



[英] 彼得·亚伯拉罕 著

最新婴幼儿家庭

护理 大全

英国著名医学教授权威力作
欧美家庭育儿首选
新手父母必备读物



明天出版社



本书以最新最科学的方法、通俗简洁的文字和八百余幅精美的彩色图片，阐释了婴幼儿家庭养育护理的全过程。内容的全面详尽、知识的严谨实用、方法的具体可行、讲解的细致科学，为宝宝健康快乐地成长，提供了完整周全的知识保障。

欧美家庭育儿首选

新手父母必备读



内附光盘

ISBN 7-5332-5233-0



9 787533 252335 >

定价：58.00 元

最新婴幼儿家庭 护理大全



图书在版编目 (CIP) 数据

最新婴幼儿家庭护理大全 / [英] 亚伯拉罕著; 李清波、
张晶、丛海滋等译。— 济南: 明天出版社, 2006.12
书名原文: The baby and Toddler Health Guide
ISBN 7-5332-5233-0

I. 最... II. ①亚...②李...③张... III. 婴幼儿护理
IV. R174

中国版本图书馆CIP数据核字 (2006) 第104664号

最新婴幼儿家庭护理大全

[英] 彼得·亚伯拉罕 著

李清波 张晶 丛海滋
孟晓 李保杰 苏永刚 译
于俊军 丛华 陈玉娟

郑俊青 审订

*

明天出版社出版发行
(济南市经九路胜利大街)

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

<http://www.tomorrowpub.com>

各地新华书店销售 山东新华印刷厂

*

215×281毫米 16开 16印张
2006年12月第1版 2006年12月第1次印刷

ISBN 7-5332-5233-0

Z·201 定价: 58.00元

山东省著作权合同登记号: 图字15-2005-091号

如有印装质量问题, 请与印刷厂调换。

Baby and Toddler Health Encyclopedia

Copyright © 2006 Bright Star Publishing PLC

This translation of Baby and Toddler Health Encyclopedia first published

in 2006 is published by arrangement with Amber Books Ltd.

Chinese language copyright © 2006 Tomorrow Publishing House

目 录

序言	8	第二章 成长的孩子	60
第一章 婴儿护理	10	起初18个月的生长	62
新生儿体检	12	发育到18个月	64
新生儿黄疸	14	学说话	66
婴儿护理	16	语言技巧的发展	68
新生儿肺部疾病	18	从18个月到36个月的发育	70
检查6周婴儿	20	小便训练	72
母乳和新生儿	22	尿床	74
婴儿的睡眠型态	24	进入儿童时代	76
新生儿的反射作用	26	视觉的发育	78
婴儿免疫系统	28	刺激和游戏	80
婴儿的头盖骨	30	性格和个性	82
婴儿免疫	32	发脾气	84
发育迟缓	34	良好的饮食习惯	86
学习吃东西	36	学前儿童	88
母乳喂养与断奶	38	到5岁的发育进展	90
发育不良	40	开始上学	92
婴儿的皮肤问题	42	掉牙	94
尿布疹	44	孩子的生长速度	96
新生儿异常的小问题	46	遗传的性格	98
关爱早产儿	48		
与早产有关的问题	50		
婴儿8个月时的检查	52		
出牙	54		
婴儿的听力问题	56		
发展行走技巧	58		

第三章 孩子的一般疾病

孩子的眼睛黏住	
孩子的斜视	
上呼吸道问题	
扁桃体炎	
喉炎	
儿童哮喘	
治疗儿童时期的哮喘	
咽鼓管堵塞和置管	
孩子的牙齿问题	
舌系带过短	
孩子的便秘	
孩子的尿路感染	
治疗湿疹	
麻疹	
腮腺炎	
风疹	
水痘	
手足口病	
头虱	
运动障碍	
诵读困难	
诊断诵读困难	

