

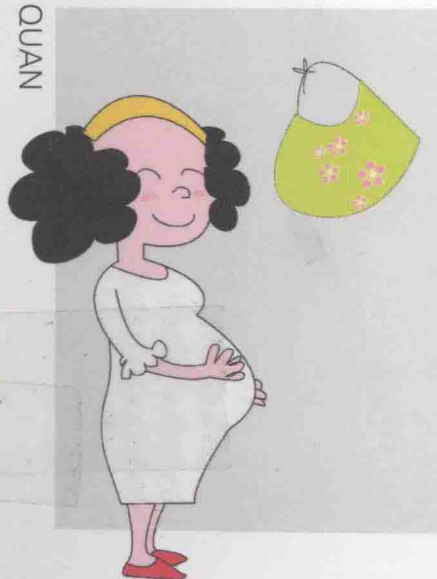


孕产妇婴幼儿护理大全

YUN CHAN FU YING YOU ER HU LI DA QUAN

新婚妈妈宝宝 系列丛书

- ✦ 最佳怀孕时机
- ✦ 影响孩子智力的因素
- ✦ 新生儿的日常护理
- ✦ 婴儿早期教育与训练



最科学
最全面
最实用
最权威
的孕育圣经



张家林 / 主编

ZHUAN JIA ZUI HE LI DE JIAN YI

中医古籍出版社

孕产妇婴幼儿 护理大全

主编 张家林



中医古籍出版社

图书在版编目(CIP)数据

新婚妈妈宝宝系列丛书. 上卷/张家林编. —北京:中医古籍出版社, 2004. 10

ISBN7-80174-206-0/R. 205

I. 新… II. 张… III. ①性卫生②妊娠期—妇幼保健③胎教
IV. R17

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 113084 号

中医古籍出版社

北京东直门内北兴仓 18 号 邮编:100700

新华书店经销

北京通州兆成印刷厂印刷

2005 年 11 月第 2 版 2005 年 11 月第一次印刷

开本:880×1230 毫米 1/32 开 印张:89

字数:2000 千字

印数:1—5000 册

ISBN7-80174-206-0/R. 205

全套定价:138.60 元(本册定价:19.80 元)

目 录

第一章 280 天孕妇保健与护理

一、日常保健

怀孕早期应做好哪些保健	1
怀孕早期能做妇科检查吗	2
孕妇妊娠日记	2
保胎要注意些什么事情	3
妊娠呕吐反胃的原因	4
怎样减轻孕吐	5
孕妇能接受免疫接种吗	5
自然流产与孕妇健康	6
保胎要注意些什么事情	8
妊娠后忌勤洗阴道	9
孕妇勿忘防治贫血	9
孕妇忌盲目保胎	11
妊娠呕吐忌禁食	12
孕妇长痔疮怎么办	13
高血压孕妇怎样保健	14
孕妇做 X 线检查有害	15

孕产 妇 婴 幼 儿 护 理 大 全

孕妇要科学选用乳罩	15
孕妇要谨慎用药	16
孕妇进行体育运动应注意什么	18
孕妇手脚麻木及疼痛怎么办	18
孕妇应避免过多吸入汽车尾气	19
发怒会给孕妇带来哪些害处	20
高龄初产孕妇忌忽视产前检查	21
怀孕期间忌拒绝任何药物	21
孕妇禁服泻药	23
孕期的自我监护	23
孕妇为什么不要拿 25 千克以上的重物	26
患肝炎的人怀孕后应注意什么	27
孕妇可以打哪些预防针	28
孕妇慎用激素类药物	28
哪些药物容易引起流产	29
发生先兆流产时怎样保胎	30
孕妇气喘气急是怎么回事	31
肾炎对妊娠有哪些危害	31
孕妇忌对下肢静脉曲张不采取措施	33
孕妇忌使用利尿剂	34
孕妇流产后忌忽视保健	34
妊娠期间能够动盲肠炎的手术吗	36
血压低时怀孕是否有危险	37
妊娠时，脸上褐色斑点就会增加吗	38
羊膜腔穿刺术	39
有糖尿病而妊娠是否需堕胎	40
高龄产妇是否一定会难产	41



CONTENTS 目录

子宫外妊娠会重复发生吗	42
有每周去看医生的必要吗	44
怀葡萄胎以后，会不会患癌症	45
为什么孕妇用药容易殃及胎儿	47
重复堕胎会不会造成习惯性流产	48
孕妇忌孕期过长	49
孕妇忌不计算预产期	50
孕妇忌接触有害化学污染环境	51
孕妇忌仰卧或右侧卧	53
在高层住宅的孕妇应注意的事项	54
孕妇慎用抗甲状腺制剂和碘剂	55
产前慎用吗啡和杜冷丁	56
警惕胎盘早剥	57
为什么要特别注意妊娠晚期自我诊断	59
产前常规的化验检查	60
有剖宫产史的孕产妇注意什么	61
妊娠合并血小板减少性紫癜	61
难产症状种种	63
处理难产要积极果断	65

