

少儿保健手册

张有寓 主编



新 时 代 出 版 社

图书在版编目(CIP)数据

少儿保健手册/张有寓主编. —北京:新时代出版社,1997. 6

ISBN 7-5042-0285-1

I. 少… I. 张… III. 少年儿童-保健-手册 IV. R179-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字(96)第 15383 号

新时代出版社出版发行

(北京市海淀区紫竹院南路 23 号)

(邮政编码 100044)

北京怀柔新华印刷厂印刷

新华书店经营

*

开本 850×1168 1/32 印张 14 $\frac{1}{8}$ 354 千字

1997 年 6 月第 1 版 1997 年 6 月北京第 1 次印刷

印数:1—6000 册 定价:16.40 元

(本书如有印装错误,我社负责调换)

前 言

望子成龙是天下父母对子女的最殷切希望,而少儿也是祖国的未来。所以,最大程度地提高下一代的身体素质和品德修养,做好少儿保健是一项关系着国家富强和民族昌盛的大事,应该引起每个家庭乃至全社会的高度重视和关注。为使少儿在德育、智育、体育和美育诸方面得到良好的发展,成为体健学优、德才兼备的栋梁之才,我们充分参考和吸取中、西医药之长,汇科学性、知识性和实用性为一体,撰成《少儿保健手册》一书,以飨读者。

少儿在本书中的范畴为初生儿到学龄前儿童。愿本书能为父母们提供少儿保健的全面优质咨询服务,愿本书能为广大少儿的茁壮成长作出贡献。

由于时间仓促和我们水平所限,不当之处,敬希广大读者指正。

张有宽

1996.7 于天津

少儿保健手册

主 编 张有寓
副主编 杨 勇 杨文华
编 者 张有寓 杨 勇 吕志安
董元庆 杨文华 李新民
李英鸾 郭翰林 郑 敏

目 录

第一篇 少儿保健

新生儿期保健.....	(1)
新生儿的外观.....	(1)
新生儿的呼吸.....	(2)
新生儿的血液循环.....	(2)
新生儿的消化道功能.....	(2)
新生儿的肾脏功能.....	(3)
新生儿的体温.....	(3)
新生儿的皮肤.....	(3)
新生儿的神经系统.....	(4)
新生儿的酶系统.....	(4)
新生儿的免疫力.....	(4)
新生儿的大小便.....	(4)
新生儿的特殊生理现象.....	(5)
特殊新生儿.....	(7)
影响新生儿智力发育的因素.....	(8)
母乳喂养.....	(9)
混合喂养.....	(18)
人工喂养.....	(18)
双胞胎的喂养.....	(20)
新生儿能否服用鱼肝油.....	(21)
新生儿物品的准备.....	(21)
新生儿住房的要求.....	(23)

新生儿皮肤护理	(24)
新生儿脐部护理	(25)
怎样包裹新生儿	(25)
新生儿如何度过第一个冬天	(26)
如何观察新生儿	(26)
新生儿常见症状及处理	(28)
给新生儿喂药的方法	(30)
新生儿需要充足的睡眠	(31)
预防疾病	(31)
新生儿的教养	(33)
婴儿期保健	(34)
婴儿体格发育	(34)
婴儿神经精神发育	(36)
婴儿营养的需要	(37)
婴儿喂养的种类和方法	(38)
怎样喂牛奶	(40)
怎样喂奶粉	(41)
喂牛奶注意事项	(41)
添加辅助食品	(41)
怎样给孩子断奶	(43)
如何安排断奶后的饮食	(44)
不要经常给孩子吃汤泡饭	(44)
荷花糕不宜作为婴儿的主食	(44)
婴儿身体的清洁卫生	(45)
婴儿住室的卫生	(46)
婴儿的衣着	(46)
婴儿的睡眠	(48)
婴儿的体格锻炼	(51)
培养婴儿定时大小便	(53)
让婴儿顺利度过第一个夏天	(54)