100 第四章 疾病及其治疗 146

102 胃肠系统	
104 胃肠炎	148
106 阑尾炎	150
108 肠套叠	152
110 先天性巨结肠症	154
112 腹股沟阴囊疾患	156
114	
116 骨骼、肌肉和关节	
118 先天性髋关节脱位	158
120 畸形足	160
122 青少年特发性关节炎	162
124 佝偻病	164
126 成骨不全症	166
128 肌肉营养不良症	168
130 风湿热	170
132	
134 血液和免疫系统	
136 儿童贫血	172
138 地中海型贫血症	174
140 治疗地中海型贫血症	176
142 人类免疫缺陷病毒患儿	178
144 护理HIV感染儿童	180
诊断急性白血病	182
治疗急性白血病	184

心脏和肺

心脏杂音	186
新生儿心脏病	188
治疗先天性心脏病	190
慢性胸部疾病	192
急性病毒性细支气管炎	194
婴幼儿肺炎	196
百日咳	198
儿童结核病	200
遗传性囊性纤维化	202
治疗囊性纤维化	204

神经系统

病毒性脑炎	206
儿童癫痫症	208
脑积水	210
脑膜炎	212
脑膜炎的病因	214
脑膜炎球菌败血症	216
脊髓灰质炎	218
雷伊氏综合征	220
脊柱裂	222
自闭症	224
注意力缺陷多动障碍症	226
脑瘫	228
与脑瘫有关的困难	230
唐氏综合征	232

其他

意外中毒	234
酒精中毒和药物中毒	236
头部外伤	238
头部外伤的类型	240
婴儿猝死综合征	242
儿童癌症	244
儿科重症监护	246

索引

248

序 言



人生中最大的挑战之一是建立家庭，怀孕和分娩仅是这个漫长而精彩的过程的开端。如果问及那些即将做父母的人在孕期最关心的事情，他们几乎毫无例外地表达这样的愿望：生育一个健康的宝宝。

大多数父母的基本愿望能够实现：一个健康的宝宝来到世上，马上便开始适应不断变化的环境。在幼儿发育的早期，定期进行身体、心理和社交能力的常规检查，可使孩子生长发育正常，父母放心。婴儿出生后马上

进行身体检查，这是第一次体检。在6周和8个月的时候还要进行生长发育检查，来评估孩子的听力、视力和身体发育。大多数婴儿在第一年内体重达到出生时的3倍，身高增加30厘米！这些检查还能够确定婴儿是否学到了

学习走路是孩子生活中重要的里程碑，通常出现在9个月到16个月之间。

新的技能，比如如何协调运动以及对刺激做出反应等等。

在人生的前18个月里会发生一些至关重要的变化：爬行、行走以及说话等。两

岁以后，儿童开始掌握语言和交际的基本概念，通过形成自己独立的观点、做出决定，以及和家庭以外的成员建立持久的关系，他们开始形成自己的个性。随着婴儿开始学会使用便壶而不用尿布，他们的独立性逐渐增强。有时候婴儿所做的并不是我们所期望的，可能在饮食或者断奶等方面遇到困难，也可能在生长发育方面不如其他宝宝。不过，每个孩子都和别的孩子不同，即使达不到“常规”标准也不一定有问题。在父母的帮助和支持下，一些微不足道的问题可以在早期有效地得到解决。

常见的儿童疾病

在孩子成长过程中，一些常见的疾病是无法避免的。咳嗽、着凉、咽喉疼痛以及轻微感染会在伙伴之间以及学校里传播，尽管孩子生病时令人不安，但是从长远来看这些疾病也不会造成多大的伤害。

事实上，这些常见的疾病有助于增强孩子的免疫力，使他们对日常生活中接触到的多种细菌和病毒产生终生的抵抗力。白喉和百日咳这样的疾病完全可以通过免疫接种得到预防。两个月的婴儿通过免疫接种来预防这些疾病，由此产生的免疫力在整个儿童时期一直有效。通过全国性和世界性免疫接种计划，在发达国家，一些致命性的疾病已经基本根除，例如天花和脑灰质炎（不过有的地区没有如此幸

