



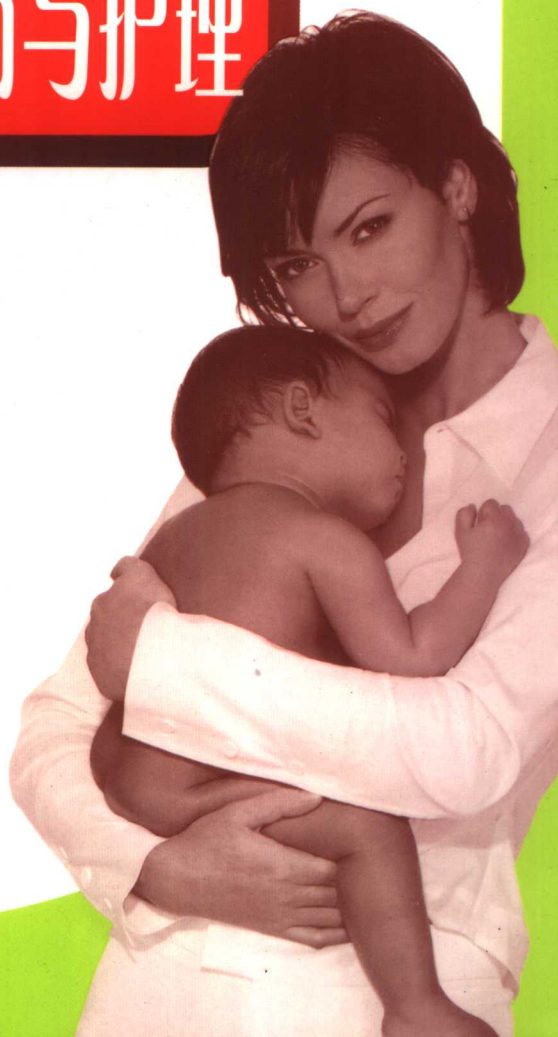
妈咪当护士

——儿童常见病症预防与护理



MAMI DANG HUSHI

林义雯 谢鹏 林海 谢玲 / 编著



Hunan Science & Technology Press

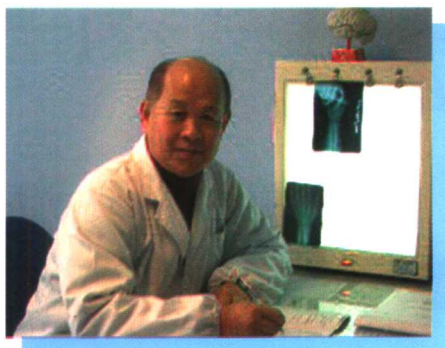
湖南科学技术出版社

妈咪当护士

——儿童常见病症预防与护理



林义雯 谢鹏 林海 谢玲 / 编著



谢鹏，著名儿童保健专家。湖南省儿童保健学科带头人。现任湖南省儿童保健专业委员会主任委员、全国小儿脑性瘫痪专业委员会理事、全国家庭教育讲师团成员、湖南省优生优育协会理事。曾荣获“全国家庭教育工作园丁奖”、“全国 2004 年度儿童保健突出贡献奖”和“湖南省保护未成年人杰出公民奖”。

从事儿科临床和儿童保健工作 43 年，有丰富的儿科临床和儿童保健经验，业务专长为：儿童生长发育和儿童营养、儿童早期教育、婴儿脑损伤早期诊断和治疗、小儿脑性瘫痪康复治疗等。近几年研究的“高危儿保健和婴儿脑损伤早期诊疗”成果已在湖南省内外广泛推广应用，收到显著的效果。主编和参编的著作 14 部，代表著作有《培养 0~3 岁高智商宝宝天天练》、《3~6 岁幼儿保健和教育》、《儿童常见病的家庭护理》、《儿童保健学（大学本科教材）》、《疑难儿科学》、《高危儿保健和脑损伤早期诊疗》等。



