

妈妈也可以是家庭医生!



妈妈宝典 Baby 的 急救箱

川胜岳夫 著
徐华璞 译



北京科学技术出版社

妈妈也可以是家庭医生！

妈妈宝典 *Baby*的 急救箱

川胜岳夫 著
徐华瑛 译



北京科学技术出版社

本书的中文简体版专有出版权由台湾汉湘文化事业股份有限公司授权出版, 未经出版者书面许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书的任何部分。

著作权合同登记号

图字: 01 - 2004 - 3014

图书在版编目(CIP)数据

妈妈宝典: Baby 的急救箱 / (日) 川胜岳夫著; 徐华瑛译. - 北京: 北京科学技术出版社, 2004. 9

ISBN 7 - 5304 - 3020 - 3

I. 妈… II. ①川… ②徐… III. 小儿疾病: 常见病 - 诊疗 IV. R72

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 063958 号

妈妈宝典: Baby 的急救箱

作者: 川胜岳夫(日)

译者: 徐华瑛

责任编辑: 齐立洁

责任校对: 黄立辉

责任印制: 严加琦

出版人: 张敬德

出版发行: 北京科学技术出版社

社址: 北京西直门南大街 16 号

邮政编码: 100035

电话传真: 0086 - 10 - 66161951(总编室)

0086 - 10 - 66113227 0086 - 10 - 66161952(发行部)

电子信箱: postmaster@bkjpress.com

网址: www.bkjpress.com

经销: 新华书店

印刷: 北京市飞龙印刷厂

开本: 787mm × 960mm 1/16

字数: 214 千

印张: 14.75

版次: 2004 年 9 月第 1 版

印次: 2004 年 9 月第 1 次印刷

印数: 1—8000

ISBN 7 - 5304 - 3020 - 3/R · 741

定 价: 29.80 元



京科版图书, 版权所有, 侵权必究。

京科版图书, 印装差错, 负责退换。

给各位读者

三十多年来，我以小儿科医师的身份为许多的小孩子看过病。那时候常有带着小孩子来的年轻妈妈告诉我：“我小时候也是让您看病的。”在这三十多年间，小儿科的医疗内容起了很大的变化，连带地我自己的想法也跟着慢慢地改变了。

在诊室中，每个人的就诊时间都有限，因此，对病情和症状的说明也无法十分详尽。于是我便试着将平常想要更详细说明的事，尽量以一种简洁易懂的方式整理编写出来，以便妈妈们能对照检查。

本书以各种病名，或被送到急诊室来的小孩子们的主要症状为中心，分别列为 19 个项目，针对症状的表现、发展，家庭中的紧急救护措施，以及看护方法等一些母亲应该知道的常识加以说明。即使去看过医生，但在那么短暂的就诊时间中难免仍会有一些不太清楚的事或忘了问的问题。本书就针对这类母亲心中的疑虑来做个解答。但是，因为症状会因人而异，治疗法也就因而有所不同。书本上的知识是不能照本宣科来做的，我以自己三十多年的临床经验，希望能帮助您了解其致病原因，弄清楚为什么要做这样的治疗，会来得较适当些吧。

若是在读过本书后，能稍微一解长久以来的疑问，并在孩子生病时能或多或少帮上点忙，让您不至于手忙脚乱、六神无主的话，是身为作者的我最乐于见到的。

川胜岳夫

目 录

第1章 妈妈也可以是家庭医生 / 1

1. 小孩子生病了, 怎么办? / 2
2. 几岁之前算是小孩子? / 5
3. 为什么小孩子容易生病? / 10

第2章 发热 / 13

1. 宝宝发热时怎么办? / 14
2. 解热剂的使用 / 16
3. 为什么会发热? / 18
4. 何时可称之为“发热”? / 20

第3章 痉挛 / 23

1. 痉挛的应对 / 24
2. 热性痉挛 / 28
3. 哭闹痉挛没有后遗症 / 30
4. 没有发热的痉挛 / 30

第4章 感冒 / 37

1. “感冒了, 不过……”——关于感冒 / 38
2. 夏季型感冒和冬季型感冒 / 40
3. 需要特别注意的感冒——喉炎、急性支气管炎、肺炎、急性肺炎 / 42
4. 感冒要如何应对? / 46