如何为孩子选择玩具	(55)
让婴儿多听听音乐	(55)
不要教婴儿说“囫囫话”	(56)
让婴儿多爬爬有好处	(56)
婴儿夜间啼哭的原因	(56)
婴儿啼哭不是一定要大人抱	(57)
孩子出牙时的护理	(57)
小儿流口水是病吗	(58)
怎样给孩子滴眼、鼻、耳药水	(59)
怎样观察婴儿的大便	(59)
婴儿“惊吓”要紧吗	(60)
婴儿发烧时怎样护理	(60)
佝偻病的预防	(61)
婴儿湿疹的护理	(62)
婴儿腹泻的预防及护理	(63)
为什么婴幼儿容易发生肠套叠	(64)
婴幼儿疝气的护理	(65)
预防注射前后要注意哪些问题	(65)
幼儿期保健	(66)
幼儿体格发育	(66)
幼儿神经精神发育	(67)
孩子健康的标志是什么	(67)
蛋白质与孩子大脑发育的关系	(68)
孩子是否吃得越多,营养越好	(68)
偏食对孩子发育的影响	(69)
孩子多吃巧克力好不好	(70)
幼儿的饮食调护	(70)
培养幼儿的卫生习惯	(71)
怎样预防近视眼	(72)
怎样保护孩子的听力	(72)

怎样保护孩子的鼻、咽、喉	(73)
乳牙烂掉不要紧吗	(74)
防止孩子眼外伤	(74)
异物进入孩子鼻、耳时怎么办	(75)
孩子气管吸入异物如何处理	(75)
孩子门牙碰掉了怎么办	(76)
孩子手臂骨头脱臼时怎么办	(76)
如何防治孩子烧伤、烫伤	(77)
培养幼儿的观察能力	(77)
培养幼儿的记忆能力	(78)
培养幼儿的想象能力	(78)
培养幼儿的思维能力	(79)
培养幼儿的语言能力	(79)
培养幼儿的自信心	(80)
培养幼儿的绘画兴趣	(81)
尽早让孩子使用筷子	(81)
溺爱孩子的危害性	(82)
孩子执拗、任性怎么办	(82)
孩子习惯用左手要纠正吗	(83)
如何预防小儿斜视	(83)
孩子哮喘发作时的护理	(84)
麻疹患儿的护理	(84)
水痘患儿的家庭护理	(85)
百日咳的家庭护理	(85)
猩红热的护理	(85)
肝炎的预防和护理	(86)
小儿肺炎的早期护理	(86)
小儿高热抽风的护理	(86)
婴幼儿呕吐的鉴别护理	(87)
婴幼儿口腔炎的护理	(88)

学龄前小儿保健	(88)
学龄前期小儿的生长发育	(88)
学龄前儿童的营养需要	(90)
培养幼童良好的饮食习惯	(91)
幼童不适合吃哪些食物	(92)
建立合理生活日程的目的	(92)
怎样制订生活日程	(93)
如何照料有生理缺陷的孩子	(94)
如何对待孩子口吃	(94)
如何培养孩子的劳动习惯	(95)
智力和知识是一回事吗	(96)
怎样给孩子讲故事	(97)
孩子说谎时怎么办	(97)
孩子不愿去幼儿园怎么办	(98)
不要过分打扮孩子	(98)
父母言行对孩子的影响	(99)
幼童教育八法	(99)
小儿腮腺炎的防治	(101)
小儿弱视的预防	(101)
龋齿的预防	(102)

第二篇 少儿常见病

常见病症	(104)
急性上呼吸道感染	(104)
急性喉炎	(107)
急性支气管炎	(109)
慢性支气管炎	(111)
支气管肺炎	(114)
支气管哮喘	(118)
肺脓肿	(121)

