

人人健康丛书

主编 吕玉霞 周 凌

儿童健康 365

王有鹏 王国杰 段宗承 编著

内蒙古科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

儿童健康 365/王有鹏,王国杰,段宗承编著. —赤峰:
内蒙古科学技术出版社, 2001. 12
(人人健康丛书/吕玉霞, 周凌主编)
ISBN 7-5380-0957-4

I. 儿… II. ①王…②王…③段… III. 少年儿
童—保健—问答 IV. R179-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 087543 号

出版发行/内蒙古科学技术出版社
地 址/赤峰市红山区哈达街南一段 4 号
电 话/(0476)8224848 8231924
邮 编/024000
责任编辑/斯勤达来
封面设计/火星
印 刷/赤峰地质宏达印刷有限责任公司
开 本/850×1168 1/32
印 张/9
字 数/221 千
印 数/1—4000 册
版 次/2001 年 12 月第 1 版
印 次/2001 年 12 月第 1 次印刷
定 价/16.80 元

ABDA P3/10

目 录

1. 胎儿期的特点如何? (1)
2. 新生儿期有何特点? (1)
3. 婴儿期有哪些特点? (2)
4. 幼儿期的特点如何? (2)
5. 学龄前期的特点是什么? (3)
6. 学龄期有何特点? (3)
7. 青春期的特点有哪些? (4)
8. 怎样计算小儿体重? (5)
9. 小儿身长(高)怎样计算? 影响身高的因素有哪些?
..... (6)
10. 测量小儿头围、胸围有什么意义? (7)
11. 小儿出牙有什么规律, 为什么要保护好六岁牙? (8)
12. 氟素对孩子牙齿有何影响, 使用含氟牙膏应注意
什么? (9)
13. 如何正确测量儿童的体温? (9)
14. 各年龄小儿呼吸、脉搏有什么不同? (10)
15. 儿童血压的正常值是多少, 如何测量? (11)
16. 儿童视力发育有什么规律, 哪些因素对眼球
发育不利? (11)
17. 近视眼与哪些不良习惯有关? (12)
18. 家庭如何预防儿童近视眼? (13)
19. 如何给孩子选配眼镜? (14)
20. 什么叫智力、智龄、智商, 智商如何分类? (15)
21. 常用测试智能的方法有哪些, 哪些原因可引起
小儿智力低下? (16)
22. 口吃原因有哪些, 患了口吃怎么办? (18)

-
23. 小儿每天睡眠时间多长更合理? (19)
 24. 小儿卤门有哪些学问? (20)
 25. 孩子哪些哭声属正常? (21)
 26. 小儿为啥常流口水? (22)
 27. 婴儿养成抱癖是坏事吗? (22)
 28. 小儿左撇子要不要改正? (23)
 29. 怎样对待感情脆弱的孩子? (24)
 30. 如何看待孩子说谎话问题? (25)
 31. 小儿耳聋有哪些原因, 如何知道聋不聋? (25)
 32. 小儿挖耳、挖鼻有什么害处? (26)
 33. 何谓生长痛? (27)
 34. 孩子学习困难是病吗? (27)
 35. 影响儿童生长发育的因素有哪些? (28)
 36. 小儿认识发育分哪几个阶段? (29)
 37. 小儿有哪些心理特点? (30)
 38. 何谓气质, 小儿有哪些气质? (31)
 39. 什么是预防接种? (32)
 40. 我国的预防接种和计划免疫有哪些? (32)
 41. 什么是卡介苗, 应如何接种? (34)
 42. 什么是白百破疫苗? (34)
 43. 应如何服用小儿麻痹糖丸? (35)
 44. 如何接种乙肝疫苗? (36)
 45. 接种疫苗后常有哪些不良反应, 应如何处理? (36)
 46. 如何预防麻疹的流行? (37)
 47. 为什么要重视水痘的预防? (38)
 48. 预防小儿风疹有何意义? (38)
 49. 如何预防流行性腮腺炎的发生? (39)
 50. 怎样预防小儿流脑? (40)
 51. 如何预防小儿患流行性乙型脑炎? (40)

