

年轻父母的益友

# 最新实用婴幼儿保健

余继林 刘文元 著



© 国际文化出版公司

年轻父母的益友  
最新实用婴幼儿保健

国际文化出版公司

年轻父母的益友  
最新实用婴幼儿保健

余继林 刘文元著

国际文化出版公司出版  
新华书店北京发行所发行  
北京市双桥印刷厂印刷

787×1092毫米 32开本 5.25印张 114千字

1990年10月第一版 1990年10月第一次印刷

ISBN 7-80049-598-1/R·23 定价：2.70元

印数：1—12000册

## 内 容 简 介

哪一个做父母的不希望自己的小宝宝健康地成长呢？然而，又有多少人科学地、系统地了解孩子健康成长的规律、特点和方法呢？本书将向您提供这方面的最新知识，使您清楚地了解您的小宝宝（从出生到入学）身体各部位的特点和生长发育的规律，掌握孩子饮食和休息的最佳效果，各种小儿常见病的预防和治疗，以及常见中成药的适应症。本书图文并茂，具有科学性、实用性和通俗性的特点，是每一位育儿父母和卫生保健工作者不可缺少的良师益友。

# 目 录

## 一、新生儿、婴幼儿解剖生理特点 ..... 1

### (一)新生儿的解剖生理特点 ..... 2

1. 呼吸系统(2)
2. 循环系统(3)
3. 消化系统(3)
4. 泌尿系统(4)
5. 神经系统和感觉器官(4)
6. 血液(4)
7. 皮肤(5)
8. 体温调节(5)

主

### (二)婴幼儿的解剖生理特点 ..... 5

1. 呼吸系统(5)
2. 循环系统(7)
3. 消化系统(8)
4. 泌尿系统(9)
5. 神经系统和感觉器官(9)
6. 血液(10)
7. 皮肤和皮下组织(11)
8. 体温调节(11)

## 二、新生儿、婴幼儿的生长发育 .....12

### (一)生长和发育是两个不同的概念 .....12

### (二)生长和发育的一般规律 .....13

### (三)影响生长发育的因素 .....13

1. 孕期不良因素的影响(14)
2. 遗传因素的影响(14)
3. 营养因素的影响(15)
4. 季节的影响(18)
5. 居住条件的  
影响(18)
6. 疾病的影响(18)
7. 社会因素的影响(19)

## 三、新生儿、婴幼儿的生长发育检测 .....20

### (一)新生儿生长发育的检测 .....21

1. 一般情况(21)
2. 皮肤(22)
3. 头部(22)
4. 五官(22)
5. 胸腹(22)
6. 四肢(23)
7. 生殖器(23)
8. 肛门(23)

(二) 婴幼儿生长发育的检测 ..... 23

1. 身长(23)
2. 体重(25)
3. 胸围(27)
4. 头围(29)
5. 呼吸频率(32)
6. 心率(32)
7. 牙齿的发育(32)
8. 动作的发育(33)
9. 语言的发育(37)
10. 头骨与卤门(38)

#### 四、婴幼儿营养 ..... 39

(一) 母乳喂养 ..... 39

1. 母乳喂养的好处(39)
2. 哺乳时间的安排(41)
3. 乳儿每日所需乳量(42)
4. 乳汁分泌与乳母营养(43)
5. 乳母健康与乳汁质量(43)
6. 乳母的哺乳姿势(44)
7. 乳儿辅食的增添(46)
8. 断乳(47)

(二) 人工喂养 ..... 48

1. 牛奶(48)
2. 牛乳的消毒(50)
3. 新生儿牛乳喂养的稀释法(50)
4. 乳具和乳汁的消毒(51)
5. 1岁以下乳儿乳液的需要量(52)
6. 乳儿水分需要量(52)
7. 人工喂养的哺喂技术(53)
8. 奶粉的哺喂方法(55)
9. 代乳粉的哺喂方法(55)

