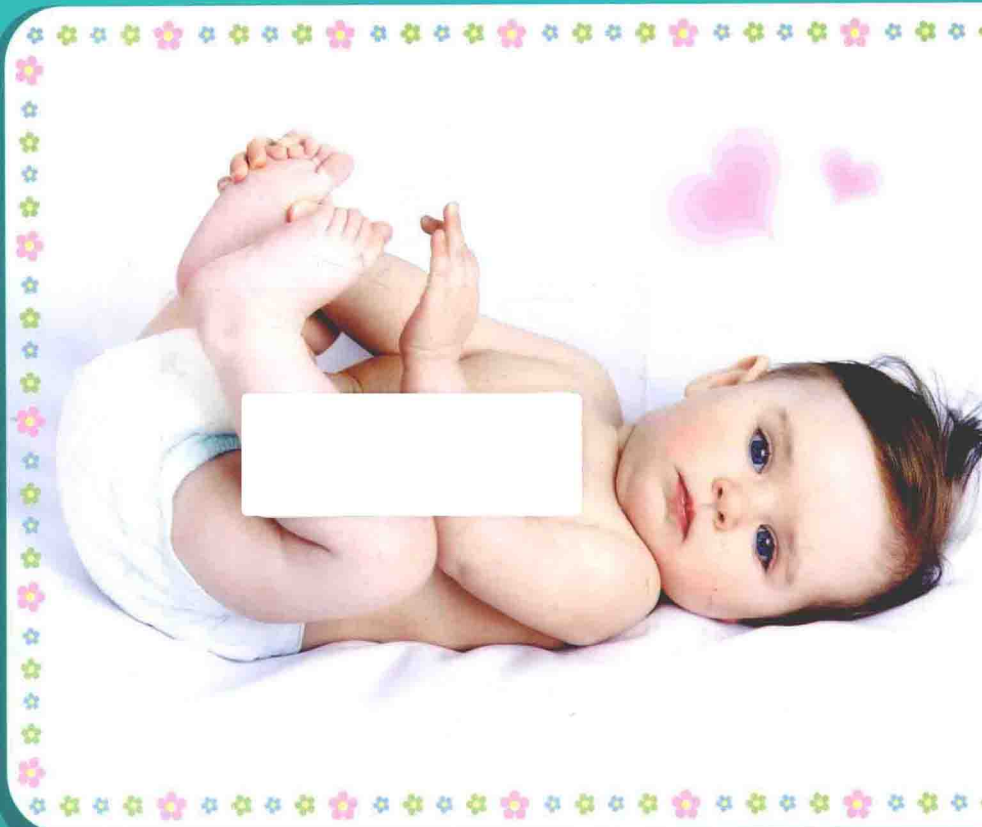


小儿疾病居家 护理一本通

张春改 / 编著



YIBENTONG



指导专家/戴淑凤

北京大学第一临床医学院

妇产儿童医院教授

中国优生科学协会理事

中国优生优育协会理事

中国人口出版社

China Population Publishing House

全国百佳出版单位

小儿疾病居家



护理一本通

张春改 / 编著



中国人口出版社
China Population Publishing House
全国百佳出版单位

图书在版编目 (CIP) 数据

小儿疾病居家护理一本通 / 张春改编著. —北京: 中国人口出版社,
2013.6

ISBN 978-7-5101-1777-0

I. ①小… II. ①张… III. ①小儿疾病—护理—基本知识
IV. ①R473.72

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第104095号

小儿疾病居家护理一本通

张春改 编著

出版发行	中国人口出版社
印 刷	北京市德美印刷厂
开 本	720毫米×1000毫米 1/16
印 张	24.75 插页 1
字 数	300千
版 次	2013年6月第1版
印 次	2013年6月第1次印刷
书 号	ISBN 978-7-5101-1777-0
定 价	29.80元 (赠送CD)