人们对疝气的病因了解很少。这是一种常见的婴儿疾病，患病儿童夜间不停地哭闹。

运)。在过去的20年中，为了预防囊虫病以及麻疹等疾病而进行的接种大大降低了发病率和死亡率，不过近来有些相反的报道，由于很多父母没有让孩子接种MMR疫苗，从而导致这种新病例呈波浪形上升。

处理更严重的问题

所有家庭的孩子都不可能避免地会患有一些小疾病，但有些父母可能要面对更大的挑战。有些罕见的发育问题，比如孤独症（自闭症）和注意力分散症，尽管不会威胁生命，但是对家庭和孩子本身来说，这也是非常棘

手的。像大脑性麻痹这类身体以及发育疾病需要日复一日地调节生活，肯定会影响到所有的家庭成员，尽管患有这种疾病的很多孩子过着全面而活跃的生活，成年之后经常能够独立生活。婴儿一生下来就患有先天性心脏病或者肺病的情况很少，患有致命疾病（比如癌症）的情况也不多见。

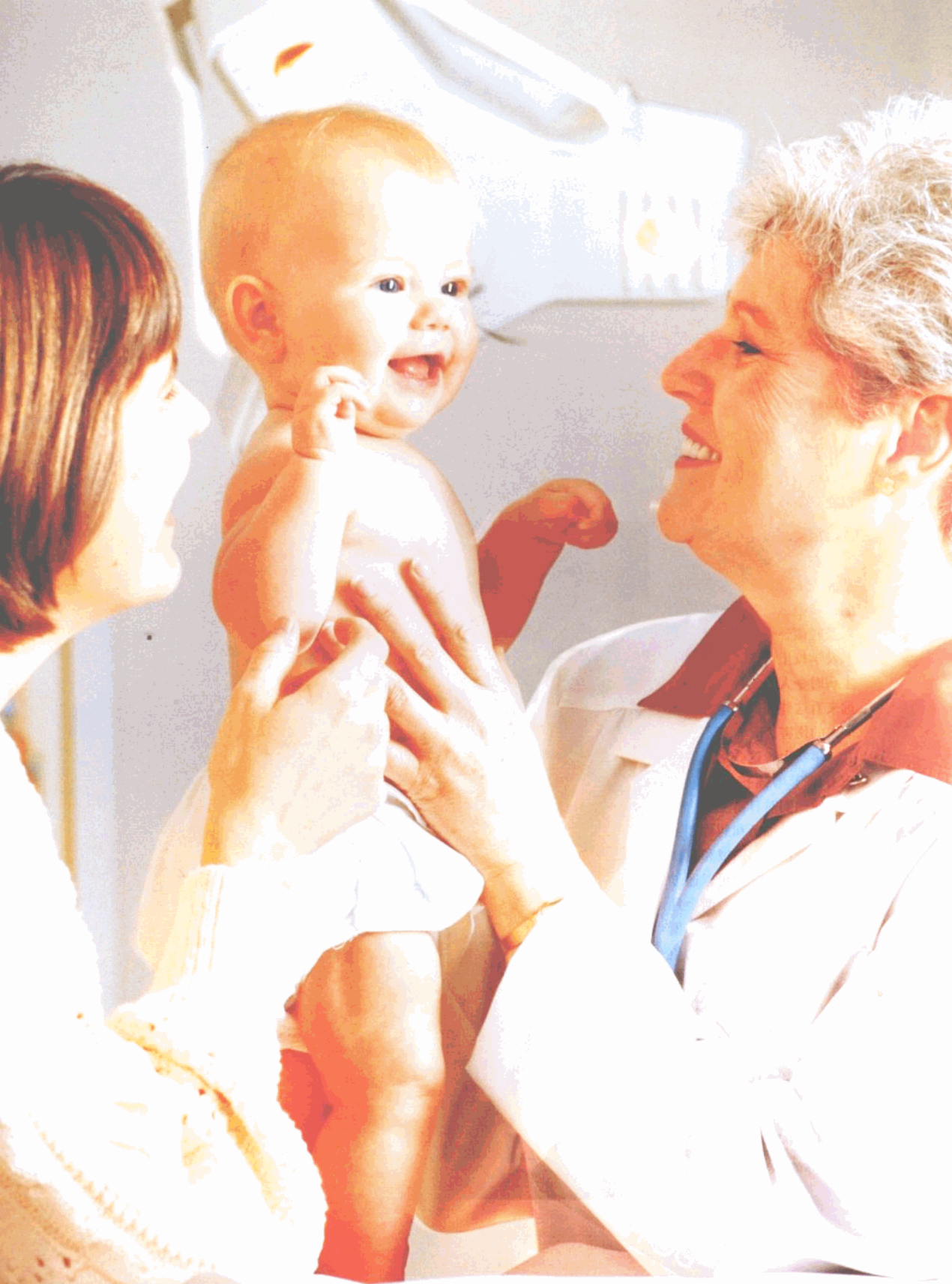
童年时期，常见的传染病也比普通感冒、咳嗽严重得多，例如：脑膜炎如果不及时间断并加以治疗，会带来可怕的后果。对父母来说，孩子患有严重的疾病是一种