(三) 混合喂养 ..... 56

(四) 1岁以上小儿的营养 ..... 56

#### 五、新生儿、婴幼儿常见疾病 ..... 58

(一) 生理性黄疸 ..... 58

(二) 鹅口疮 ..... 60

(三) 新生儿脐部疾患 ..... 62

(四) 口腔炎 ..... 65

(五) 尿布疹 ..... 67

(六) 夜啼 ..... 69

(七) 急惊风 ..... 71

(八) 支气管哮喘	74
(九) 便秘	76
(十) 积滞	79
(十一) 肠道寄生虫病	81
(十二) 营养性贫血	85
(十三) 遗尿症	87
(十四) 肠痉挛	89
(十五) 疳子	91
(十六) 冻疮	94

## 六、传染病

(一) 急性上呼吸道感染	96
(二) 麻疹	100
(三) 水痘	105
(四) 流行性腮腺炎	108
(五) 猩红热	111
(六) 百日咳	116
(七) 细菌性痢疾	120

## 七、小儿常用中成药介绍

(一) 中成药选用时的注意事项	124
(二) 中成药介绍	126
1. 太和妙灵丸(太和妙灵丹)(127)	2. 金黄抱龙丸(127)
3. 牛黄抱龙丸(127)	4. 琥珀抱龙丸(128)
5. 儿童清肺丸(128)	
6. 小儿至宝锭(128)	7. 导赤丸(导赤丹)(129)
8. 小儿百寿丸(129)	9. 牛黄镇惊丸(129)
10. 小儿清咽冲剂(130)	
11. 小儿感冒冲剂(130)	12. 紫雪(130)
	13. 绿雪(130)
	14. 救

急散(131) 15.牛黄千金散(131) 16.牛黄清热散(131)  
17.珠黄散(131) 18.小儿急惊粉(132) 19.至圣保元丹  
(132) 20.局方至宝丸(132) 21.安宫牛黄丸(132) 22.时  
疫清瘟丸(133) 23.清瘟解毒丸(133) 24.牛黄至宝丹(133)  
25.通宣理肺丸(133) 26.解肌宁嗽丸(134) 27.解肌清肺丸  
(134) 28.清金理嗽丸(134) 29.清气化痰丸(135) 30.清  
金止嗽化痰丸(135) 31.鹭鸶咯丸(135) 32.鸡苏丸(135)  
33.鸡鸣丸(136) 34.人参保肺丸(136) 35.二冬膏(136)  
36.秋梨膏(136) 37.六神丸(137) 38.栀子金花丸(137)  
39.五苓散(137) 40.定搐化风锭(138) 41.犀角化毒丸  
(138) 42.化毒丸(138) 43.珠黄保生丸(138) 44.泻痢保  
童丸(139) 45.泻痢固肠丸(139) 46.四神丸(肉果止泻丸)  
(139) 47.香苏正胃丸(139) 48.香连化滞丸(139) 49.加  
味香连丸(140) 50.开胃健脾丸(140) 51.透表回春丸(140)  
52.银翘解毒丸(141) 53.桑菊感冒片(141) 54.清胃保安丸  
(141) 55.金衣祛暑丸(祛暑丸)(141) 56.藿香正气丸(142)  
57.七珍丹(142) 58.五粒回春丹(142) 59.赛金化毒散(化  
毒散)(142) 60.连翘败毒膏(143) 61.二妙丸(143) 62.龟  
板散(143) 63.紫金锭(143) 64.散结灵(144) 65.铁娃散  
(144) 66.磨积散(144) 67.化积散(144) 68.肥儿丸(145)  
69.化虫丸(145) 70.追虫丸(145) 71.乌梅丸(145) 72.蛲  
虫膏(145) 73.一捻金(146) 74.保赤散(146) 75.速效散  
(146) 76.白清胃散(146) 77.桃花散(147) 78.红棉散  
(147) 79.泻青丸(147) 80.启脾丸(147) 81.清宁丸(148)  
82.清热养阴丸(148) 83.千金化痰丸(148) 84.清肺抑火化  
痰丸(149) 85.二陈丸(149) 86.龙胆泻肝丸(149) 87.胃  
气止痛丸(149) 88.胃痛丸(150) 89.大山楂丸(150) 90.  
沉香化滞丸(150) 91.六味地黄丸(150) 92.知柏地黄丸  
(151) 93.桂附地黄丸(151) 94.黄精丹(151) 95.混元丸(152)