二、孕期常见病与护理

感冒	66
便秘	67
病毒性肝炎	68
肺结核	70
心脏病	70



肾盂肾炎	72
子宫肌瘤	73
糖尿病	75
肠道病毒感染	76

三、妊娠并发疾病及治疗

妊娠剧吐	77
缺铁性贫血	79
急腹症	81
妊娠高血压综合征	83
葡萄胎	85
瘙痒	87
牙龈出血	88
泌尿系感染	89
急性阑尾炎	90
早产	91
前置胎盘	92

第二章 产妇保健与护理

一、产妇保健

产后贴心话	94
产后生理变化	94



C CONTENTS 目录

产后为什么肚子痛	95
产妇为什么要避风寒	96
产后生理变化	97
产后早下床活动	97
产后早动防血栓	100
产妇不宜睡弹簧床	100
坐月子能洗澡吗	101
产后 42 天要到医院做检查	102
产妇忌产后性生活过早	103
什么是产后风	104
产妇夏季如何自我保健	105
产后如何防治会阴伤口痛	106
产后外阴干燥的原因何在	106
产后如何防治急性乳腺炎	107
产后如何预防尿潴留	108
妇女产后如何防病保健	109
产妇如何防膀胱炎	110
剖宫产术后的产妇吃什么	111
产妇如何防肛裂	111
产妇如何防肌纤维组织炎	112
产后如何防痔疮	112
产后忌抑郁	113
产后何时可恢复正常工作	114
产后出现的麻烦	115
产妇忌用某些西药	117
产后如何防阴道松弛	118
产妇忌忽视绝育手术后的保健	118

乳母忌穿化纤、羊毛内衣胸罩	119
产妇忌穿戴过多	120
剖宫产后恢复期忌忽视保健	120
产后脱发	121
产后如何预防乳房胀痛	122
如何防治产后发烧	123
产后如何防腰腿痛	124
产妇忌忽视避孕	124
产妇忌劳逸不结合	125
产后腹痛有什么按摩方法	126
产后出现痔疮时怎么办，能按摩吗	127

二、产妇护理

外阴部的护理	128
产后如何护理乳房	129
日常生活的护理	129
心理	133
产褥感染	134
产后子宫复旧不全	136
产后腹痛	137
子宫脱垂	137
晚期产后出血	139
产道血肿	140
会阴伤口疼痛	141
产后贫血	141
产后尿潴留	142

C CONTENTS 目录

产后尿失禁	143
产后泌尿系感染	144
生殖道瘻	145
痔疮	146
产后便秘	147
产后肛裂	148
产后盆腔静脉曲张	149
产后中暑	150
产后抑郁症	152
产后手足麻木疼痛	153
产后手腕痛	154
产后耻骨联合分离	155
产后头痛头重	155
产后颜面水肿与眼睛充血	156
产后蝴蝶斑	156
产后脱发	157

第三章 婴幼儿护理

一、婴幼儿照料

防止婴儿过胖	159
婴儿2个月母乳喂养	160
婴儿按需喂养	161
判断婴儿饥饱的方法	162



孕产 妇 婴 幼 儿 护 理 大 全

2 个月婴儿最易发生的事故	163
什么时间给婴儿洗澡好	164
婴儿的户外活动	165
3 个月婴儿牛奶喂养方法	166
断乳食物的准备	167
给宝宝一张小床单独睡	168
宝宝睡觉什么姿势好	169
宝宝要穿多少衣服合适	170
宝宝要不要装饰品	170
不要把头睡扁	171
婴儿吐奶	172
玩具	173
婴儿哭时要抱吗	174
不要过分摇婴儿	175
哺乳期母亲服药须慎重	176
小儿每日需要多少脂肪和糖类	176
辅助食品	177
常用小儿辅食的制备	178
从什么时候开始给婴儿点心吃	179
让孩子睡个好觉	180
婴儿爱流口水的原因	181
婴儿饮食调理与能力	181
食品种类与烹调要诀	182
婴儿饮食做法	183
怎样为婴儿用海绵擦浴	184
断奶次数与量	185
可能会发生的情形	186



C O N T E N T S 目 录

饮食的练习	187
中期的营养	188
婴儿外出	189
清洁牙齿的教育	190
宝宝一天的饮食参考	190
辅食的家庭制作	191
怯生与现代素质培养	193
教宝宝坐便盆	194
午睡	195
不要过分逗宝宝	195
保护婴儿眼睛	196
保护婴儿听力	197
断乳过渡的后期	198
使用包装好的食品	199
为孩子健身应注意什么	199
贫血的婴儿不宜吃菠菜	200
排尿与午睡	201
完全停掉母乳	201
后期的营养	202
婴儿吃蜂蜜好不好	203
孩子边玩边吃好不好	204
强迫小儿进食为什么不好	204
孩子吃手指为什么不好	205
大人把食物嚼碎后喂孩子好吗	205
巧克力吃多了有什么害处	206
宝宝不要蒙头睡觉	207
睡前不要吃零食	207