强烈的情感折磨，他们必然感到有责任解除孩子的痛苦。

不过，他们总是能够得到足够的帮助。有高度专业化的服务机构为儿童服务，经过专业训练的儿童保健医务人员能够准确地知道孩子生病期间整个家庭的医疗需求。令人振奋的是，现在随着人们采用现代的医疗科学和外科手术技术，许多儿科疾病可以治愈，某些顽固疾病的症状得以减轻，并且，全球的医务人员正在寻找对付这些顽疾更加有效的治疗方法。

简·戴伯格 医学教授





婴儿护理

父母看到宝宝成长发育既感到兴奋又不乏焦虑。这一章主要涉及8个月内的婴儿进行的各种常规体检以及心理和发育检查，此外还有这个时期常见的一些小病，像黄疸、尿布疹以及饮食和长牙方面的问题。这些问题都是常见的，也很容易解决。免疫接种部分的讲解使读者了解这一重要过程，它能够帮助孩子预防潜在的危险疾病。早产的婴儿可能有不同的问题，但是专业的护理以及现代的技术通常能保证他们健康地成长。

新生儿体检

每个婴儿在出生后几分钟内都要进行体检，看看有没有疾病，确保婴儿健康，让父母安心。在出生后第一周内要进行四种检查。

新生儿的第一种检查是在分娩的时候由助产士或医生完成的。呼吸要确保正常，其他的功能也通过标准的方法来测定。婴儿出生后5分钟内被给出一种阿普伽新生儿评分。

阿普伽检查

五项检查包括呼吸、心率、肤色、肌张力及反射应激性，每一种给出的分数为0分、1分或2分。阿普伽评分的最高分为10分，7分或者7分以上是很正常的，婴儿得分为5分或者5分以下需要吸氧来帮助他们正常呼吸。

当婴儿缺氧时，呼吸就不正常或者没有呼吸，心率低于100，皮肤呈蓝色或灰白色。

测量

婴儿出生后不久，都要进行称重，测量头围、身长，对于任何明显的先天性缺陷，助产士能够做出迅速的判断。

阿普伽评分

阿普伽评分是由美国的一名儿科医生维吉尼亚·阿普伽博士发明设计的，它提供了一个标准的方法来测量婴儿的状况。

呼吸	正常、哭泣	2
	缓慢、不正常	1
	无	0
心率	大于100	2
	缓慢、小于100	1
	无	0
肤色	粉红	2
	肤红、四肢蓝色	1
	蓝色、灰白	0
肌张力	活动活跃	2
	只有四肢活动	1
	柔弱无力	0
反射应激性	咳嗽、打喷嚏	2
	愁眉苦脸	1
	无	0