-
- 52. 怎样预防乙型肝炎? (41)
 - 53. 如何预防小儿铅中毒? (42)
 - 54. 如何防止小儿维生素 D 中毒? (42)
 - 55. 如何预防迟发性佝偻病的发生? (43)
 - 56. 如何培养儿童良好的卫生习惯及生活习惯? (44)
 - 57. 体格锻炼对儿童基本动作的发育有哪些影响? (44)
 - 58. 独生子女为什么需要体格锻炼? (45)
 - 59. 儿童体格锻炼对培养良好的品质有哪些帮助? (45)
 - 60. 体格锻炼对儿童体格发育的影响如何? (46)
 - 61. 体格锻炼对儿童智力的影响如何? (47)
 - 62. 扁平足能够通过体格锻炼矫治吗? (48)
 - 63. 如何进行儿童体格锻炼? (48)
 - 64. 儿童体格锻炼中的注意事项有哪些? (49)
 - 65. 怎样增强儿童对体格锻炼的兴趣? (50)
 - 66. 在什么情况下儿童不宜进行体格锻炼? (51)
 - 67. 如何满足儿童对蛋白质的需求? (51)
 - 68. 如何满足儿童对脂肪的需求? (52)
 - 69. 如何满足儿童对碳水化合物的需求? (53)
 - 70. 母乳喂养对母婴有何好处? (53)
 - 71. 怎样提高母乳的质量和数量? (54)
 - 72. 母亲如何正确为婴儿哺乳? (55)
 - 73. 母乳成分是怎样变化的? (56)
 - 74. 为什么哺乳期母亲用药要慎重? (56)
 - 75. 什么是人工喂养, 人工喂养的食物有哪些? (57)
 - 76. 为什么要给婴儿添加辅食? (58)
 - 77. 给婴儿添加辅食应遵循哪些原则? (59)
 - 78. 怎样给婴儿添加辅食? (59)
 - 79. 常用婴儿辅食如何制作? (60)
 - 80. 给孩子断奶应注意些什么? (61)

-
81. 什么是儿童的平衡膳食? (61)
82. 如何安排好儿童膳食? (62)
83. 儿童经常喝可乐饮料, 经常吃蜂蜜有什么不好? (63)
84. 为什么说果汁不能代替白开水, 每天饮多少水
最好? (63)
85. 儿童吃零食是一种坏毛病吗?
..... (64)
86. 为什么儿童吃油炸食品应受限制? (65)
87. 儿童为什么不宜经常多吃甜食? (66)
88. 经常吃巧克力对儿童的健康有何影响? (67)
89. 儿童过多吃冷饮对身体有哪些害处? (67)
90. 常吃膨化食品对儿童有何害处? (68)
91. 儿童不吃早餐有哪些害处? (69)
92. 儿童吃得过饱对身体有什么害处? (69)
93. 哪些食品婴幼儿不宜食用? (70)
94. 怎样为儿童选择保健食品? (71)
95. 如何为儿童安排夏季饮食? (72)
96. 儿童独立进餐有何好处? (72)
97. 儿童进食时大人应注意什么? (73)
98. 儿童不欲进食时家长忌用什么方法? (74)
99. 为什么要帮助儿童克服偏食的习惯? (74)
100. 哪些原因可导致小儿肥胖症? (75)
101. 儿童肥胖症有哪些特点? (76)
102. 患了儿童肥胖症怎么办? (76)
103. 什么是小儿佝偻病? (77)
104. 小儿得了佝偻病怎么办? (78)
105. 儿童容易缺乏的维生素有哪些? (78)
106. 维生素 K 缺乏症是怎么回事? (79)
107. 钙的作用有哪些? (80)