5. 如何预防感冒? / 49

6. 婴儿鼻塞 / 50

第5章 疼痛 / 53

1. “喉咙、口腔好痛” / 54

2. “肚子痛” / 56

3. “头好痛” / 58

4. “手、脚、腿部疼痛” / 61

5. “牙痛” / 63

6. “耳朵、眼睛疼痛” / 65

第6章 排便异常与脱水症 / 69

1. 何谓脱水症?——发热、腹泻、呕吐、暑热时易发 / 70

2. 排便是健康的风向标——腹泻、青便、血便 / 72

3. 夏季腹泻和冬季腹泻的不同 / 74

4. 腹泻和脱水症的治疗法之一: 饮食疗法·药物疗法 / 77

5. 腹泻和脱水症的治疗法之二: 点滴疗法 / 79

6. 便秘 / 82

第7章 呕吐 / 85

1. 婴儿呕吐 / 86

2. 较大幼童发生呕吐时 / 88

第8章 脸色所显示的危险讯号 / 91

1. 脸色不好——是贫血吗? / 92

2. 脸色不好——若不是贫血时, 该怎么办? / 94

3. 黄疸的形成之一: 生理性黄疸和先天异常的黄疸 / 96

4. 黄疸的形成之二: 病毒性肝炎 / 98

5. 何谓发绀? / 100

第9章 呼吸困难和心脏病 / 103

1. 呼吸困难 / 104

2. 心脏不好的时候 / 106

第 10 章 发疹(斑) / 111

1. 关于发疹——一般的发疹(斑)、全身性发疹 / 112
2. 传染性发疹——麻疹/风疹/突发性发疹/传染性红斑/单纯疱疹/水痘/带状疱疹/手足口病/水疱/猩红热 / 114
3. 值得注意的发疹——紫斑 / 120

第 11 章 过敏症——免疫、变态反应、结缔组织病 / 123

1. 为什么你的宝宝会有过敏症? / 124
2. 支气管哮喘 / 127
3. 荨麻疹 / 134
4. 先天性过敏性皮炎 / 136
5. 何谓川崎病(皮肤黏膜淋巴结综合征, MCLS)?——发热、眼睛充血、嘴唇发红、淋巴结肿大 / 140

第 12 章 尿液的异常 / 143

1. 人体的守护神——肾脏 / 144
2. 排出的尿液中带有蛋白质 / 145
3. 从血尿所能发现的病变——急性肾炎/肾病综合征/慢性肾功能不全/膀胱炎/尿道炎 / 147
4. 尿液中的白细胞增加 / 151
5. “排尿量少, 次数又多” / 153

