

健康·生活
丛书

儿童 急病与意外

—— 防范小顾问



学苑出版社

儿童急病与意外 防范小顾问

编著 虞丽萍 宋厚健

学苑出版社

图书在版编目(CIP)数据

儿童急病与意外防范小顾问/虞丽萍等编著. - 北京:学苑出版社, 1997. 10

ISBN 7-5077-1356-3

I. 儿… II. 虞… III. ①小儿疾病:急性病-防治②儿童-意外事故-预防 IV. R72

中国版本图书馆 CIP 数据核字(97)第 20107 号

儿童急病与意外防范小顾问

编著:虞丽萍 宋厚健 等

责任编辑:刘 涟

学苑出版社出版 发行

社址:北京万寿路西街 11 号 邮政编码:100036

涞水华艺印刷厂印刷 新华书店经销

787×1092 1/32 7.375 印张 160 千字

1997 年 11 月北京第 1 版 1997 年 11 月北京第 1 次印刷

印数:1—5000 册

定价:10.00 元

编者的话

儿童是祖国的花朵、人类的希望。每位家长都希望自己的子女“无灾无难到公卿”。现代社会的高度发展给孩子的安全带来一定程度的不良影响,如遭电击、误食有害食物、车祸以及日常生活中的猫抓、狗咬、骨折、突发性疾病等。造成这些问题的原因是多方面的,但其中之一是和家长们不具备有关知识密切相关。

本书从衣、食、住、行等方面,详细介绍了儿童突发性疾病与意外事故的防范、应急措施。内容充实,实用性强。全书分为三大部分:

- 一、儿童突发性疾病的防治
- 二、儿童意外事故的处理
- 三、保健与防范

全书约 16 万字。读者对象为儿童家长、幼教工作者及一般读者。

目 录

儿童突发性疾病的防治

1. 流行性感胃怎么办..... (1)
2. 高烧抽风怎么办..... (3)
3. 百日咳怎么办..... (4)
4. 出水痘怎么办..... (7)
5. 手足口病怎么办..... (8)
6. 急性溃疡性口炎怎么办..... (9)
7. 疱疹性口炎怎么办..... (10)
8. 急性病毒性肝炎怎么办..... (11)
9. 流行性乙型脑炎怎么办..... (13)
10. 流行性脑脊髓膜炎怎么办..... (14)
11. 小儿麻痹症怎么办..... (15)
12. 流行性腮腺炎怎么办..... (18)
13. 急性肾功能衰竭怎么办..... (20)
14. 细菌性痢疾怎么办..... (22)
15. 急性支气管炎怎么办..... (24)
16. 小儿急性喉炎怎么办..... (25)
17. 病毒性心肌炎怎么办..... (26)
18. 急性化脓性骨髓炎怎么办..... (27)

19. 急性结膜炎怎么办·····	(28)
20. 急性出血性坏死性肠炎怎么办·····	(29)
21. 伤寒怎么办·····	(30)
22. 鼠伤寒怎么办·····	(32)
23. 麻疹怎么办·····	(34)
24. 风疹怎么办·····	(36)
25. 急疹怎么办·····	(37)
26. 猩红热怎么办·····	(38)
27. 急性腹痛怎么办·····	(39)
28. 急性阑尾炎怎么办·····	(41)
29. 急性化脓性关节炎怎么办·····	(42)
30. 急性中耳炎怎么办·····	(43)
31. 急性扁桃体炎怎么办·····	(44)
32. 急性泌尿系感染怎么办·····	(45)
33. 急性上颌骨骨髓炎怎么办·····	(46)
34. 急性肾炎怎么办·····	(47)
35. 金黄色葡萄球菌肺炎怎么办·····	(49)
36. 腺病毒肺炎怎么办·····	(51)
37. 心内膜弹力纤维增生症怎么办·····	(52)
38. 急性呼吸衰竭怎么办·····	(53)
39. 心力衰竭怎么办·····	(55)
40. 轮状病毒胃肠炎怎么办·····	(57)
41. 小儿暑热症怎么办·····	(57)
42. 新生儿破伤风怎么办·····	(59)
43. 新生儿呼吸困难怎么办·····	(61)
44. 感染性休克怎么办·····	(63)