社 长	陶庆军
网 址	www.rkcbbs.net
电子信箱	rkcbbs@126.com
电 话	(010)83534662
传 真	(010)83515922
地 址	北京市西城区广安门南街80号中加大厦
邮 编	100054

版权所有 侵权必究 质量问题 随时退换



Part 1 小儿疾病的常见症状

- 002 发烧
- 004 呕吐
- 006 惊厥
- 007 腹痛
 - 007 常见的良性腹痛
 - 007 如何观察孩子是否腹痛
 - 009 孩子肚子痛到底要不要紧
 - 010 如何预防宝宝腹泻
 - 011 小儿腹泻
 - 011 哪些原因可能引起腹泻
 - 012 腹泻可能造成哪些危险状况
 - 012 在家照顾，还是必须立即就医
 - 012 宝宝腹泻时怎样照顾
 - 013 宝宝腹泻时怎么吃
 - 014 如何预防宝宝腹泻
 - 015 皮疹
 - 018 咳嗽
 - 020 孩子身高发育问题
 - 023 幼儿生长迟缓
 - 023 造成生长迟缓的原因
 - 024 治疗与处置方法
 - 025 孩子的成长指标
 - 026 泌尿生殖系统器官异常
 - 027 小儿上火
 - 027 上火的五种表现
 - 027 易上火的食物
 - 028 去火的食物
 - 029 常用去火小中药

Part 2 新生儿疾病与护理

- 031 新生儿筛检
 - 031 新生儿筛检的目的及项目
 - 033 新生儿筛检的流程及方法
 - 033 若新生儿筛检呈现阳性怎么办
- 033 新生儿听力筛查
- 034 新生儿低血糖
- 035 新生儿产伤骨折