第 13 章 肿胀 / 157

1. 淋巴结肿大 / 158
2. 腮腺炎 / 160
3. 疝气、阴囊水肿 / 161
4. 凸肚脐, 肚脐发红、肉芽肿 / 164

第 14 章 误食 / 167

1. 喉咙、气管中的异物 / 168

2. 误食固体东西时 / 170

3. 误食药物时 / 172

第 15 章 受伤 / 175

1. 擦伤、切伤、刺伤 / 176

2. 扭伤、戳伤手指、脱臼 / 178

3. 被狗或毒蛇咬伤! 被蚊虫叮咬! / 180

4. 头部的碰撞 / 182

5. 身体碰撞——瘀伤、骨折、内脏出血 / 185

第 16 章 火和水的事 / 189

1. 烧烫伤 / 190

2. 小孩子溺水 / 192

3. 一氧化碳中毒 / 194

第 17 章 预防接种 / 195

1. 预防接种的必要性 / 196

2. 预防接种的注意事项 / 198

3. 预防接种的不良反应 / 202

4. 预防接种的程序 / 204

第 18 章 其他 / 205

1. 脑贫血、眩晕、晕车(船) / 206

2. 流鼻血 / 208

3. 夜啼、迷糊和抽搐 / 210

4. 热衰竭 - 热痉挛 - 中暑 / 215

附录 急救箱与复苏法 / 219

1. 您家中的急救箱 / 220

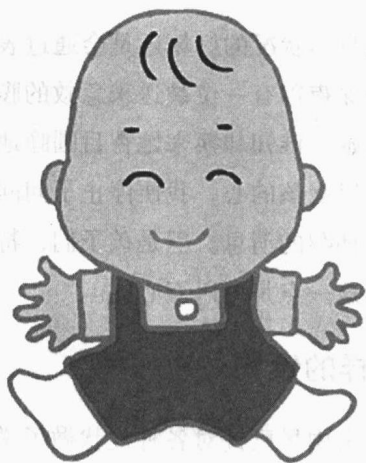
2. 复苏法——人工呼吸和心脏按摩 / 221

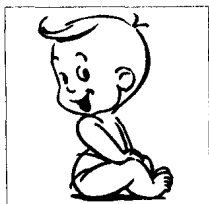
第 1 章

妈妈也可以是家庭医生

发热、感冒或是疼痛、受伤……小孩子的病痛和伤害总是充满了突发性，而且小孩子症状的显现和进展也和大人有着截然不同的特征，就连治疗方法也或多或少有所差异。

那么，在几岁之前才算是小孩子呢？当成长的种子在孩子体内默默地萌芽，且随着时间的流逝伴着成长结束之际，孩子们便站立于通往成人的入口之处。





1. 小孩子生病了，怎么办？

对医生而言，难缠的是小孩子还是老年人？

2 其他科的医生总是对我说：“小孩子抵抗力弱，一生病便恶化得快，小孩子自己又不会说明症状，一检查便是又哭又闹的，当小儿科医生应该很累吧？”

当然，这种窘境并不是没有，但在另一方面，因为小孩子既不像成年人，特别是老年人那样经历过各式各样的疾病，身体上也没有那么多成人的小毛病，因此，小孩子第一次染上的疾病症状便会单纯地表现出来，再加上他们的抵抗力弱而导致该症状呈现典型、及时的表现，所以，治疗起来反倒不需顾虑太多。

即使小孩子说不出他们哪里不舒服，但身体状况的好坏还是会通过表情或身体而诚实地显现出来的。记得有一次值班深夜曾有一位被送来急救的腹痛女患者，心中正想着或许是那回事而私下询问她，谁知却换来她杏目圆睁地“绝对不是那回事”的回答，为了怕再度刺伤年轻女孩的心，我便停止了问问题，不料隔天下午却收到妇产科医生告知那女孩怀孕的消息。但是孩子们，特别是幼小的孩子们，是绝对不会发生这种事的，这一点是可以安心的。

大致说来，小孩子生病都有这样的倾向

关于小孩子生病时应该注意的事情，本书中虽已针对各种症状做了说明，但在这里还是要为各位举一些在急诊室中常见疾病的共同特点。

A. 病情的轻重会显现在脸上——绝对不会有“脸在笑着，心在哭泣”的情形

小孩子的病情和症状的轻重通常会表现在脸上。如果他们发着高热，却还笑嘻嘻的话，起码代表这时还不到紧急的状态，反倒是没有发热，却一脸倦怠的样子才需要特别注意。

而“倦怠”状态也有程度不同，重要的是要和平常比较来判断。能做这样判断的，便是在平常十分了解孩子各种状况的母亲，因为第一次为孩子做诊断的医生难免会有遗漏发生。

B. 小孩子容易发热——这是最常发生的

来看病的孩子的症状里头，最多的就属发热。

小孩子比起成年人更容易、也更常发热。

因为他们对微生物感染的抵抗力弱，而容易导致体内热的产生和发散，以至于打乱了身体的平衡状态，再加上体温调节中枢功能的尚未成熟等各种理由，容易发热。所以，最重要的便是在发热时所做的判断及处理。因此，特将其列于各种症状处理的最前面。

C. 小孩子容易咳嗽——因咳嗽属生理反应之一，应视其症状再做判断



咳嗽并非非得服药止住不可，因为它更像是生理反应的一种。换言之，就是一种身体对阻塞气管的分泌物或异物产生往外排除的防卫反应。小孩子跟成年人比起来，气管黏膜的分泌物较多，因此在一些不需担忧的情况下也常会咳嗽。

在连续几星期的咳嗽后，成年人大都可以看出大概的病状来，但小孩子即使经过各



种观察，却仍找不出毛病的可不少，所以最好先不要使用止咳药，视情况再做判断和治疗。

D. 小孩子常会上吐或下泻——发生这种情形时不用大惊小怪

小孩子经常有呕吐现象。若生下后数日内经常呕吐，是食管或肠道的先天性畸形者，须动手术；生后两三个礼拜左右则可能是该年龄特有的，称之为幽门狭窄症的疾病。但是，其实像这类的病症并不多见，感冒或拉肚子时，亦或没有什么生病的征兆，小孩子都常会有呕吐的情况发生。

小儿腹泻常见的症状中，不像成年人主要是肠方面的病变，而多起因于各种因素，因而常会发生影响全身的情形。所以，对于面临拉肚子或呕吐时的判断和处理应更加了解才是。

E. 小孩子容易得脱水症——常会想喝水，可是却不会表达

4 婴儿不只是容易上吐或下泻，他们就算口渴时也不会自己找水喝的。和大人比较之下，小孩子的水分出入频繁，因此也就更容易导致脱水症了。而脱水症也是发热的原因之一。因此，在小孩子生病时，一定要注意到水分和适当的无机盐补给。