108. 什么原因能影响儿童对钙的吸收? (81)
109. 何谓微量元素, 微量元素有何作用? (81)
110. 怎样知道儿童缺锌, 如何预防? (82)
111. 怎样知道儿童缺铁, 如何预防? (83)
112. 新生儿吃奶时哭闹是怎么回事? (84)
113. 怎样防止新生儿溢乳? (84)
114. 新生儿体温不升怎么办? (85)
115. 新生儿发热应如何处理? (86)
116. 哪些原因可导致新生儿腹胀? (86)
117. 新生儿便秘应如何处理? (87)
118. 新生儿乳房肿大是怎么回事? (88)
119. 新生儿阴道出血怎么办? (88)
120. 如何预防新生儿意外? (89)
121. 新生儿头皮下血肿怎么办? (89)
122. 什么是新生儿窒息, 哪些因素可导致新生儿窒息? (90)
123. 新生儿窒息有哪些表现, 应如何预防? (91)
124. 新生儿脱水热是怎么回事? (91)
125. 怎样区别生理性黄疸与病理性黄疸? (92)
126. 什么是新生儿肺透明膜病? (93)
127. 什么是新生儿硬肿症, 如何预防? (93)
128. 什么是新生儿败血症, 如何预防? (94)
129. 什么是新生儿缺血缺氧性脑病? (95)
130. 新生儿感染性肺炎有何特点? (96)
131. 哪些原因可导致新生儿呕吐? (97)
132. 如何预防新生儿脐炎, 发生新生儿脐炎应如何处理? (98)
133. 如何预防新生儿尿布性皮炎? (98)
134. 胎儿和新生儿感染生殖器疱疹有何后果, 如何处理?

- (99)
135. 什么是 21-三体综合征, 如何防治? (99)
136. 什么是苯丙酮尿症, 如何预防? (100)
137. 什么是肝豆状核变性? (101)
138. 支气管哮喘是怎么回事? (102)
139. 支气管哮喘有哪些临床表现? (102)
140. 如何控制支气管哮喘的发作? (103)
141. 如何预防支气管哮喘的发作? (104)
142. 何谓风湿热, 风湿热的发病与哪些因素有关? (104)
143. 风湿热会给心脏造成什么危害? (105)
144. 什么是儿童类风湿病, 有哪些临床表现? (106)
145. 什么是过敏性紫癜, 其发病与哪些因素有关? (107)
146. 过敏性紫癜有哪些临床表现? (107)
147. 什么是系统性红斑狼疮? (108)
148. 系统性红斑狼疮有哪些表现? (109)
149. 什么是川崎病? (110)
150. 川崎病有什么危害? (111)
151. 小儿艾滋病有何特点, 主要临床表现是什么? (111)
152. 什么是麻疹? (112)
153. 得了麻疹怎么办? (113)
154. 得了风疹怎么办? (113)
155. 幼儿急疹常见于哪些小儿? (114)
156. 小儿水痘怎么治疗? (114)
157. 流行性腮腺炎是怎么回事? (115)
158. 何谓传染性单核细胞增多症? (116)
159. 儿童得了乙型肝炎怎么办? (116)
160. 什么是狂犬病, 如何防治? (118)
161. 什么是猩红热? (119)
162. 小儿麻疹、风疹、幼儿急疹、猩红热的皮疹

如何鉴别?	(119)
163. 什么是百日咳,得了百日咳怎么办?	(120)
164. 细菌性痢疾怎么治疗?	(121)
165. 中毒型细菌性痢疾有何特点?	(122)
166. 儿童常见的肺结核是哪一种?	(122)
167. 儿童得了原发型肺结核怎么办?	(123)
168. 什么是结核性脑膜炎?	(124)
169. 儿童得了结核性脑膜炎怎么办?	(125)
170. 结核性胸膜炎特点是什么?	(126)
171. 蛔虫病是怎么得的?	(126)
172. 蛔虫病有何表现?	(127)
173. 蛔虫病如何治疗?	(128)
174. 蛲虫病如何治疗?	(128)
175. 绦虫病是怎么得的?	(129)
176. 儿童肠道内有绦虫怎么办?	(130)
177. 儿童出现地图舌是怎么回事?	(130)
178. 什么是鹅口疮?	(131)
179. 什么是疱疹性口炎?	(131)
180. 什么是溃疡性口炎?	(132)
181. 小儿急性胆囊炎常由哪些原因引起,其主要 临床表现有哪些?	(133)
182. 儿童是怎么患上消化性溃疡的?	(133)
183. 怎么知道儿童患上了消化性溃疡?	(134)
184. 儿童患上了消化性溃疡怎么治疗?	(135)
185. 儿童消化性溃疡的预防及饮食疗法有哪些?	(136)
186. 什么叫先天性肥厚性幽门狭窄?	(137)
187. 小儿肠套叠有哪些症状?	(138)
188. 何谓先天性巨结肠?	(139)
189. 婴幼儿的大便是什么样的?	(139)