45. 传染性单核细胞增多症怎么办·····	(65)
46. 心跳呼吸骤停怎么办·····	(66)
47. 呼吸性碱中毒怎么办·····	(67)
48. 呼吸性酸中毒怎么办·····	(68)
49. 心房扑动怎么办·····	(69)
50. 突然昏迷怎么办·····	(70)
51. 阵发性室上性心动过速怎么办·····	(71)
52. 肝性昏迷怎么办·····	(73)
53. 急性脑水肿怎么办·····	(76)
54. 婴幼儿腹泻怎么办·····	(79)
55. 急性白血病怎么办·····	(81)
56. 急性弥散性血管内凝血怎么办·····	(82)
57. 小儿惊厥怎么办·····	(85)

儿童意外事故的处理

一. 常见意外事故的原因和处理

58. 眼睛被球击伤怎么办·····	(87)
59. 灰沙吹进眼睛怎么办·····	(88)
60. 眼睛被化学物烧伤怎么办·····	(88)
61. 流鼻血怎么办·····	(89)
62. 鼻子堵塞或落入异物怎么办·····	(90)
63. 耳朵里钻进小虫怎么办·····	(91)
64. 耳朵流浓怎么办·····	(92)
65. 耳部外伤怎么办·····	(92)
66. 耳内落入异物怎么办·····	(93)
67. 孩子咬断体温计怎么办·····	(94)

68. 异物落入气管、支气管怎么办	(94)
69. 鱼骨哽喉怎么办	(97)
70. 外伤出血怎么办	(97)
71. 被刺儿扎了怎么办	(98)
72. 踩旧钉子受伤怎么办	(98)
73. 皮肤表层挫伤怎么办	(99)
74. 深层挫伤怎么办	(99)
75. 跌倒蹭破怎么办	(100)
76. 玻璃扎伤怎么办	(101)
77. 绳缆蹭破手、鞋磨破脚怎么办	(102)
78. 头部或面部受伤怎么办	(102)
79. 手指受伤怎么办	(103)
80. 脖子受伤怎么办	(104)
81. 腿脚抽筋、肌肉拉伤怎么办	(104)
82. 运动腹痛怎么办	(105)
83. 运动晕厥怎么办	(106)
84. 腹部受伤怎么办	(107)
85. 胸部受伤怎么办	(108)
86. 跟腱受伤怎么办	(108)
87. 在海滨被划伤、擦伤怎么办	(109)
88. 从器械上摔下来怎么办	(109)
89. 脱臼怎么办	(110)
90. 跳水磕破头怎么办	(111)
91. 胳膊抬不起来怎么办	(112)
92. 腿脚扭伤怎么办	(112)
93. 骨折怎么办	(113)

94. 上肢骨折怎么办	(115)
95. 腿部骨折怎么办	(116)
96. 肩关节骨折怎么办	(117)
97. 肋骨或脊柱骨折怎么办	(118)
98. 头部受伤引起昏迷怎么办	(119)
99. 脊背受伤引起昏迷怎么办	(119)
100. 游泳小事故怎么办(一)	(120)
101. 游泳小事故怎么办(二)	(121)
102. 中暑、冻伤怎么办	(122)
103. 日晒过度怎么办	(123)
104. 冻疮怎么办	(124)
105. 烧烫灼伤怎么办	(125)
106. 溺水怎么办	(126)
107. 触电怎么办	(127)
108. 车祸怎么办	(128)
109. 急性休克怎么办	(129)
110. 吃饭发生意外怎么办	(130)
111. 玩耍发生意外怎么办	(131)
112. 体育课发生意外怎么办	(133)
113. 实验课发生意外怎么办	(133)
114. 课间休息发生意外怎么办	(134)
115. 玩玩具发生意外怎么办	(136)
116. 被狗咬伤怎么办	(137)
117. 被蛇咬伤怎么办	(138)
118. 被饲养的小动物抓伤咬伤怎么办	(139)
119. 被蜈蚣咬伤、蝎子螫伤、黄蜂刺伤怎么办	(140)