F. 小孩子容易发生痉挛——虽然很吓人，但不用慌张

痉挛的原因很多，只是发热便产生痉挛是婴幼儿的特征，这在较大的小孩和大人身上并不会发生。小孩子因为容易发热，因此即使原先没有会导致痉挛的病症，其发生痉挛的几率还是比大人们多得多。

此外，痉挛发生原因的多样化也是小孩子的特征之一。因此，在平常就要有碰到痉挛状况时的心理准备才好。

G. 小孩子常会发生意想不到的事故——事不关己的态度，将会危及小孩子的生命

外伤、烧伤、溺水、误饮等，小孩子事故总是在让人料想不到之时发生。与其在事后慌乱后悔不已，还不如好好地创造一个不会发生事故的环境，并重视小孩日常生活中的教养和多加注意来得重要。所谓：“世事难料”，请在平常时多用心，使小孩子远离不幸事故。



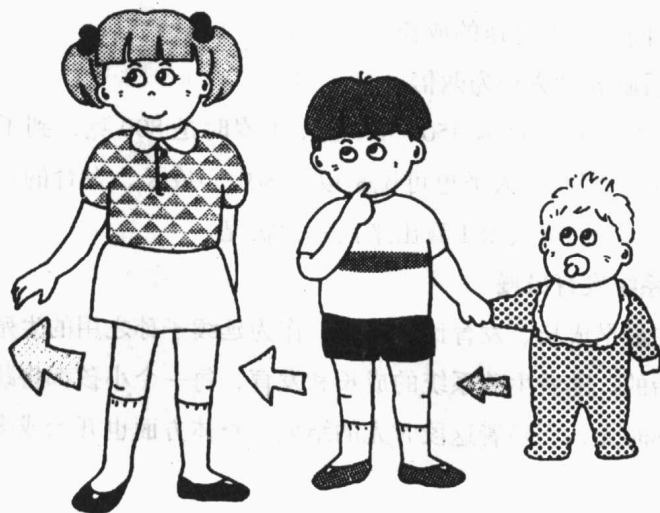
2. 几岁之前算是小孩子?

小儿科还是内科?这就是问题

常有人问:“几岁之前才算是小儿科呢?”尤其是在初中和高中时,一到医院经常不知要到小儿科还是去内科挂号好。而长得人高马大的初中学生到了小儿科时,又不免觉得不好意思起来。

医院问询处的回复似乎是“15岁以下”,但还应依生病的种类而异,还是有人超过15岁仍得到小儿科来报到。

不管观点如何不同,从婴儿时期到小学为止属于小孩子,这是谁都不会有



小孩子和成人的分界点何在?

疑问的吧!然而,若是将高中生到进入成人之前这个仍持续成长、发育的时期称之为小儿期的话,恐怕会接到许多“我已经不是小孩子”的抗议之声了。

成长与发育重叠不断的时代

小孩子的特征便是成长和发育。在一般书籍的介绍中,所谓的成长,便是高度和重量等能测出来的指标的增加,而发育则是指功能的成熟化而言。实际上,类似“精神的成长”或“发育的体型”等反向使用法也时有所闻,但在此处并不做如此严格区分。

从成长和发育两个层面看来,小孩子的特征如下所示。

A. 婴幼儿时期和青春期是两大难关

6 人类是自精子和卵子结合为一个细胞后,历经无数分裂而成的 100 兆个细胞的结合体。而成长的速度,就属在妈妈肚子里到婴幼儿期,以及青春期两个阶段最为迅速。

B. 成长最早的是脑部

在身体的所有脏器中,成长最早的首推脑部。三四十万年前的原始人脑容量约为一斤,只不过是现今成年男子的 1/3 左右。三四十万年虽是段极长的时间,但从生物的历史观点看来,却只不过是一转眼的瞬间罢了。而脑部就在如此短暂的时间里获得急速的成长。

C. 一年后脑容量成长为两倍

刚出生婴儿的脑容量为 350~400 克,1 岁时是 800 克,到了 3 岁则已急速长成 1100 克。因此,人类也可说是以脑为中心成长、发育的,而主要脏器的成长和发育,我们可从图 1 看出来其发育状况。