林义雯 湖南省儿童医院儿童内科主任医师、同济医科大学兼职教授。现任全国小儿脑性瘫痪专业委员会理事、湖南省康复医学会常务理事，亚太地区小儿神经学会会员。曾在湖南省妇幼保健院和湖南省儿童医院等单位从事儿科临床工作 40 多年，学识渊博，临床经验丰富，医德高尚。业务专长为小儿神经内科，是湖南省儿童神经学科的学术带头人。对婴幼儿早期教育与训练及儿童生长发育、儿童营养、小儿疑难病的诊断、治疗，尤其是小儿神经内科、小儿癫痫、小儿脑性瘫痪康复治疗 and 婴儿脑损伤早期诊疗有独到的经验。代表著作有《儿童保健学》（大学本科教材）、《高危儿保健和脑损伤早期诊疗》、《0~3 岁婴幼儿儿科学养育》等。



Hunan Science & Technology Press

湖南科学技术出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

妈咪当护士：儿童常见病症预防与护理/林义雯编著.
长沙：湖南科学技术出版社，2006.8
ISBN 7-5357-4667-5

I. 妈... II. 林... III. ①小儿疾病-预防②小儿
疾病-护理 IV. R72

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 085637 号

妈咪当护士

——儿童常见病症预防与护理

编 著：林义雯 谢 鹏 林 海 谢 玲
责任编辑：柏 立

出版发行：湖南科学技术出版社

社 址：长沙市湘雅路 276 号

<http://www.hnstp.com>

邮购联系：本社直销科 0731-4375808

印 刷：国防科技大学印刷厂

(印装质量问题请直接与本厂联系)

厂 址：长沙市砚瓦池正街 47 号

邮 编：410073

出版日期：2006 年 8 月第 1 版第 1 次

开 本：787mm×1092mm 1/16

印 张：10.5

插 页：12

字 数：300000

书 号：ISBN 7-5357-4667-5/R·1050

定 价：24.00 元

(版权所有·翻印必究)



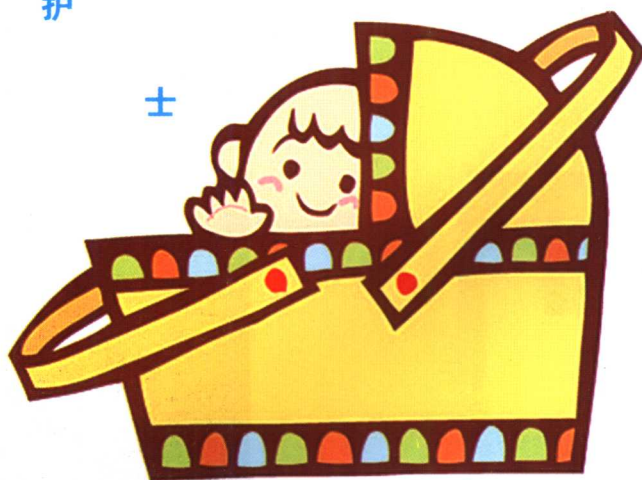
妈

咪

当

护

士



妈

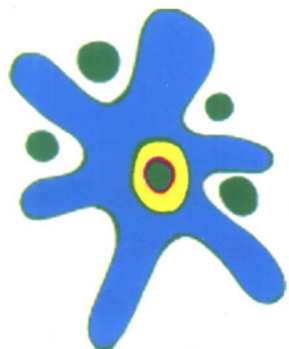
咪

当

护

士





当好孩子的**守护神**



孩子是父母的贴心肉，爸妈是孩子的守护神！

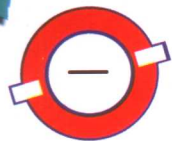
如果你想做一个合格的、高水平的守护神，使孩子在成长的路上少病少灾、健康成长！为人父为人母的你，就需要学一点医学常识、护理技能，使孩子少生病、少受罪。即使生病了也会逢凶化吉，安全地度过难关！