把宝宝的小手指放进嘴里，医生正在为宝宝检查肌张力。

婴儿的体重能够预示潜在的健康问题，体重在2.5千克至4.5千克的婴儿都是正常的，体重不足的婴儿可能需要特护，非常大的婴儿预示着妈妈可能患有糖尿病。

测量宝宝的头围。头围取决于宝宝的大小。一般体重为3.4千克的婴儿头围大约为35厘米。头围过大或者过小，可能大脑有问题。



婴儿出生的时候都要测量体重，这提供了一个基准，医生可以随后判断婴儿在什么时候应该增加多少体重。



检查婴儿的心率是一种常规检查。不足1%的婴儿患有心脏病，其中只有1/3需要治疗。

第一次体检

婴儿生下来24小时之内都要进行仔细的体检。这种检查通常由儿科医生来做，不过助产士也进行这种检查，尤其是母亲分娩后6个小时内就出院的。

病历

在怀孕期发现的任何异常记录，以及母亲的家庭病史都要进行核实，裸体的婴儿也要从头到脚仔细检查。

心脏

在婴儿哭闹之前，首先要用听诊器检查婴儿的心脏，因为哭闹会影响心率。

血流

触摸一下腹股沟的脉搏，

来确定大动脉（人体的主要动脉）没有堵塞，这儿是大动脉变窄收缩的地方。

黄疸

黄疸（现在越来越常见）能够损坏大脑，检查一下婴儿眼白的颜色就可以确定。

异常

有些先天异常（比如缺少手指）非常明显，但是有些更危险的异常却不容易发现。腭裂经常伴有兔唇，但是有时候很容易漏掉后腭上的裂缝，医生需要用木压舌板压住婴儿的舌部进行彻底检查。

阻塞

消化道的任何阻塞都是问题。肠道闭锁症（肠道堵塞）需要紧急手术。食管闭锁症（食道堵塞）引起唾液回流，如果婴儿有这种症状，往胃里插个管子来检查一下是否有堵塞情况。消化道下部的闭锁症，比如十二指肠闭锁（就在胃的下面）能让婴儿呕吐绿色的胆汁。消化道再往下的堵塞导致腹部膨胀，检查一下肛门，看其是否通畅。

臀部

臀部的球状关节或杵臼

关节，有可能脱臼。相比较而言，在婴儿早期更容易处理，尤其是臀位分娩，有家族史的女婴更为多见。所有的婴儿都要进行常规检查看看臀部是否脱臼，现在有多种方法来检查。

生殖器

生殖器要仔细检查，确保女婴阴道、男婴阴茎正常，如果有异常，需要用手术来纠正。

出院检查

婴儿出院以前需要进行出院检查，不过在家里由家庭医生检查也可以。这些检查不能省略，看看婴儿有没有疾病。

例如黄疸是由血液中过多的胆红素（一种胆汁色素）引起的，这种疾病在哺乳期或者早产的婴儿身上很常见。需要验血来测定胆红素的水平。

脐带

脐带可以在婴儿出生后3天到两周内的任何时候从婴儿身上脱离下来，如果肚脐感染了就会发红、肿胀并流脓。

喂奶

要正确地进行母乳喂养，这对婴儿的成长是非常重要的。在出院检查的时候也要检查这一项。

戈氏检查

婴儿出生6天后要验血。这被称为戈氏检查。从婴儿脚后跟取几滴血液，涂在专门的卡上，用以检查引起智力障碍的两种可根除的病因。缺少甲状腺会导致血液中促甲状腺素（TSH）很高；另外一种情况是苯丙酮尿症，能够阻碍苯丙氨酸（酚妥拉明）。它是人体内的一种氨基酸，通过给婴儿添加一种特殊的饮食可以避免大脑损伤。