-
190. 什么是小儿腹泻症, 常见的患病原因有哪些,
 婴儿为什么易发生腹泻? (140)
191. 大肠杆菌肠炎有何特点? (141)
192. 轮状病毒肠炎有何特点? (142)
193. 婴幼儿患腹泻后都能使用抗生素吗? (143)
194. 小儿腹泻脱水怎样使用 ORS 液? (144)
195. 迁延性和慢性腹泻的常见原因有哪些? (145)
196. 发生迁延性和慢性腹泻如何治疗? (145)
197. 婴幼儿患腹泻后食用哪些饮食为好? (146)
198. 便秘是怎么引起的? (147)
199. 儿童便秘怎么办? (148)
200. 儿童脱肛怎么办? (148)
201. 什么是儿童厌食症? (149)
202. 哪些原因可导致儿童暂时性厌食? (150)
203. 导致儿童厌食症的原因有哪些? (150)
204. 如何预防儿童厌食症的发生? (151)
205. 如何用针灸、按摩、拔罐疗法治疗厌食症? (152)
206. 为什么小儿易患呼吸系统疾病? (152)
207. 小儿扁桃体手术应该注意哪些问题? (153)
208. 引起小儿喉梗阻的常见原因有哪些, 得了急性
 喉炎怎么办? (153)
209. 为什么小儿易发生气管异物, 怎样预防? (154)
210. 急性淋巴结炎是怎样引起的, 有哪些临床表现? ... (155)
211. 小儿肺炎有几种分类方法? (156)
212. 小儿肺炎有哪些临床表现, 如何防治? (156)
213. 支原体肺炎有何表现, 应做哪些辅助检查,
 怎样治疗? (157)
214. 引起肺炎久治不愈的原因有哪些, 应该怎么办? ... (158)
215. 喘息性支气管炎与支气管哮喘有何区别? (159)

216. 哪些情况可导致肺水肿? (160)
217. 气胸是怎么回事, 如何治疗? (160)
218. 小儿心电图检查能解决哪些问题? (161)
219. 先天性心脏病是遗传病吗? (162)
220. 孕期怎样预防胎儿患先天性心脏病? (162)
221. 患先天性心脏病的小儿有什么征象? (163)
222. 什么是心脏杂音, 有心脏杂音就是先天性
心脏病吗? (164)
223. 先天性心脏病均需手术治疗吗? (165)
224. 如何选择先天性心脏病的手术时机? (165)
225. 病毒性心肌炎是怎样发生的? (166)
226. 如何诊断小儿是否患了病毒性心肌炎? (167)
227. 什么是克山病, 克山病是怎样发生的? (168)
228. 什么是感染性心内膜炎? (168)
229. 为什么要做运动心电图检查? (169)
230. 超声心动图检查在心脏病诊断中有何意义? (170)
231. 心脏有早搏是怎么回事? (171)
232. 尿常规检查包括哪些项目, 其正常范围是什么? ... (172)
233. 如何正确留取送检尿样? (173)
234. 小儿尿频是怎么回事? (174)
235. 小儿排尿异常是哪些表现, 常见于哪些情况? (174)
236. 小儿出现血尿是怎么回事? (175)
237. 小儿出现蛋白尿常见于哪些情况? (176)
238. 小儿尿液混浊是怎么回事? (177)
239. 何谓包茎, 如何治疗? (178)
240. 女婴外阴炎是怎么得的, 应如何处理? (178)
241. 急性肾小球肾炎是怎么得的? (179)
242. 急性肾小球肾炎有哪些表现? (179)
243. 急性肾小球肾炎有哪些严重并发症? (180)