也许你会说：孩子生病了就上医院找医生吧！父母也不可能学会治病，医学知识那么浩瀚博大，也不是随随便便能学到的呀！

不错！孩子生病就得请医生诊治，但是，你知道吗？对孩子的健康，对于抵抗疾病，家长的作用同医生一样重要。你一定惊讶不已“我们的作用有那么大吗”？

我们几位作者都是长年工作在儿科临床一线的医生，我们可以肯定的告诉你，家长的作用非同小可！只有父母懂得一定的医学常识、护理常识，与医生配合，才能真正守护好孩子的健康！

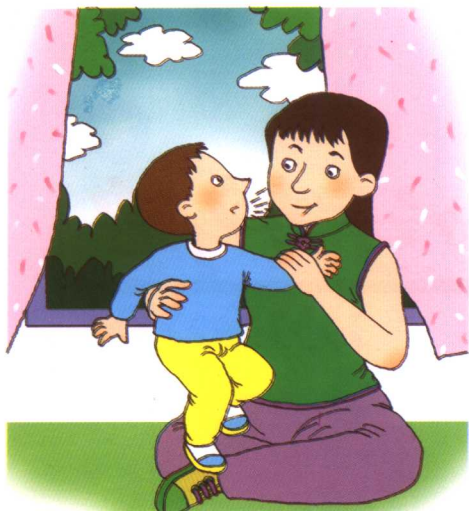
我们写作这本书的目的就是教家长正确处理孩子生病的问题，为家长提供了十分有用的具体指导。这儿，我们先简要地给你一些提示。



根据儿童的生理情况，小儿生病有如下三个特点



特点一：婴幼儿抵抗力低，与大人相比更容易生病。例如变天了，没有及时加衣，大人也许没问题，小孩可能就生病了。



特点二：孩子生病后病情变化快。不像大人，有时生病还能扛得住一阵。小儿生病，也许不久前还没什么，突然就发展成危急症状。因此，小儿生病大人要认真对待，细心观察，及早察觉病情变化及危险苗头。