CONTENTS

035 新生儿黄疸

035 黄疸的成因

036 生理性黄疸

036 病理性黄疸

037 父母应注意什么

037 黄疸儿的居家照顾

038 黄疸宝宝的住院治疗

039 黄疸有何并发症或后遗症

040 新生儿脐炎

041 新生儿呕吐

042 新生儿便秘

043 胀气

044 新生儿鼻泪管阻塞

045 新生儿鹅口疮

046 新生儿败血症

046 症状

046 诊断

047 治疗

047 预防及护理

048 早产儿护理

048 病因

048 临床表现

049 护理

Part 3 感染性疾病

053 半岁以后小儿的抗病力下降

058 预防

054 麻疹

060 幼儿急疹

054 症状

060 症状

054 治疗与护理

061 治疗

055 预防

061 护理

055 风疹

061 预防

055 症状

062 流行性腮腺炎

056 治疗与护理

062 症状

057 水痘

063 治疗与护理

057 水痘传染方式与潜伏期

064 猩红热

057 症状

064 症状

058 治疗

065 治疗

058 出水痘的护理

065 食疗与护理

066 细菌性痢疾

066 症状

067 治疗

067 预防

067 手足口病

067 传染源

068 传播方式

068 临床特征

068 诊断

069 预防原则

070 家庭护理

070 Q&A

071 肠胃型感冒

071 三大病毒类型

071 发病症状

072 家庭护理

072 什么情况须立即就医

072 全奶哺育期的患儿的饮食照护

073 辅食阶段以上的婴幼儿的饮食照护

073 肠胃型感冒预防方法

074 Q&A

075 小儿甲型病毒性肝炎

075 症状

076 治疗

076 预防

077 患儿家庭护理

079 小儿乙型病毒性肝炎

079 急性乙型肝炎

080 慢性乙型肝炎

081 按期检查

081 乙肝患儿的饮食

082 Q&A

084 流感

084 幼儿流感可以预防

084 流感病毒与腺病毒的区别

085 流感与普通感冒差异

085 小儿流感食疗方

086 百日咳

086 症状

087 治疗

087 家庭护理

088 预防

089 狂犬病

089 症状

089 防治原则

090 蛲虫病

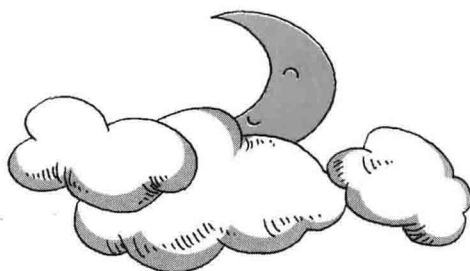
091 小儿蛔虫病

091 病因

091 症状

092 治疗

目录



Part 4 内科疾病

095 小儿口臭

095 口腔卫生不佳

095 生理性口臭

096 病理性口臭

096 口腔去味

098 小儿腹胀

098 为何胀气

099 消除胀气的办法

100 急性肠胃炎

100 致病因素

101 症状

101 治疗

101 居家照顾

102 胃肠炎恢复期的食疗法

103 附：轮状病毒感染

105 小儿便秘

105 诊断

105 治疗

107 便秘食疗法

107 Q & A

109 小儿脂肪吸收不良(脂肪泻)

110 保护婴幼儿肝脏

111 孩子的营养需求

111 三大营养素

112 矿物质

114 维生素

116 维生素D缺乏性佝偻病

118 小儿缺钙

118 宝宝是否缺钙

118 孩子生长非“钙”不可

118 天天补钙为何还缺钙

119 补钙五大误区

120 补钙要注意维生素D、磷、镁的摄入

120 科学补钙才健康

120 5种常见钙剂

121 正确补钙方法

122 小儿缺锌

123 小儿肥胖

123 从生长曲线了解胖宝宝

125 宝宝能吃就好吗

125 认识脂肪

125 过胖就别多吃

126 精致饮食容易发胖

126 孩子不轻易发胖

126 除了节制饮食，还要运动

127 别把吃当作一种娱乐

128 别硬塞给孩子“营养饮食”

128 孩子的肥胖不能靠药物治疗

128 肥胖的负影响

131 宝宝食品要安全

133 缺铁性贫血

- 133 诊断
- 133 治疗
- 134 家长可以选择以下食疗方法
- 136 巨幼细胞性贫血
 - 136 诊断
 - 136 治疗
- 137 特发性血小板减少性紫癜
 - 137 诊断
 - 137 治疗
- 139 血友病甲
 - 139 诊断
 - 139 治疗
- 140 亲子血型
 - 140 人类血型的分类
 - 140 亲子血型遗传
- 142 小儿上呼吸道感染
 - 142 一般类型上感
 - 142 两种特殊类型上感
 - 142 治疗
 - 143 小儿感冒的对症食疗方
 - 144 如何预防宝宝感冒
- 145 毛细支气管炎
 - 145 症状
 - 146 毛细支气管炎的治疗方法
 - 146 居家照顾须知
 - 147 如何预防感染毛细支气管炎
- 147 小儿夏季热
- 149 小儿肺炎
 - 149 症状
 - 149 预防
 - 149 治疗
 - 150 食疗方法
 - 151 别让感冒变成肺炎
- 152 支气管哮喘
 - 152 症状
 - 153 治疗
 - 154 护理
 - 155 饮食原则
 - 155 食疗方法
- 159 先天性心脏病
 - 160 先天性心脏病的特征
 - 160 室间隔缺损
 - 161 小儿房间隔缺损
 - 162 小儿房室间隔缺损
 - 162 动脉导管未闭
 - 162 肺动脉瓣狭窄
 - 163 法洛四联症
 - 164 Q&A
- 166 病毒性心肌炎
- 167 川崎病
 - 167 诊断
 - 168 治疗
 - 168 预后
- 168 要注意保护宝宝的肾脏
- 169 急性肾小球肾炎
 - 169 诊断