D. 生殖系统发育最慢

与脑部的最早成长、发育比较起来,作为延续子孙之用的生殖系统的发育却是最晚开始的。随着生殖系统的成长和发育,每一个小孩都将跳脱出那段令人怀念的无邪时光,而随着这段时光的结束,身体方面也开始或多或少地往成人之路迈进。

在此特以表 1 来呈现依生理学和生物学上的见解所导出的小儿期的区分法。

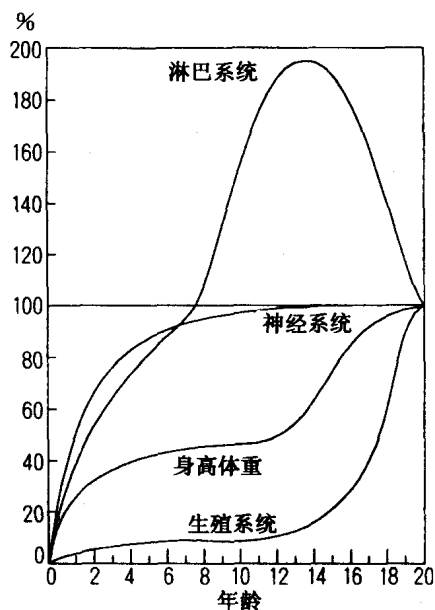


图1 各系统的发育曲线

表1 小儿期的区分法

发育期	期 间
出生前期	平均怀孕时间 38 周 (266 日)* ¹
受精卵·胚胎期	受精 ~ 8 周
胎儿期	9 周 ~ 出生
新生儿期	出生后 4 周
婴幼儿期	生后 12 个月
幼儿期	1 ~ 6 岁
学龄儿童前期	6 ~ 10 岁
青少年期 (思春期)* ²	女从 8 以至于 10 ~ 18 岁
	男从 10 以至于 12 ~ 20 岁

*1 “怀孕周数”从未怀孕时的最后一次月经的第一天开始计算，约为 40 周 (280 日) 的时间。

*2 也有人特别将青少年期 (思春期) 的前半段称之为思春期。

E. 第二性征的出现到性功能的完成

在小孩子的成长、发育过程中，和脑部的发育同样受到瞩目的，便是第二性征方面的发育了。

其最初的阶段是在小学高年级所出现的“第二性征的出现”，紧接着的是“生殖可能的时期”，最后则是身体成长停止、性功能完备而转变为成人。

第二性征，在女孩子身上的变化是极为明显的，但男孩子睾丸和阴茎的大小变化进展却是从外表很难察觉的。

F. 发育的早晚因人而异

个人差别虽是极为悬殊，但是第二性征的出现，女孩是 8~10 岁，男孩子则是 10~12 岁。在生殖可能时期中，女孩子的月经和男孩子开始产生精液的时期，则分别应是 11~14 岁，12~15 岁左右。

男孩与女孩

A. 女孩子难养，还是男孩子难养？

和女孩子相较之下，男孩子的养育通常被认为比较困难。又例如在做育儿咨询等时候，当婴儿被高高抱起时，男婴和女婴的反应有少许的不同。

此外，从刚出生的婴儿外表上，很难区分出男女性别，令人更不禁感叹男女间差异的产生是多么得不可思议。

B. 不管时代如何改变，女性天生适应性强

在这世上，有着姿态、外观不同的男、女两性，而他们又是相爱且互憎地生活着。而决定性的差异在于惟有女子才能生孩子这件事上。男与女之间有如此决定性的差异，但这样的差异却是由极细微的差异演变而来的。

让我们省略过于详细的内容，来做一次简单的说明吧！

只有染色体才知道的男女之别 我们体内细胞所存在的染色体有 46 条，而其中的两条和性有着密切关系，即众所皆知的性染色体。女性的性染色体是两条 X 染色体，而男性则是一条 X 染色体和一条 Y 染色体。

X 染色体比 Y 染色体要大得多，因此也拥有较多的遗传因子。而 Y 染色体除了和男性化有关的遗传因子外，据称只有一些少量的遗传因子。

先有亚当还是先有夏娃 睾丸会分泌出男性激素促使男孩未分化的外生殖器男性化。缺乏男性激素，其未分化之外生殖器便会模糊化。性染色体为 XY 的男性型，睾丸本应可以分泌出男性激素的，然而有些人的细胞无法分泌这些激素，以至于外观成为女性的模样（男性阴阳人）。

事实上，男女并非是因为男、女性激素的关系才形成其各自的性征，而是