特点三：小孩生病若发现早，处理得当，病好得也快。

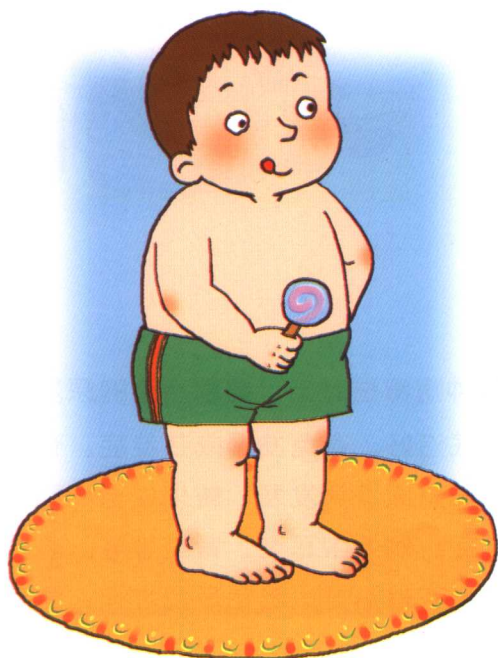




对疾病重在预防，比生病问医强百倍

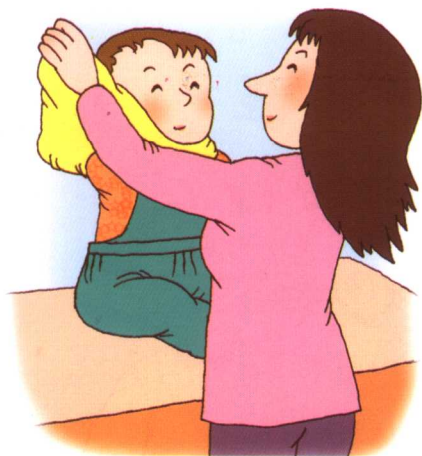


1. 对孩子，平时注意营养均衡，加强锻炼，生活有规律，孩子的体质好，抵抗力强，自然不易生病。即使生病也易康复。身体好是防病抗病的根本。



2. 防止喂养不当引起的营养性疾病。如消瘦、缺钙、贫血、肥胖。营养性疾病一般要有一段时间才慢慢显现出来，等到症状明显时病已不轻了，因此家长应早期警惕。

3. 许多病是在小孩受寒、身体抵抗力下降时发生，因此，天气变化应及时加减衣裳，在天气时冷时热的多变季节更应小心。平时穿着不要过多也不过少，被



子的厚薄也要合适，洗脸洗澡水也不宜太热。养成穿衣薄习惯的孩子，对寒冷更有抵抗力。捂得太严实的孩子抗寒能力差。生病之后，身体恢复后，要让他（她）逐渐适应穿衣不过厚。

4. 注意饮食卫生，严防病从口入。消化道的疾病及有些传染病大都是饮食不卫生的后果。家长应教育孩子饭前饭后洗手，不到餐馆吃东西，不吃不卫生的东西等等。



5. 各种病毒性感染、细菌感染的原发病要彻底治好，避免发展成并发症。有许多病都是原发病发展、转化成更严重的并发症，例如中耳炎、肾炎等等。急性病要一次性治好，防止反复发作，演变成慢性病。



治病是医生的事，可是还有许多事要家长把握、实行



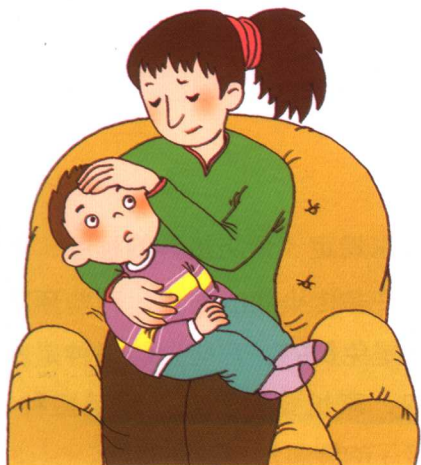
1. 平时细心观察，保持警惕，要发现病症于萌芽状态，及时处理，使小病化了，为大病争得宝贵的治疗先机。



2. 家长有必要学习医学预防知识，有很多疾病是可以预防的。



3. 家长学点医学常识，一旦小儿身体出现问题，家长可根据症状判断大概是哪方面的毛病。可以早发现早治疗，很快恢复健康。发现孩子病症后要不要马上上医院，什么时候上医院为好，这都是家长要掌握的。





4. 通过看书学习，非常熟悉了孩子生病时哪些是危急表现。知道一旦出现危急症状，不可拖延治疗时机，就可以在关键时刻作出正确处理，避免许多恶果的发生。



5. 掌握在家里护理生病孩子的基本方法；通过培训和练习，掌握现场处理突发危急症状的技能，例如人工呼吸、胸外按摩、止血、催吐等，能够为孩子减轻痛苦甚至挽救生命。



6. 国家规定了预防接种的程序，能防止许多传染病的发生。有些预防接种是免费的，有些预防接种是收费的，家长要配合做好疫苗接种，为孩子的健康加一道防卫线。



意外伤害是儿童健康的头号杀手，重在预防！预防！预防！

婴幼儿的意外伤害常发生在大人一转身之间，有高度的防范意识是避免悲剧发生的根本。



1. 溺水。家中常见的溺水有：宝宝跌入浴缸或洗衣机；室外常见的有掉进水塘、水沟等。防范措施是：浴缸、洗衣机、大水桶中不要蓄水。另外，浴缸高度不应低于50 cm。浴缸和洗衣机旁不要放小板凳、踏板等，以防小儿爬进去。