新生儿黄疸

健康的新生儿经常出现皮肤发黄(黄疸)的症状,然后很快就退色了。然而,GPs定期检查生黄疸的婴儿可以排除很多严重的疾病。

黄疸是由于血液中胆红素水平较高导致的,胆红素是红血球里面的血红蛋白分解时产生的废物。新生儿的肝酶还不成熟,不能非常有效地转化(新陈代谢)这种胆红素并排泄出去。母亲患有糖尿病或者重量不足的婴儿非常容易产生黄疸。

难产的婴儿有时头皮下出现青肿的淤血(头颅血肿),如果多余的血液被重新吸收,也可能出黄疸。如果脐带不及时夹住,过多的红细胞可能流入婴儿体内(红血球增多症),这也能导致黄疸。

生理黄疸

非新陈代谢的胆红素自然地聚积成为生理黄疸。婴儿出生后的几天里,由于体内红细胞数自然下降,肝酶最初还不能完全适应处理分解物,从而引起黄疸。

婴儿出生24小时后就开始出现正常的生理黄疸,由于母婴很早就出院,大部分孩子是在家中出现黄疸的。

轻度黄疸看起来有点像日晒的棕色,通常从头部开



始,后来发展到脚上,黄疸严重时,眼睛也变黄。

很多医生回访出院后的新妈妈,如果婴儿出现黄疸,他们会检查婴儿,看看是否贫血或者肝大。如果婴儿的尿发暗或者大便发灰,就需

很多新生儿有黄疸——足月的婴儿占一半以上,早产的婴儿占80%以上。



要马上检验尿和血。

生理黄疸通常在婴儿出生两周后消失,最重要的治疗方法是确保婴儿有足够的奶水,如果是母乳喂养,应该鼓励继续下去,如果母亲有困难,需要请教他人。定期给婴儿测量体重,有助于观察婴儿是否有足够的养料和热量摄入。

如果黄疸严重,或者是婴儿看起来昏昏欲睡,或者是进食困难,助产士就要采

婴儿的脐带应该及时夹住,否则过多的红细胞就会进入婴儿体内引起黄疸。

血检验胆红素水平,检查结果有助于医生确定是否进行光线疗法(光线治疗)来降低胆红素。

患有黄疸的婴儿只有很少的一部分需要在重病看护病房进行治疗——光线治疗是其中的一种治疗方案。



黄疸的起因

有时候，新生儿患黄疸时间过长可能引起严重的疾病，因此必须进行进一步的检查来确定准确的起因。

婴儿第一天就出现黄疸是不正常的，这通常是由于婴儿的红血球溶解所致。这可以通过称为库姆检验的验血来确定。

如果母亲与婴儿的血型不同，所产生的抗体通过胎盘传给婴儿，新生儿就可能出现溶血疾病（ABO血型分型或者凝集素不相溶）。现在这种情况很少出现，因为凝集素阴性的妈妈在分娩后可以注射抗-D注射剂，从而阻止产生抗体。

相关因素

有时候婴儿出现黄疸是家族病。大部分母乳喂养的婴儿黄疸持续的时间长，尽管起因还不明确。母乳黄疸影响5%的母乳喂养婴儿，这并没有害处，因此妈妈应该继续母乳喂养。不过，出现黄疸时间过长也可能是由于严重疾病所致，因此需要检查。