CONTENTS

- 170 治疗
- 170 小儿肾炎食疗方
- 171 预后
- 172 泌尿道感染
- 172 诊断
- 173 治疗
- 173 预防
- 175 小儿遗尿症
- 175 诊断
- 175 儿童尿床的常见原因
- 176 治疗
- 178 小儿糖尿病
- 178 病因
- 178 症状
- 179 治疗与护理
- 180 性早熟
- 180 为什么会性早熟
- 180 性早熟居家自我检查
- 181 性早熟的判断与治疗
- 181 治疗方法
- 182 预防性早熟，揪出环境激素
- 182 生活上注意
- 184 婴儿屏息症
- 184 宝宝哭泣时为何脸发黑、不呼吸
- 185 屏息症要紧吗
- 185 处理方法
- 187 帮助孩子睡眠
- 187 认识睡眠
- 188 找出孩子睡不好的原因
- 190 适合孩子的睡眠模式
- 190 建立良好的入睡仪式
- 191 小儿睡眠障碍问题
- 193 孩子好动还是过动
- 193 好动还是过动
- 193 透过评量和测试做确诊
- 196 治疗
- 196 2岁前难以诊断过动儿
- 197 自闭症
- 197 病因
- 197 常见特征
- 198 在人际上的反应
- 200 如何对待自闭症的孩子
- 202 及早发现，及早治疗
- 203 小儿口吃
- 203 纠正孩子吮指



Part 5 小儿外科常见疾病

- 206 小儿斜颈
- 207 临床表现
- 207 鉴别诊断
- 208 髋关节脱位
- 210 桡骨小头半脱位
- 211 O形腿
- 212 肠套叠
- 213 小儿急性阑尾炎
- 213 病因
- 214 症状
- 214 治疗
- 215 术后护理
- 215 预防
- 216 包茎
- 218 小儿隐睾症
- 218 什么是隐睾症
- 218 早产儿发生隐睾症概率高
- 219 隐睾症造成的影响和并发症
- 220 隐睾症的检查
- 220 治疗
- 222 幼女外阴阴道炎
- 222 症状
- 223 治疗
- 223 预防
- 224 假两性畸形

Part 6 小儿皮肤科常见疾病

- 226 尿布疹
- 227 尿布疹类型
- 227 容易感染尿布疹的孩子
- 227 尿布疹的处理方式
- 228 预防与保养
- 229 Q & A
- 230 婴儿湿疹
- 230 湿热型
- 231 脾虚型
- 231 血燥型
- 232 脂溢性皮炎
- 233 异位性皮炎
- 233 症状
- 234 宝宝为何会有异位性皮炎
- 235 治疗
- 235 预防可降低严重程度
- 237 Q & A
- 240 胎记
- 241 孩子头毛的知识与保养

CONTENTS

- 244 小儿红斑
- 244 小儿荨麻疹
- 246 蚊虫咬伤
- 247 日光性皮炎
- 248 痱子
- 250 疣
- 251 冻疮
- 252 毛囊炎
- 252 症状
- 252 治疗
- 253 家庭护理
- 253 Q & A
- 254 脓疱疮
- 254 症状
- 254 治疗
- 255 预防和护理
- 256 倒刺
- 257 夏日宝宝防晒装备
- 259 优先选择物理性防晒品

Part 7 小儿五官科常见疾病

- 263 眼睛、耳朵异常的就医基准
- 264 婴幼儿的视力发展
- 264 剖析眼睛构造
- 265 宝宝视力发展
- 267 尽早发现问题
- 267 宝宝3岁开始接受视力检查
- 268 护眼必须从出生开始
- 269 Q&A
- 271 儿童视力异常的发现与矫治
- 272 流行性结膜炎
- 272 感染途径
- 272 常见症状
- 273 治疗
- 273 预防
- 274 内斜视与外斜视
- 274 先天性与后天性内斜视
- 275 外斜视