2. 车祸。不让小孩单独在马路活动。

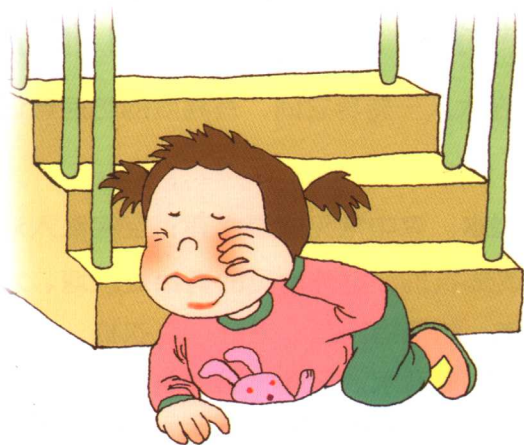


3. 烧烫伤。凡是烫的东西都有可能对小儿造成烧烫伤。如热汤、开水、电壶、电熨斗、暖气片、电饭煲等。常见的烧烫伤情况有：饭桌上铺桌布，小孩扯，热菜热汤倒下来烫伤小孩；另外洗澡如果先放热水，小孩爬进去或坐进去会烫伤，应先放冷水；有开水时大人应在旁边。

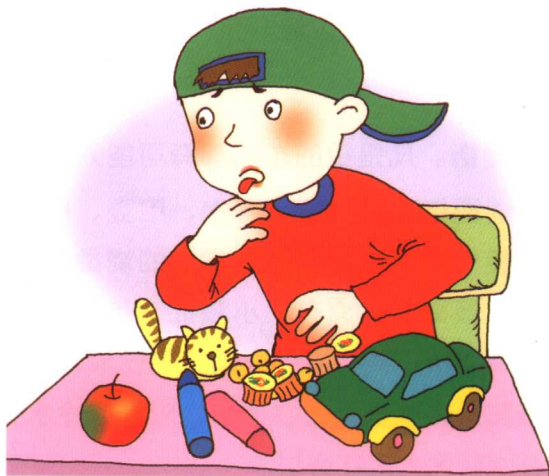


★ 4. 跌落伤。小孩很容易因跌落受伤。小儿头大，跌落时头先落地

易造成脑震荡，也易造成骨折。家里要有防护措施，如：床上安护栏、楼梯口、窗台要有围栏；家里的门要注意关紧，以免在没注意时小孩开门出去跌落。总之小孩要在大人的视线范围内活动。



★ 5. 误食中毒。易造成小孩误食导致中毒的东西很多，有的物品除了对小儿造成中毒外，还会有机械损伤。有的物品本身无毒性，但误食时卡住咽喉、气管，造成呼吸道异物。例如：果冻卡住气管造成窒息的情况就发生得较多。



★ 6. 耳鼻眼异物。小儿也喜欢把小物品塞到耳朵里、鼻子里、眼睛里，造成耳鼻眼异物，很危险。常见的小物品有豆子、花生、扣子、玻璃球等等。



有些严重病需早期发现，争取最佳疗效



1. 早期发现听力异常：听力异常多是母亲怀孕期或小孩出生后服药不当的后果。大人搞不清刚出生的小宝宝能否听见声音。有时等到孩子大了才发现问题，就已错过了最佳治疗时机。因此家长应有意识地查验宝宝的听力，早期发现听力异常。尽早治疗，效果才好。



3. 尽早发现高危儿异常。遭遇高危因素的婴幼儿很多，其中有一些会发生脑损伤，造成脑瘫、智力低下、癫痫等病。如果及早发现端倪，尽早干预，可把损伤降低到最小。若没及时发现，孩子致残，给家庭带来痛苦。



