132 新生儿发生新生儿硬肿症将如何处理 /076

3

小儿呼吸系统 疾病的健康宣教

- 133 小儿呼吸系统有何特点 /078
- 134 咳嗽是怎么回事 /078
- 135 如何进行咳嗽的家庭护理 /079
- 136 咳嗽时,何种情况下应去医院 /079
- 137 发热有哪些表现 /080
- 138 如何选择体温计并测量体温 /080
- 139 发热如何进行家庭护理 /080
- 140 发热时,何种情况下应去医院 /082
- 141 上呼吸道感染是一种病吗 /082

3

小儿呼吸系统 疾病的健康宣教

- 142 感冒了就该使用抗生素吗 /082
- 143 小儿为何反复感冒 /083
- 144 如何治疗和预防反复感冒 /083
- 145 上呼吸道感染会发展成肺炎吗 /084
- 146 气管炎、支气管炎、毛细支气管炎是一回事吗 /084
- 147 急性喉炎是怎样的疾病 /084
- 148 急性喉炎的治疗和护理 /085
- 149 什么是支气管哮喘 /085
- 150 季节与哮喘的关系 /086
- 151 遗传与哮喘的关系 /086
- 152 运动与哮喘 /086
- 153 感染与哮喘 /086
- 154 药物与哮喘 /087
- 155 何为致敏源,常见的致敏源有哪些 /087
- 156 为什么说吸入治疗是支气管哮喘最好的治疗方法 /087
- 157 有哪些常用的平喘药物 /088
- 158 何为哮喘持续状态,应如何处理 /088
- 159 哮喘缓解期如何预防 /089
- 160 小儿肺炎分几类 /089
- 161 患肺炎的小儿有什么症状 /090
- 162 重症肺炎有哪些表现 /090
- 163 小儿患肺炎应如何治疗 /091
- 164 小儿患肺炎如何进行家庭护理 /091
- 165 可以采取哪些措施防治小儿肺炎 /092

4

小儿消化系统 疾病的健康宣教

- 166 什么是鹅口疮 /094
- 167 孩子发生鹅口疮应如何治疗 /094
- 168 孩子患口角炎的原因有哪些 /094
- 169 小儿发生口角炎应如何治疗 /095
- 170 小儿呕吐的原因有哪些 /095
- 171 小儿呕吐时怎么办 /096
- 172 怎样自查消化道畸形引起呕吐 /096
- 173 什么是便秘 /097
- 174 如何观察小儿大便 /098
- 175 便秘的常见原因有哪些 /098
- 176 小儿便秘应如何治疗和护理 /099
- 177 腹泻是怎么回事,有哪些常见病因 /099
- 178 什么是秋季腹泻 /100
- 179 什么是生理性腹泻 /100
- 180 发生生理性腹泻后如何处理 /100
- 181 腹泻对小儿有什么危害 /101
- 182 什么是脱水 /101
- 183 小儿脱水有哪些表现 /101
- 184 小儿发生脱水后如何处理防治 /102
- 185 腹泻的孩子饮食应注意些什么 /102
- 186 如何进行腹泻的家庭护理 /103
- 187 腹泻时,何种情况下应去医院 /103
- 188 如何预防小儿腹泻的发生 /104
- 189 怎样识别小儿腹痛 /105
- 190 感染与腹痛 /105
- 191 肠梗阻与腹痛 /106
- 192 小儿发生肠梗阻的常见原因有哪些 /106
- 193 肠梗阻有哪些临床表现 /106
- 194 发生肠梗阻后如何治疗 /107

4

小儿消化系统 疾病的健康宣教

- 195 发生肠梗阻后如何进行家庭护理 /107
- 196 小儿发生肠扭转的常见原因有哪些 /107
- 197 小儿肠扭转有什么表现 /108
- 198 小儿发生肠扭转后如何处理 /108
- 199 小儿发生肠套叠的常见原因有哪些 /108
- 200 小儿肠套叠有哪些临床表现 /109
- 201 小儿发生肠套叠时如何处理 /109
- 202 小儿急性阑尾炎有哪些表现 /110
- 203 小儿患急性阑尾炎后如何治疗 /110
- 204 便血是怎么回事 /110
- 205 小儿发生溃疡病的常见原因有哪些 /111
- 206 小儿胃溃疡的表现有哪些 /111
- 207 如何治疗小儿溃疡病 /111
- 208 小儿溃疡病应如何预防 /112
- 209 什么是胃肠道息肉 /112
- 210 小儿患胃肠道息肉有哪些表现 /112
- 211 小儿患胃肠道息肉后如何进行治疗 /113
- 212 什么是先天性食管闭锁 /113
- 213 什么是先天性的气管食管瘘 /113
- 214 小儿患先天性食管闭锁或气管食管瘘后该如何治疗 /113
- 215 什么是先天性肥大性幽门狭窄 /114
- 216 什么是先天性胃扭转 /114
- 217 什么是先天性巨结肠,如何进行治疗 /114
- 218 什么是先天性胆道闭锁,如何治疗 /115
- 219 什么是腹股沟斜疝 /115
- 220 腹股沟斜疝有什么表现,如何处理 /115
- 221 患腹股沟斜疝的小儿应注意些什么 /116