-
244. 急性肾小球肾炎需要做哪些检查? (181)
245. 小儿患急性肾小球肾炎应注意什么? (182)
246. 如何治疗小儿急性肾小球肾炎? (182)
247. 如何预防急性肾小球肾炎的发生? (183)
248. 小儿患急性肾小球肾炎一定要忌盐吗? (184)
249. 什么是肾病综合征? (184)
250. 肾病综合征在临床上分哪几种类型? (185)
251. 小儿肾病综合征水肿越重病变就越重吗? (186)
252. 肾穿刺活检对肾脏疾病的诊断有何意义? (186)
253. 肾穿刺活检是否会加重肾脏损害? (187)
254. 治疗肾病综合征应怎样使用肾上腺皮质激素? (188)
255. 肾病综合征患儿应如何预防感染? (189)
256. 使用肾上腺皮质激素治疗肾病综合征时应
注意什么? (190)
257. 为什么长期大剂量使用肾上腺皮质激素时不可
骤然停药? (190)
258. 如何预防肾病综合征的复发? (191)
259. 肾脏病患儿应如何谨慎用药? (192)
260. 肾脏病患儿是否可以接受预防接种? (193)
261. 什么是遗传性肾炎? (193)
262. 什么是良性家族性血尿? (194)
263. 什么是 IgA 肾病? (195)
264. 什么是过敏性紫癜性肾炎? (195)
265. 紫癜性肾炎临床分哪些类型? (196)
266. 过敏性紫癜性肾炎应如何治疗? (197)
267. 什么是狼疮性肾炎? (198)
268. 狼疮性肾炎临床有哪些类型? (198)
269. 如何治疗小儿狼疮性肾炎? (199)
270. 什么是乙型肝炎病毒相关性肾炎? (200)

271. 如何治疗小儿乙型肝炎病毒相关性肾炎? (201)
272. 儿童淋病有何特点, 怎样治疗? (201)
273. 胎儿梅毒的主要病变是什么? (202)
274. 血液有哪些成分, 各有什么功能? (203)
275. 临床上怎样确定小儿贫血程度? (204)
276. 什么原因可引起小儿贫血? (205)
277. 哪些原因可导致小儿缺铁性贫血? (205)
278. 怎样防治缺铁性贫血? (206)
279. 何谓溶血性贫血? (207)
280. 何谓蚕豆病? (208)
281. 您了解血友病吗? (208)
282. 为什么小儿在患慢性感染性疾病后易发生贫血? ... (209)
283. 特发性血小板减少性紫癜有何特点, 与过敏性
紫癜怎样鉴别? (210)
284. 何谓白血病? (211)
285. 败血症与白血病是一回事吗? (211)
286. 何谓再障, 治疗原则是什么? (212)
287. 何谓 DIC? (213)
288. 小儿也会患糖尿病吗, 小儿糖尿病有哪些表现? ... (214)
289. 如何治疗小儿糖尿病, 治疗小儿糖尿病是否
必须应用胰岛素? (215)
290. 糖尿病患儿应如何注意饮食? (216)
291. 何谓尿崩症, 有哪些临床表现? (217)
292. 何谓“甲亢”? (217)
293. 小儿多饮多尿可见于哪些情况? (218)
294. 小儿低血糖症是什么原因, 如何处理? (218)
295. 小儿身材矮小是怎么回事? (220)
296. 什么是克汀病? (221)
297. 什么是性早熟, 有哪些表现? (221)

-
298. “阴阳人”是怎么回事? (222)
299. 什么叫脑膜刺激征? (223)
300. 哪些神经系统疾病需做 CT 检查? (224)
301. 小儿脑电图检查有什么意义? (225)
302. 哪些原因能引起小儿抽风? (225)
303. 小儿癫痫是怎么回事? (226)
304. 何谓婴儿痉挛症? (227)
305. 为什么孩子突然发呆要引起重视? (228)
306. 再发性呕吐是怎么回事? (229)
307. 癫痫持续状态有哪些临床类型, 治疗原则
是什么? (229)
308. 应用抗癫痫药物应该注意哪些问题? (230)
309. 小儿脑瘫有哪些临床特点? (231)
310. 引起小儿急性偏瘫的病因有哪些? (231)
311. 何谓脑积水? (232)
312. 何谓瑞氏综合征? (233)
313. 何谓烟雾病? (233)
314. 什么叫格林-巴利综合征? (234)
315. 何谓中毒性脑病? (235)
316. 颅内长了瘤子会有哪些临床表现? (235)
317. 何谓抽动-秽语综合征? (236)
318. 儿童多动症有哪些临床表现? (237)
319. 何谓小儿舞蹈病? (238)
320. 什么叫重症肌无力? (239)
321. 什么叫进行性肌营养不良? (239)
322. 儿童癫痫有哪些临床类型? (240)
323. 什么叫儿童恐怖症, 如何治疗? (241)
324. 何谓缄默症? (241)
325. 什么叫小儿孤独症? (242)