2. 早期预防和发现视力异常。有一部分视力异常是养育不当造成的，如斜视，是可以避免的。还有一些是先天原因的视力异常，应尽早纠正，越早效果越好。

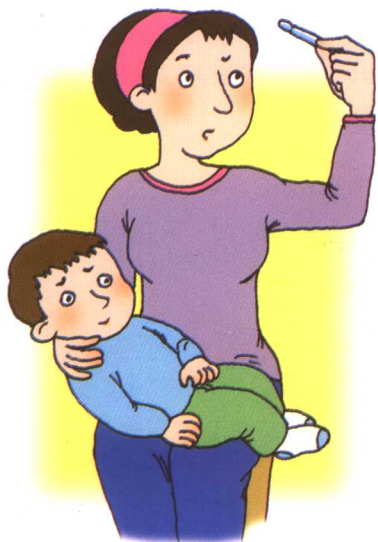


4. 新生儿疾病筛查可以早期发现一些先天病、遗传病。例如：甲状腺功能低下、苯丙酮尿症等。早发现，早控制，可避免悲剧的发生。新生儿疾病筛查有的医院做，有的没做，有的医院要征求家长的意见才做。此项检查县城以上医院均可做。家长可主动询问是否要做此筛查。



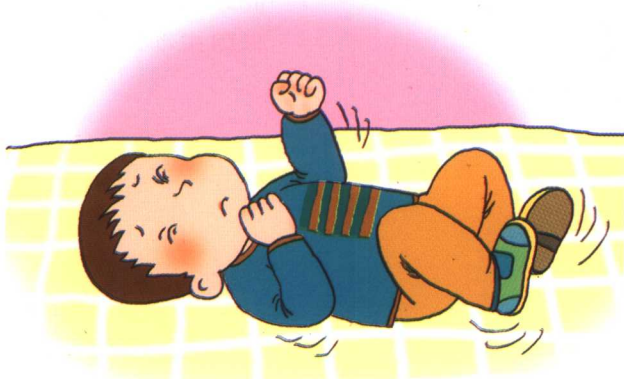
六、小儿生病常见症状之一——发热

发热是多种疾病的症状，是身体对感染的一种防御反应。家庭护理多采用物理降温，也可服退烧药。退热并不能治疗疾病，只是让孩子舒服一点。生病发热主要应治疗原发病。

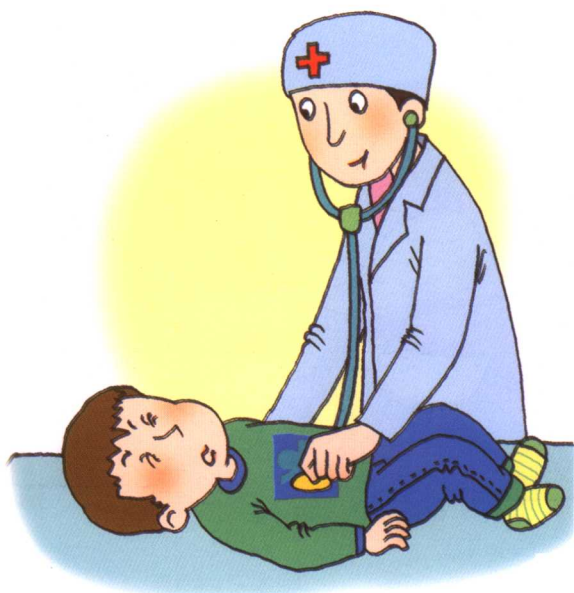


七、小儿生病常见症状之二——抽筋（惊厥）

抽筋是危重症状，一旦发生，家长不要惊惶，不要大呼小叫，应镇静，防止发生危险，如碰撞伤。等待抽筋停止后，不能耽误时间，立即送往医院。



▶ 八、小儿生病常见症状之三——腹痛