二、常见急性中毒的发生和处理

- 120. 急性中毒的原因、症状及预防 (142)
- 121. 急性中毒怎么办 (144)
- 122. 食物中毒怎么办 (146)
- 123. 腌菜中毒怎么办 (148)
- 124. 苦杏仁、桃仁和木薯等中毒怎么办 (149)
- 125. 发芽马铃薯中毒怎么办 (150)
- 126. 野草中毒怎么办 (151)
- 127. 蓖麻子中毒怎么办 (152)
- 128. 水杨酸类中毒怎么办 (153)
- 129. 鼠药中毒怎么办 (154)
- 130. 一氧化碳中毒怎么办 (155)
- 131. 有机磷农药中毒怎么办 (156)
- 132. 碘中毒怎么办 (158)
- 133. 维生素 D 过量中毒怎么办 (158)
- 134. 红薯中毒怎么办 (160)
- 135. 安眠药中毒怎么办 (160)
- 136. 中毒患儿胃中残存物怎么办 (161)

保健与防范

- 137. 怎样配备家庭常用小儿内科药 (164)
- 138. 怎样配备家庭常用外用药 (165)
- 139. 怎样配备家庭常用小儿中成药 (166)
- 140. 怎样给儿童喂药 (167)
- 141. 怎样给儿童用药 (168)
- 142. 儿童内服药的服药方法 (169)

143. 儿童外用药的给药方法·····	(171)
144. 怎样给孩子煎中药·····	(172)
145. 怎样给孩子服中药·····	(173)
146. 哪些药物与食品不能同时服用·····	(174)
147. 常给孩子服小药好不好·····	(175)
148. 怎样选用小儿感冒发热的中成药·····	(176)
149. 怎样选用小儿化痰止咳药·····	(177)
150. 怎样选用小儿消食止泻中成药·····	(177)
151. 小儿常用中成药简介·····	(178)
152. 小儿用药注意及怎样按体重计算药量·····	(184)
153. 怎样给孩子测体温·····	(185)
154. 怎样保护儿童的眼睛·····	(186)
155. 谨防孩子电光性眼炎与雪盲·····	(186)
156. 怎样保护孩子的耳朵·····	(188)
157. 谨防滥用药物造成儿童耳聋·····	(189)
158. 怎样预防流感·····	(190)
159. 怎样防治小儿百日咳·····	(191)
160. 怎样保护孩子的鼻腔·····	(192)
161. 怎样保护孩子的皮肤·····	(193)
162. 儿童牙齿外伤怎么办·····	(195)
163. 为什么不要吃“米猪肉”·····	(196)
164. 为什么不要吃“鱼生”或不熟的鱼·····	(196)
165. 怎样防治姜片虫病·····	(197)
166. 儿童玩狗应注意什么·····	(197)
167. 为什么生食瓜果要削皮·····	(198)
168. 为什么不要吃腐败不洁的食物·····	(198)

169. 为什么不要饮用生水·····	(199)
170. 为什么不要暴食暴饮·····	(200)
171. 为什么不要在公共场所吃东西·····	(201)
172. 为什么体育锻炼后不宜吃冷食·····	(202)
173. 怎样判断婴儿腹痛·····	(202)
174. 怎样防止晕车晕船·····	(203)
175. 怎样预防小儿麻疹·····	(204)
176. 怎样给孩子喂母乳·····	(205)
177. 怎样给小儿选购衣服·····	(205)
178. 为什么不要给孩子穿皮鞋·····	(206)
179. 怎样给儿童选购玩具·····	(207)
180. 怎样给小儿选购枕头·····	(208)
181. 为什么刚起床不宜做剧烈活动·····	(209)
182. 儿童冬季锻炼要注意什么·····	(209)
183. 儿童长跑应注意什么·····	(211)
184. 为什么运动后要做好整理放松·····	(212)
185. 儿童游泳时应注意什么·····	(213)
186. 为什么游泳前后要滴眼药水·····	(214)
187. 日光浴锻炼怎么办·····	(215)
188. 冷水浴锻炼怎么办·····	(216)
189. 儿童体育锻炼中突然腹痛怎么办·····	(217)
190. 幼儿园、托儿所怎样做好安全工作·····	(220)
191. 怎样加强对少年儿童交通安全的教育·····	(221)

• 儿童突发性疾病的防治 •

1. 流行性感冒怎么办

流行性感冒,简称“流感”,它是由病毒引起的一种传染性很强的急性呼吸道传染病,传播迅速,极容易流行。流感常在冬末春初流行,亦可在夏季发生,人口越密集的地方传播越快。