俯卧睡好不好	208
带好宝宝	209
学会自己洗手	210
多走路腿会弯吗	210
开裆裤要穿多久	211
玩生殖器要纠正吗	212
吮手指的习惯怎么纠正	213
婴儿为什么不能看电视	213
怎样使宝宝的居住环境更安全	214
为什么不能给婴幼儿滥用爽身粉	215
小儿为什么不能多吃罐头食品	216
孩子常吃山楂丸好吗	216
给小儿用纱巾遮脸好不好	217
怎样给孩子点眼药	217
怎样给孩子滴耳药水	218
怎样给孩子点鼻药水	218
怎样给孩子喂药	219
孩子吃了钙片为何还得佝偻病	220
小儿应该教些什么	220
幼儿的间食	221
豆制品的营养价值怎样	222
会走的孩子吃饭难	223
让孩子愉快地就餐	224
膨化食品多吃有害	225
如何对待挑食	226
小儿忌“积食”	227
不要多吃巧克力	227

C CONTENTS 目录

吃糖过多害处多	228
1岁后的小儿1周的食谱应如何安排	229
为小儿制作食物时应注意什么	230
怎样结合季节的变换为小儿安排饮食	231
怎样为1岁小儿制作多铁菜肴	232
1岁小儿的多铁食谱是怎样安排的	233
怎样为1岁小儿制作多钙菜肴	234
小儿的多钙食谱是怎样安排的	234
如何为感冒发热的小儿安排饮食	235
如何为腹泻的小儿安排饮食	236
怎样培养1岁半的小儿自己用匙吃饭	237
小儿总爱吃奶不吃饭怎么办	238
拿起笔画线	239
大小便的调教	240
我的小孩很叛逆	241
为什么小孩喜欢顺手牵羊	242
1岁半~2岁幼儿的生活制度	243
教宝宝使用餐具	244
哄孩子睡觉	244
为什么要鼓励小儿多吃蔬菜	245
小儿吃得越多越好吗	246
春季常用食谱是怎样安排的	247
含钙多的食物	248
充分的活动和营养缺一不可	249
要少吃盐	250
孩子胃口不好是什么原因	251
适当吃些硬食	251

孕产 妇 婴 幼 儿 护理大全

强迫进食害处多	252
幼儿不能多吃冷饮	253
宝宝学给布娃娃看病	254
与宝宝同桌吃饭	254
幼儿食物的制作诀窍	255
安全俏点子	256
婴儿之特殊注意事项	257
高脚椅的安全	258
宠物的安全	258
汽车的安全	259
庭院的安全	260
儿童戏水的安全	261
儿童游戏区的安全	262
公共场所的安全	263
小儿容易发生哪些意外事故	264
意外事故怎样预防	265
家庭药箱需要常备哪些用品	266
鼻出血	267
鼻腔异物	268
气管异物	268
髌脱位与跛行	269
打针比吃药好吗	270
舌系带过短要尽早手术	271
睡眠与健康	271
为什么宝宝睡得不安稳	272
厌食的原因和预防	273
鼓励小儿多吃蔬菜	274

C CONTENTS 目录

彩色食品不宜多吃	275
疳积的原因及防治	276
夜间睡眠	277
排泄的训练	278
总爱攥着自己所喜爱的物品	279
让孩子自理	280
锻炼身体	281
孩子的睡姿	282
你的家里安全吗	283
攀登	284
户外玩具	284
套套看	285
练习手的精细动作	286
结构玩具	286
单调食品导致营养失调	287
单纯性肥胖的原因及防治	288
如何安排肥胖儿的饮食	289
肥胖对儿童成长的危害	290
流行性腮腺炎是怎么得的	291
注意吃水果的卫生	292
养成良好的生活习惯	293
强化食品不可以随便添加	294
几种不易吃冷饮的情况	295
吃山楂好处多	296
不宜用果汁喂药	296
婴幼儿营养过剩有害无益	297
浅谈吃鱼	298

孩子吃饭恶心的原因	299
纠正孩子吃独食的毛病	300
鼓励参加家务劳动	301
注意给宝宝检查视力	302
异性装扮有害无益	303
身体长高的窍门	304
要纠正孩子对家长的依赖	305

二、婴幼儿常见病症的防治

脐部出血	306
黄疸不消退	307
婴儿湿疹怎么防治	307
痱子的防治	308
红眼病与麦粒肿	309
打针与吃药好吗	310
高危儿出院后要注意什么	311
脱水是腹泻的危险信号	312
腹泻的口服补液疗法	313
小儿腹泻的食物调养	314
出现发热时	315
暑热症	316
眼睛异常	317
婴儿的感冒	317
湿疹不愈的婴儿	318
婴儿斜颈的早期治疗	320
婴儿“脱水热”	321