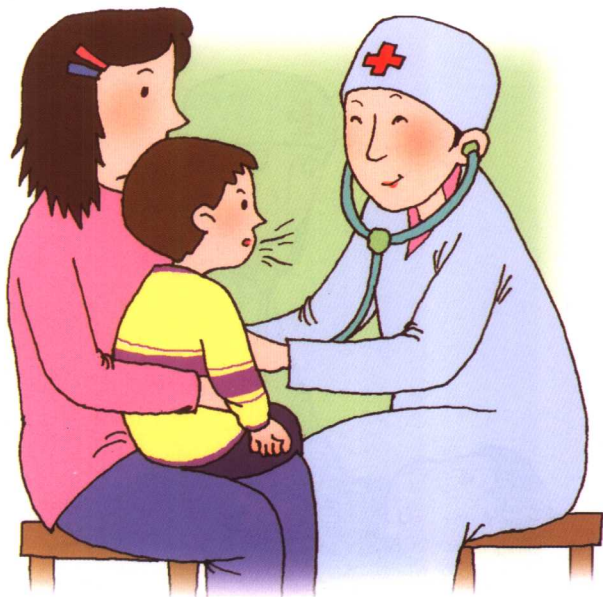
1. 引起腹痛的原因很多、很复杂，应送医院请医生诊断清楚。是什么性质的腹痛。不可凭想象妄下结论，以为吃些散寒的姜汤或别的土方子能解决问题。

2. 不可在诊断前自做主张给孩子喂止痛药、消炎药，这样会影响医生的判断，延误诊断。



九、小儿生病常见症状之四——咳嗽

1. 咳嗽是小儿很容易出现的病症，大多与受凉感冒有关。家长特别要注意的是因上呼吸道感染引起的咳嗽，可发展成支气管炎，再发展成肺炎，带来危险。因此小儿咳嗽初期就应加紧治疗，防止发展成重病。

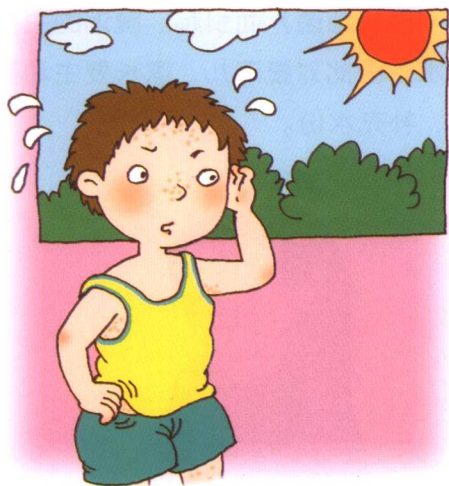


2. 对于体质差，易反复感冒咳嗽的孩子，家长更要小心呵护，加衣减衣要适时适当，要设法强健孩子身体，减少发病次数。生病咳嗽要彻底治愈，避免反复发作成慢性病。



▶ 十、小儿生病常见症状之五——皮疹

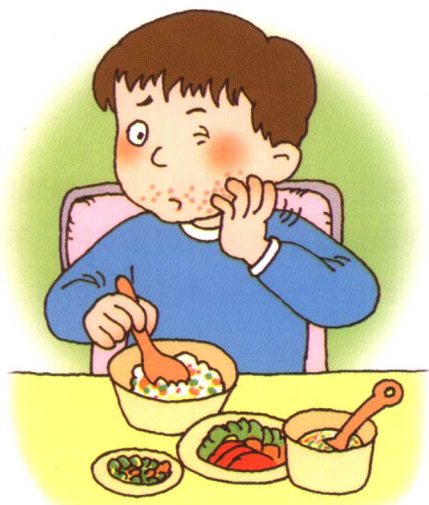
小儿出皮疹的原因很多，可是小毛病，也可能是大病，要重视，仔细斟酌。



1. 有的皮疹不算病，如痱子。



2. 多数皮疹与传染病有关。



3. 有的皮疹是对食物、药物、生活用品过敏。



4. 有的皮疹是重病表现，如脑膜炎。