检查和起因

首先，检验血液来确定胆红素是否相配（联合在一起的分子），并且验尿。如果胆红素相配，还要进一步检

查，包括肝部超声波扫描以及肝部活组织切片检查。

严重的起因包括肝病和胆管闭锁（输胆管堵塞）。后者必须早期诊断，因为如果在出生后6周内进行外科手术，就可以挽救孩子的生命。有时候孩子也需要肝移植。

有些先天性慢性感染疾病也能导致黄疸延长，例如巨细胞病毒、弓形体病；有些遗传的新陈代谢疾病也能引起黄疸，比如囊性纤维化（属遗传性胰腺病）、单乳糖血症。



穿刺脚后跟有助于助产士断定婴儿是否甲状腺活动不够活跃（甲状腺机能减退）。

如果婴儿的黄疸两周还没有消退，就需要检查一下潜在的起因。

治疗婴儿黄疸



光线疗法的治疗原理是黄色的胆红素吸收蓝色波长的光线，使之变成无毒的副产物。光线疗法需要婴儿与母亲分离。有时候有一定的副作用，包括脱水、腹泻，因此需要补充水分。

一种更新的装置是一套能够发射紫色光的婴儿衣，它可以穿在婴儿的衣服下面，这就可以避免母婴分离。通过肝脏新陈代谢生成的结合胆红素不再有害，然

光线疗法意味着婴儿接受治疗时需要和妈妈分开，因此这种治疗只应用于非常严重的病症。

而，如果非结合的胆红素水平变得很高，少量的胆红素会进入大脑，在那儿是有毒的（核黄疸）。核黄疸可能引起耳聋或者大脑性麻痹，有时候会导致这两种疾病，但是这些疾病都可以通过紧急换血来避免。

输血是防止核黄疸的非常有效的最后途径。捐献者温暖的Rh阴性血液根据母体的血液交叉配血，并输入婴儿的脐带静脉，以同一速度排出体内的血液，这就清除了有毒的非结合胆红素以及任何抗体，并能治疗任何贫血。

婴儿护理

婴儿1岁以前接受的护理是医学护理，包括定期健康体检，检测各种情况，治疗出现的各种具体医疗问题。

婴儿护理是在婴儿1岁期间照料他们，这是婴儿一生中最脆弱的阶段，一切都完全依靠周围的成人提供食物、保暖、护理以及保护。

婴儿护理专家

全科医生和健康随访员主要在社区里提供健康建议，有时候接待员或者护士也可以给家庭提供基本的婴儿护理常识。

对大部分婴儿进行监护是全科医生的责任，而不是门诊上的医务工作者的事情。全科医生的责任是诊断婴儿的身体状况，决定是否需要住院治疗。大部分情况下，婴儿不需要去医院，只需要基本的保健处理就行。

家庭保健必备品

父母当然对孩子的健康非常担心，有充分的理由寻求家庭医生生的帮助。童年时期健康问题是全科医生工作的一个主要部分，有些婴儿只需要随访一次就够了，而有些婴儿可能需要定期回访。除了定期进行发育方面的体检之外，父母会带着孩子去看外科医生，因为他们认为孩子健康状况不好。

全科医生会看看孩子有没有严重的不健康的迹象，比如脱水和感染（尤其是耳朵和胸部的感染）。如果全科医生对孩子进行正常的查体，



婴儿出生之后，出院之前，母婴都要接受检查。

母亲定期带着婴儿到当地健康中心的婴儿诊所体检。在婴儿最初的几个月里，其发育生长都会受到关注。如果有任何问题都需要去看全科医生。

他们会看看孩子是否达到发育过程中期望的指标。

健康随访员的作用和全科医生稍微有些不同，他们更关心促进家庭内所有成员的健康。健康随访员除了检查孩子的身体健康之外，他们还对孩子以及家人（尤其是妈妈）的整体健康状况感兴趣。

健康随访员可能对第一次生孩子的妈妈更有帮助，给这些妈妈提供如何拥有社区服务的信息，最初，孩子出生后的10天里，助产士帮助这些新妈妈；随后，健康随访员就会参与进来。提供保健服务的方式是多样的，