- 277 小儿倒睫
- 278 小儿麦粒肿
 - 278 常见症状
 - 278 急性麦粒肿治疗
 - 279 反复性麦粒肿治疗
 - 279 预防麦粒肿
- 280 眼性斜颈
- 281 关心孩子的听力发展
 - 281 聋儿能否说话
 - 281 如何早期发现宝宝有听力障碍
 - 282 把握0~6个月的黄金疗育期
 - 283 婴幼儿听障的治疗方法
- 284 小儿中耳炎
 - 284 症状
 - 285 反复感染可能造成听力受损
 - 285 治疗
 - 286 预防
- 287 预防孩子听力损伤
- 288 怎样给宝宝掏耳屎
- 289 流鼻涕、鼻塞的就医基准
- 290 小儿鼻出血
- 291 鼻塞怎么办
- 292 急性鼻炎
- 293 感冒后警惕鼻窦炎
 - 293 鼻窦炎常见两大症状
 - 293 鼻窦炎的感染与治疗
 - 294 过敏性鼻炎让鼻窦炎难以治愈
- 295 小儿过敏性鼻炎
 - 295 病因
 - 295 哪些因素容易引起过敏
 - 295 症状
 - 296 治疗
 - 296 家庭护理
 - 297 预防
- 298 幼儿打鼾
 - 298 病因
 - 299 症状
 - 299 治疗
 - 300 家庭护理
- 301 急性扁桃体炎
 - 301 病因
 - 301 症状
 - 302 治疗
- 304 口炎
- 305 小儿的乳牙萌出顺序
- 306 乳牙的保健
 - 306 什么时候要开始看牙医
 - 306 乳牙蛀掉有没有关系
 - 306 宝宝常见的口腔问题及如何预防
 - 308 口腔的清洁方式
- 308 婴儿牙齿迟发
- 309 唇腭裂
 - 309 为什么会发生唇腭裂
 - 309 在适当时间进行修补手术
 - 309 做好孩子心理抚慰

CONTENTS

- 310 唇腭裂宝宝的照顾
- 310 术后的护理
- 312 口齿不清VS舌系带异常
- 312 大舌头是不是“舌系带异常”
- 312 不正常的两种情况
- 313 舌系带引起的问题
- 313 舌系带短的影响
- 313 谨慎评估再处理
- 313 过短舌系带影响说话质量
- 314 治疗舌系带问题
- 314 舌系带标准长度
- 314 该不该剪舌系带
- 316 舌系带断离术

Part 8 安全与急救

- 318 眼睛外伤
- 319 耳内异物
- 320 鼻外伤
- 321 气管异物
- 322 吞食异物
- 323 误食药物
- 324 动物咬伤
- 325 蜂螫
- 327 防止孩子刺伤、割伤、夹伤、砸伤
- 329 外伤
- 331 防止孩子窒息、梗塞
- 332 防止孩子跌倒坠落
- 333 烧烫伤的预防与处理
- 335 溺水
- 336 孩子乘车安全提示
- 337 保护宝宝指导原则



Part 9 小儿用药

- 339 儿童药物的剂型有哪些
- 339 口服剂型
- 339 肛门栓剂
- 340 外用制剂
- 340 怎样给孩子服药
- 343 小儿用药应该注意些什么
- 343 小儿不能滥用抗生素
- 344 孩子需要补充维生素吗
- 344 小儿服中药丸剂应注意什么
- 345 怎样给小儿煎服中药
- 346 中西药一起吃行吗
- 346 小儿常用中成药

Part 10 家庭护理

- 350 定时给孩子做健康检查
- 350 带孩子去看病的学问
- 352 发烧的护理
- 354 孩子生病时的饮食
- 357 如何训练孩子大小便
- 360 足发育与给孩子选鞋
- 363 为孩子捏积
- 366 打造无过敏居家环境
- 369 “生长曲线图”的使用
- 369 如何使用儿童生长曲线图
- 372 家长要坚持做“生长曲线图”
- 374 接种疫苗及接种后的照护
- 377 附录