肺结核	(124)
反复性呼吸道感染	(127)
疳证	(128)
维生素 D 缺乏性佝偻病	(131)
鹅口疮	(133)
厌食	(135)
便秘	(137)
婴幼儿腹泻	(139)
细菌性肝脓肿	(142)
急性胰腺炎	(145)
风湿热	(147)
风湿性心脏瓣膜病	(150)
病毒性心肌炎	(153)
川崎病	(156)
系统性红斑狼疮	(158)
过敏性紫癜	(161)
营养性缺铁性贫血	(163)
营养性巨幼红细胞性贫血	(166)
再生障碍性贫血	(167)
特发性血小板减少性紫癜	(170)
急性肾炎	(173)
肾病综合征	(178)
泌尿系感染	(181)
癫痫	(184)
重症肌无力	(188)
抽动秽语综合征	(190)
儿童多动症	(193)
偏头痛	(195)
肥胖症	(197)
遗尿症	(199)

暑热症·····	(202)
新生儿黄疸·····	(203)
新生儿败血症·····	(206)
新生儿破伤风·····	(207)
新生儿脐炎·····	(209)
新生儿硬肿症·····	(210)
臀红·····	(212)
传染病、寄生虫病 ·····	(213)
流行性感冒·····	(213)
麻疹·····	(215)
风疹·····	(217)
幼儿急疹·····	(219)
水痘·····	(220)
流行性腮腺炎·····	(222)
病毒性肝炎·····	(224)
脊髓灰质炎·····	(228)
流行性乙型脑炎·····	(231)
流行性出血热·····	(234)
传染性单核细胞增多症·····	(236)
细菌性痢疾·····	(238)
伤寒·····	(240)
猩红热·····	(243)
白喉·····	(245)
百日咳·····	(247)
败血症·····	(249)
流行性脑脊髓膜炎·····	(251)
钩端螺旋体病·····	(254)
疟疾·····	(257)
蛔虫病·····	(259)
蛲虫病·····	(262)

钩虫病.....	(263)
绦虫病.....	(265)

第三篇 少儿日常用药

时病清热类	(267)
万应錠.....	(267)
小儿化毒散.....	(267)
小儿百寿丸.....	(268)
小儿百寿片.....	(268)
小儿至宝錠.....	(268)
小儿回春丹.....	(269)
小儿肝炎冲剂.....	(269)
小儿金丹.....	(270)
小儿金丹片.....	(270)
小儿清热解毒口服液.....	(270)
小儿紫草丸.....	(271)
小儿痧疹金丸.....	(271)
五粒回春丹.....	(271)
五福化毒丸.....	(272)
太和妙灵丸.....	(272)
牛黄八宝丸.....	(273)
导赤丸.....	(273)
妙灵丹.....	(274)
香苏正胃丸.....	(274)
消风丸.....	(274)
清降片.....	(275)
清热丸.....	(275)
清热保幼丸.....	(275)
紫草丸.....	(276)
普济回春丸.....	(276)

犀角化毒丸	(276)
犀角紫草丸	(277)
婴儿乐	(277)
小儿清热片	(278)
小儿回春丸	(278)
腮腺炎片	(278)
小儿清热散	(279)
透表回春丸	(279)
小儿清热灵	(279)
小儿羚羊散	(280)
赛金化毒散	(280)
小儿清咽冲剂	(281)
小儿暑感宁糖浆	(281)
消积治疳类	(281)
一把抓	(281)
一厘金	(282)
一捻金	(282)
儿童清热导滞丸	(283)
小儿止泻散	(283)
小儿化食丸	(283)
小儿牛黄散	(283)
小儿四症丸	(284)
小儿百效散	(284)
小儿香橘丸	(285)
小儿健脾散	(285)
小儿消食至宝丹	(285)
小儿康	(286)
小儿喜食片	(286)
小儿磨积片	(286)
五疳散	(287)