不过，健康随访员会对家庭做最初的随访，之后，如果这些家庭需要进一步随访，可以和这些随访员联系。

当孩子大约8个月的时候，健康随访员对孩子进行全面的检查。婴儿1岁以内如果发现明显的问题，这些孩子就到医院儿科医生那儿进一步接受医疗护理。

健康随访员的任务之一是拜访新生儿的家庭。除了检查婴儿是否发育正常，他们还给这些妈妈提供支持和建议。



健康检查

婴儿一出生就要接受新生儿体检，这包括监测心率，并确保没有臀部脱臼。在新生儿出生后24小时内，还要进行另外一次检查，6周之后还要进行第三次检查。

婴儿8个月时，健康随访员会到家中随访，听取父母关于婴儿健康的任何疑问，如果婴儿发育良好，在婴儿1岁之内不用再进一步检查，但是，如果婴儿有体重增长不明显之类的问题，就有必要进一步检查。在婴儿8个月至9个月的时候，都要给婴儿测试听力。

问题

■进食问题主要包括断奶困难（从液体食物到固体食物的转变）、婴儿体重不增长，或者奶量摄入不足等。

婴儿通常会出现便秘、呕吐或者打嗝等问题。孩子呕吐会引起父母的担心，而事实上，婴儿只是把一小部分已经消化的食物反当出来。

■睡眠问题包括婴儿疝气。这是一种常见的疾病，婴儿腹部出现剧烈的绞痛，使婴儿难以入睡。疝气是由于肠内胀气，导致孩子长时间哭闹。父母通常十分焦虑，因为他们无法减轻孩子的痛苦。

另外一个睡眠问题就是有些孩子的睡眠时间完全颠倒，和父母的睡眠时间完全相反。

孩子在夜间十分清醒，家人因此而感到疲惫不堪。

■如果婴儿患了感冒，父母也非常焦虑。感冒时出现鼻塞，导致孩子进食的时候呼吸困难，因此孩子往往就不吃东西。父母可能认为孩子得了更严重的疾病，因此赶忙带孩子去看儿科医生进行确认。

■皮疹可能由某些原发性疾病引起，例如湿疹；也可能由其他疾病引起，例如病毒感染。



接生员接触新生儿时都会身穿消毒隔离衣，佩戴口罩，以免引起新生儿感染。新生儿的脐带在距离腹部2.5厘米处结扎，残留的脐带一般在一两个星期内脱落，之后留下一个伤疤，叫做肚脐。

新生儿疝气

哭闹是新生儿表示身体不适的自然方式，父母因此可以知道孩子需要什么，但是对于患有疝气的新生儿来说，有时候父母的一切努力好像都无济于事，这对已经疲惫不堪的父母来说，的确是一个巨大的压力。

疝气导致腹部的剧烈疼痛，引发双腿痉挛，孩子因此不停地哭闹。疝气的一个特征就是规律性，疝气的发作很有规律，持续数小时，一般是在夜间。值得欣慰的是，婴儿3个月以后，疝气一般能够自愈。

该怎么办呢？

迄今为止，科学家还不

了解疝气的确切原因。尽管如此，父母可以采取以下一些措施，来缓解孩子的痛苦。

■吸吮能够给孩子带来很大的安慰，如果孩子吸吮父母的小手指或者消毒的橡皮奶嘴，孩子可能会安静。直到孩子安然入睡。

■室内黑暗，安静，还有父母轻轻的摇晃，都有助于减少刺激，安抚孩子入睡。不过这需要父母持之以恒。对某些孩子来说，腹部按摩也十分有效。

■医生一般不主张使用缓解腹痛的各种疗法，因为这些方法一般都没有多大作用。

■困难时期得到亲友的支

持也是非常重要的。在这种情况下，父母往往疲惫而沮丧，他们可以请求亲友协助，来渡过难关。

■哺乳的母亲可以检查自己的饮食，也许因为母亲饮食不当而导致孩子不适；人工喂养的婴儿可以尝试其他品牌的奶粉，也可以咨询健康随访员，了解饮食搭配的知识。

■如果这些办法都不能奏效，并且父母担心可能会有更严重的问题，那么就应该寻求家人的协助。