Part I

**小儿疾病的
常见症状**



发 烧

发烧是身体为了抵抗病毒与细菌所产生的防御反应。一般是说体温达到 37.5°C 以上称为发烧，一般单纯发热，体温低于 38.5°C 对身体并没有太大的伤害，家长可以冷静面对。另外了解孩子平时的体温也是很重要的。

需要注意

发烧时要多观察孩子全身的状况。体温高低和病情严重程度并不是成正比的。体温很高但很有精神，就不需要太担心。反而是体温不高却显得懒洋洋没精神时，才要去看医生。

请先这样做

用测腋温的体温计量：室温太高或穿太多也是造成体温上升的原因。如果不是这些问题，就是生病了，量体温最好能够使用准确度高的腋下温度计。

观察孩子全身的状况，确认有无其他症状

有没有拉肚子或呕吐、咳嗽、发疹等发烧以外的状况。另外也要观察孩子的表情或心情、食欲、呼吸的样子、尿尿的次数等，有没有和平常不一样的地方。

就医的基准

当孩子有下列症状时应尽快就医：

- ◎ 懒洋洋没有精神时。
- ◎ 半天以上没有摄取水分。

◎ 未满3个月的宝宝，发烧超过 38°C 而且活动力下降。

◎ 4个月以上的宝宝发烧超过 40°C 。

这样的情况可以白天门诊时间带去医院：

- ◎ 发烧 38°C 以上，而且没精神。
- ◎ 发烧持续1天以上。
- ◎ 身体不舒服，活动力下降，没有食欲，和平常的样子不一样。
- ◎ 除了发烧之外，还伴随着呕吐或拉肚子、咳嗽、流鼻涕等症状。

提供给医生的信息

发烧到多少度？从何时开始发烧（记录体温的变化）？发烧以外还有什么症状？水分与进食的状况、尿量有没有和平常不一样？

有可能发生的疾病

风寒感冒、幼儿急疹、流行性感冒、急性中耳炎、幼儿肠胃炎、水痘、急性支气管炎、肠病毒感染、RSV呼吸道合胞病毒感染等。

让孩子舒服的居家照护

① 开始发烧时保持温暖，烧起来后要穿着透气舒适：刚开始发热时，会发冷战，脸色发白，手脚冰冷，帮孩子穿件衣服保持温暖。当烧起来以后，全身发热，就穿轻薄一点，降低室温，让他感觉凉爽，如果有出汗，

就仔细擦干。若宝宝看起来很冷的样子，可以多盖一条棉被，保持温暖。

② 如果孩子不排斥的话，可以用物理降温：用温湿毛巾放在额头或脖子两侧、大腿上部的位置等有大血管通过的地方，帮他降温。要注意不要不小心盖到孩子的口鼻，一定要随时看着。

③ 至少1小时一次补充水分：发烧时会带走身体的水分，会有脱水的危险。不论是冷水、电解水或天然果汁等都可以，要注意水分的补给，如果孩子想喝的话，母乳或配方奶也是可以的。

④ 选择容易消化的食品，少量提供：发烧会降低食欲，除了要充分摄取水分，还要尽可能让孩子进食些易消化的食物。可以准备粥、面或蔬菜汤等，选择比平常吃的更软、更容易消化的食物，能吃多少算多少。如果是5~6个月的宝宝，不要吃辅食了，回到之前母乳或配方奶喂养的状态。

⑤ 看孩子的状况与发烧的程度决定洗澡：发烧到38.5℃以上而且不太舒服，还有刚开始烧起来还在发冷的状态时最好不要洗澡，可以用热毛巾擦澡就好。

发高烧的时候，最要紧的就是水分补给。如果还伴随着呕吐与腹泻，更要特别注意。如果超过半天没有补充水分，就要尽快就医。热度不高，

但因为其他症状而很不舒服的话，优先处理其他症状的照护。