326. 屏气发作是怎么回事? (243)
327. 儿童神经衰弱有哪些表现, 如何防治? (243)
328. 孩子睡眠不宁怎么办? (244)
329. 小儿夜惊是怎么回事? (244)
330. 儿童睡眠时为什么会咬牙? (245)
331. 独生子女存在哪些心理问题? (246)
332. 何谓吮拇指癖、咬指甲癖? (247)
333. 何谓嗜异症, 怎样防治? (247)
334. 何谓遗尿症? (248)
335. 儿童也有高血压病吗? (249)
336. 孩子有习惯性阴部摩擦行为怎么办? (249)
337. 小儿皮肤饥饿是怎么回事? (250)
338. 何谓“机构综合征”? (251)
339. 对神经质儿童应如何教育? (251)
340. 儿童患病后怎样做好心理护理? (252)
341. 小儿易发生的意外事故有哪些? (253)
342. 小儿烫伤应如何处理? (254)
343. 怎样护理骨折的孩子? (254)
344. 儿童期易滥用哪些药物, 其危害是什么? (255)
345. 为什么要教育孩子不能乱吃某些植物? (256)
346. 小儿发热有哪些处理方法? (257)
347. 肌肉注射形成硬结如何处理? (258)
348. 何谓麦粒肿, 怎样治疗? (259)
349. 什么叫沙眼, 如何防治? (260)
350. 什么叫红眼病, 怎样防治? (261)
351. 何谓过敏性鼻炎, 怎样治疗? (261)
352. 小儿慢性鼻炎有何特点? (262)
353. 异物进入耳朵内怎么办? (263)
354. 小儿中耳炎有哪些临床表现, 如何防治? (263)

-
355. 怎样防治小儿湿疹? (264)
356. 传染性软疣如何治疗? (265)
357. 如何预防电风扇病? (265)
358. 小儿“空调病”是怎么回事, 如何预防? (266)
359. 电视病是怎么回事, 如何防治? (267)
360. 孩子迷恋网吧、游戏厅有哪些危害? (268)
361. 孩子骑童车时间太长有什么不好? (269)
362. 怎样给孩子选择玩具? (269)
363. 饲养宠物易使孩子患哪些病? (270)
364. 假日里孩子易患哪些病? (271)
365. 给孩子煎服中药应注意什么? (272)

1. 胎儿期的特点如何?

从精子和卵子的结合即新生命的开始,直到小儿出生统称为胎儿期。胎儿完全依靠母体而生存。由于胎盘和脐带的异常或其他原因引起的胎儿缺氧,各种感染,理化因素刺激,孕妇营养不良、吸烟酗酒、情绪、疾病等不利因素可使胎儿生长发育障碍。

胎儿的保健应从父母婚前做起。婚前对遗传学的了解,严禁近亲结婚,可避免或减少先天性疾病患儿的出生。

胎儿的保健应以孕母的保健为重点,保证孕母充分的营养,合理安排孕母的工作及生活。积极防止孕期感染、妊娠高血压综合征、流产、早产、异常产等情况;妥善处理孕母心、肾疾病,糖尿病,结核病,甲状腺机能亢进等疾病。孕母用药要慎重,以防对胎儿造成不良影响。

2. 新生儿期有何特点?

自出生后脐带结扎开始至产后 28 天内,称新生儿期。此期因小儿脱离母体开始独立生活,内外环境差距巨大,小儿需要经历一个复杂的调整过程,才能适应新的环境。但其自身的生理调节和适应能力都不成熟,所以此期的发病率和死亡率极高,而以生后第一周内的死亡率最高,约占新生儿死亡率的 70%。常易发生体温不升,体重下降及各种疾病。如产伤、窒息、感染、先天畸形等。

新生儿期的保健重点应在生后第一周,建立及加强新生儿家