化虫丸·····	(287)
乌梅丸·····	(287)
乌梅安胃丸·····	(288)
乌梅冲剂·····	(288)
扶脾散·····	(288)
启脾丸·····	(289)
消食散·····	(289)
肥儿丸·····	(289)
肥儿散·····	(290)
肥儿糖浆·····	(290)
郑州肥儿丸·····	(290)
保赤丸·····	(291)
保赤散·····	(291)
济幼散·····	(291)
铁娃散·····	(292)
黄病绛矾丸·····	(292)
婴儿平·····	(293)
婴儿散·····	(293)
清胃保安丸·····	(293)
混元丸·····	(294)
遗尿散·····	(294)
蜂王肥儿糖浆·····	(294)
稚儿灵·····	(295)
稚儿灵冲剂·····	(295)
磨积散·····	(295)
囊虫丸·····	(296)
山楂化滞丸·····	(296)
健儿散·····	(296)
健儿膏·····	(297)
小儿健脾丸·····	(297)

疳积散	(297)
肥儿冲剂	(297)
消积肥儿丸	(298)
小儿保安丸	(298)
保赤一粒金	(298)
阿魏丸	(299)
驱蛔丸	(299)
泻积丸	(300)
珍珠丸	(300)
小儿增食丸	(300)
小儿化滞丸	(301)
小儿消积丸	(301)
英神普救丸	(301)
鸡肝散	(302)
三甲散	(302)
化积散	(302)
健儿消疳散	(303)
小儿化滞散	(303)
消积健儿片	(303)
健脾肥儿片	(304)
小儿进食片	(304)
小儿疳药	(304)
小儿疳积糖	(304)
健身消导冲剂	(305)
小儿七星茶糖浆	(305)
贴积膏	(305)
甲鱼膏	(306)
朱氏阿魏消痞膏	(306)
八珍糕	(306)
小儿胃宝片	(307)

儿康宁补浆·····	(307)
蜂王肥儿糖浆·····	(307)
消食健儿冲剂·····	(308)
化痰止咳类·····	(308)
儿童清肺丸·····	(308)
千金化痰丸·····	(308)
小儿止嗽金丹·····	(309)
儿童咳液·····	(309)
小儿止咳丸·····	(309)
小儿止咳散·····	(310)
小儿化痰片·····	(310)
小儿百部止咳糖浆·····	(310)
小儿珍珠散·····	(311)
小儿咳喘灵冲剂·····	(311)
贝母止嗽散·····	(311)
牛黄清肺散·····	(312)
百日咳片·····	(312)
百日咳药粉·····	(313)
百日咳嗽散·····	(313)
泻白糖浆·····	(313)
复方蛇胆陈皮末·····	(314)
保童化痰丸·····	(314)
婴儿保肺散·····	(314)
猪胆汁片·····	(315)
清肺止咳散·····	(315)
桃花散·····	(315)
鸬鹚涎丸·····	(316)
解肌宁嗽丸·····	(316)
解肌宁嗽片·····	(316)
鹭鸶咯丸·····	(317)

小儿久嗽丸·····	(317)
青黛丸·····	(318)
百日咳片·····	(318)
小儿肺宝·····	(318)
小儿肺炎散·····	(319)
小儿麻甘冲剂·····	(319)
小儿肺热咳喘冲剂·····	(319)
小儿牛黄清肺散·····	(320)
小儿清肺止咳片·····	(320)
小儿妙嗽宁糖浆·····	(320)
小儿清肺消炎栓·····	(321)
小儿久嗽丸·····	(321)
镇静治惊类 ·····	(321)
七珍丸·····	(321)
八宝回春丸·····	(322)
八宝惊风散·····	(322)
八宝镇惊风·····	(322)
三蛇胆南星末·····	(323)
小儿太极丸·····	(323)
小儿化积散·····	(323)
小儿化痰丸·····	(324)
小儿回春丸·····	(324)
小儿抽风散·····	(324)
小儿奇应丸·····	(325)
小儿定风散·····	(325)
小儿脐风散·····	(325)
小儿惊风丸·····	(325)
小儿惊风散·····	(326)
小儿清热片·····	(326)
小儿琥珀丸·····	(326)