流感病毒是引起流行性感冒的重要因素。流感病毒借助空气、飞沫,通过呼吸道传染。儿童被流感病毒感染后,其潜伏期较短,一般为1—2天,最短者可在感染后数小时之内发病。流感起病急骤,患儿先有畏寒表现,随之发烧,体温可达 39°C — 40°C ,脸潮红,眼结膜充血,头痛或头昏,四肢酸痛无力,全身不适,食欲减退,可有恶心,呕吐,经过2—3天之后,出现轻重不等的打喷嚏、鼻塞、流涕、流泪、咽部疼痛、咳嗽等症状,有的患儿有腹痛、腹泻。如果没有其他并发症,轻者经过3—5天,重者经过7—8天,体温下降至正常,各种症状也随之消失,经过1—2周便可完全恢复正常。

流感与普通感冒不同,流感发病较急,症状也较普通感冒严重,但呼吸道症状比较轻微。普通感冒恰恰相反。在流感

病程中，患儿容易并发肺炎，表现为剧咳，呼吸困难，鼻翼扇动，重者缺氧发绀，精神萎靡，食欲不振，如并发肺炎，危险性较大，死亡率较高。

还有一部分流感可表现为胃肠型，即出现恶心，呕吐及不同程度的腹泻，腹泻严重者可发生脱水，酸中毒。极少数患儿还可表现为神经型，有抽风，昏迷等脑炎或脑膜炎症状，检查时有脑膜刺激症，脑脊液有变化。

护理呼吸道感染患儿，主要是注意休息，并保证好温度和饮食。(1)应让患儿卧床充分休息，待体温正常 2—3 天或一周后再起床活动。卧床休息时间的长短，取决于病情的轻重，患儿身体未复原就过早活动，会使该病复发。(2)小儿发病期间，宜给予清淡而稀软的食物，如粥、烂面条、藕粉、牛奶、豆浆等。如小儿无食欲，不要勉强进食，以免引起吐、泻和长时间的饮食困难，吃母乳的婴儿，乳量应减半，但应给患儿充分饮水，因为患儿发热时新陈代谢加快，呼吸次数增多，出汗较多，故喂水量要比平时多些，可在白开水内加些白糖或果汁。呕吐频繁的患儿，喂水要少量多次，可每隔 20—30 分钟喂一次。对腹泻的患儿，更应该多喝水，有时还可在开水内加适量的食盐，以补充从胃肠丢失的盐分。(3)注意调节室温，患儿居室的温度应尽可能保持恒温，一般以 25℃ 左右为宜，避免过高或过低。寒冷季节，室内空气干燥，应经常擦地或在暖气上放湿布或在火炉上坐水壶，室内相对湿度最好保持在 55% 左右。

急性呼吸道感染是儿童的多发病，经常感染会使小儿身体抗病能力减弱，并容易引起并发症，妨碍其正常生长发育。要保证小儿的健康成长，应采取以下措施以预防小儿患急性

呼吸道感染。(1)在寒冬季节,尽可能不带小孩去公共场所,少乘公共汽车。因为人群稠密的地方空气混浊,便于细菌与病毒繁殖、传播,小儿吸入含病菌浓度高的空气,容易得病。(2)帮助小儿利用自然环境锻炼身体,如经常开窗,增加户外运动,如游泳,跑步等锻炼,以增强体质。(3)帮助小儿养成良好的卫生习惯。(4)避免交叉传染。家中有呼吸道感染患者,应尽量不与小儿接触,如无条件不与之接触,接近孩子时应戴上口罩。(5)应用疫苗进行预防。

2. 高烧抽风怎么办

抽风是小儿常见的一种突发性疾病,也叫高热惊厥,多见于6个月至3岁以内的小儿。经常是在小儿患上呼吸道感染、肺炎、扁桃腺炎等疾病后,发烧达到 40°C 以上时才出现。典型表现是突然发作,烦躁不安,容易惊慌或有肌肉的颤动,嗣后突然出现意识丧失,头向后仰、眼向上翻或斜向一侧,面部肌肉跳动,四肢发生僵直性或阵挛性抽搐,呼吸不均,口吐白沫,面色青紫,大量出汗,或有大小便失禁。发作持续数秒钟至数分钟不等,一般不会超过10—15分钟就可自行停止,但严重患儿可反复发作,甚至呈持续状态。若抽风持续时间过长或反复的发作,可造成缺氧性损害,故应及时处理。高热惊厥具有如下特点:

(1)是非中枢神经系统感染引起的抽风。

(2)抽风发生于热度最高时,且为全身性的,持续时间一般在15分钟以内,是一种良性抽风,多发生于6个月至3岁的小儿,6岁以后便可自然消失,年轻的父母大可不必因此而惊慌失措。高热惊厥多为一次性的,惊厥发作两次以上的少

见。惊厥停止后神经系统无异常表现。

(3)多无癫痫家族史。

(4)中枢神经系统感染性疾病所致惊厥的特点是,惊厥常见多次反复的发作,持续时间也较长,除体温急骤升高外,常伴有嗜睡,谵妄,昏迷等,可见于各种脑炎,脑脓肿或者脑膜炎等。

不论何种疾病,一旦引起孩子抽风,都要采取以下措施:

(1)止惊:可先针刺后用药物(先针后药)。针刺选人中、百会、合谷、十宣(十指尖端)等穴。无效可用苯巴比妥、水合氯醛等肌肉注射。

(2)给氧:注意呼吸道的通畅,必要时采用吸痰器吸痰。

(3)长了牙的孩子,有可能咬破舌头,所以要用缠了纱布的筷子,卡在他的上下牙之间,如果没有这个准备,也可以用手帕临时代替。但千万不要用手去掰开他的嘴,以免被咬伤。

(4)拿枕头垫在他的头下,让孩子的脖子充分伸展,同时宽解衣服,便于呼吸。

(5)测量体温。有高热时应给予物理降温,例如用酒精擦前额,胸背部等,用毛巾作冷湿敷。

(6)将孩子的头偏向一侧,并在下面铺好报纸,注意防止呕吐物进入气管引起窒息。

(7)及时送医院抢救:对反复发作或持续惊厥,神志不清或出现早期呼吸衰竭症状的患儿,在给予适当的紧急处理后,应立即送医院救治,切不可延误治疗。

3. 百日咳怎么办

百日咳是由百日咳嗜血杆菌引起的一种急性呼吸道传染

病。咳嗽严重，病程长，全身症状较轻。患儿的主要症状是咳嗽呈阵发性、痉挛性、一阵咳嗽之后伴有深长的吸气声，而且一般要持续2~3个月以上，故有“百日咳”之称，幼儿易并发严重支气管肺炎。

百日咳嗜血杆菌主要通过空气飞沫传播，其传染性非常强，患儿咳嗽时，在其周围两米以内的小儿都有吸入飞沫被传染的可能，而且任何年龄的儿童都能被传染，所以，初生的婴儿也应注意远离百日咳患儿。百日咳杆菌侵入呼吸道后，在喉、气管、支气管的粘膜上生长繁殖，并产生大量的内毒素，引起广泛性的粘膜发炎，从而产生大量的粘稠分泌物，使粘膜上的神经末梢下端受到刺激，这种刺激传入大脑皮层，引起反射性的，剧烈的，连续性的，痉挛性的咳嗽。

被百日咳传染后10天左右才出现病状。开始的症状类似普通感冒，患儿出现低热，轻咳、流涕、打喷嚏等；再经过3—4天后，患儿体温正常、而咳嗽却日趋加重，特别是夜间咳嗽更厉害，经过7—10天，咳嗽即变成阵发性的、痉挛性的，并且连串，患儿咳嗽时面红耳赤、甚至发紫、颈部静脉怒张、流涕、出汗、舌伸于外、弯腰握拳，表情很痛苦，直咳到迫切需要换气时，咳嗽才暂时停止。随后有一次深长的吸气，由于空气急速通过狭窄的声门而发出一种鸡鸣样的吼声，俗称“回钩”。如此反复咳嗽几次，甚至十几次，而且一次比一次加剧，直至粘液或胃内容物吐出，咳嗽才告停止。也可因进食、周围气温骤变、吸入尘土和烟雾、疲劳或情绪激动而诱发痛咳。痛咳时期患儿常出现颜面浮肿、眼结膜出血、鼻衄、舌条带溃疡、营养不良等症状。幼小婴儿可不出现典型的咳嗽，而表现为窒息或缺氧抽风。痛咳一般持续2—6周，以后咳嗽慢慢减轻，再