96. 八珍丸(152) 97. 人参归脾丸(152) 98. 党参膏(152)  
99. 参苓白朮丸(153) 100. 麻仁滋脾丸(153) 101. 桑椹蜜  
膏(153) 102. 五子衍宗丸(154) 103. 补中益气丸(154)  
104. 缩泉丸(154) 105. 十滴水(154) 106. 小败毒膏(155)  
107. 大败毒膏(155) 108. 痲子粉(155) 109. 紫草膏(155)  
110. 冻疮药膏(156)
- (三)索引(小儿常用中成药) .....157

059845

# 一、新生儿、婴幼儿 解剖生理特点

小儿从出生时第一声“哇哇”的啼哭就标志着小小的生命来到人间，从此开始了人生漫长的道路。年轻的夫妇也开始担负起对孩子的扶养义务。

小儿出生后日生夜长，不同的年龄都有着各自所特有的解剖生理特点，小儿机体内部各个系统器官的生长发育也都有其一定的规律和速度，系统器官的发育也不是齐头并进的。随着年龄的增长这些特有的变化，与成人有着很大的差异。

小儿的健康成长，有赖于平时的护理和保健工作，甚至它比治疗更为重要。这是因为小儿时期所见到的大多数疾病都是可以预防的。年轻的夫妇如果平时加强对小儿的护理和保健工作，注意对小儿生活环境和个人的卫生以及科学的喂养，适当的体育锻炼，加强对各种疾病的预防，那末，就能使自己的孩子保持健康并促进其生长发育。

因此，为了孩子的健康成长，年轻夫妇了解一下小儿在生长发育过程中的一些解剖生理卫生知识，保健和护理知识，科

学喂养知识以及一些常见疾病的预防和治疗知识是十分必要和重要的。

## (一) 新生儿的解剖生理特点

小儿出生后实质上是胎儿的继续,胎儿出生以后,生活环境发生了巨大的变化,这时新生儿在生理功能方面要进行有利于生存的重大调整。新生儿期的年龄划分根据世界卫生组织建议,应从出生脐带结扎时起到生后 28 天以前为止。我们国家的传统习惯是从出生到第一个月末。

判定新生儿成熟情况的标准很多,但主要看胎龄、体重和身长这三个方面。

日常我们最常见到的是足月正常体重儿(以下简称新生儿),也就是孕期在 38 周至 42 周之间出生、体重达到或超过 2.5 公斤、身长达到或超过 45 厘米的新生儿。此外,还可见到早产儿、未成熟儿、足月小样儿、成熟不良儿、巨大儿、过期产儿等。前四种情况因其出生体重均低于 2.5 公斤,所以,又统称为“低出生体重儿”。巨大儿是指出生时,体重在 4 公斤以上的正常发育儿,过期产儿是指孕期超过 42 周出生的新生儿。当然,过期产儿之中必然会有一部分是巨大儿。对于以上各种新生儿,护理和喂养上都应十分精心,对巨大儿、过期产儿也应注意,因为这类新生儿由于体重过量,孕期较长,容易引起家长护理上的麻痹,俗话说“瓜大不一定熟”。

### 1. 呼吸系统

新生儿呼吸系统由于全身各部分发育均不充分,所以反

映到呼吸道的解剖特点也是同样，鼻和鼻咽腔以及下呼吸道短小而狭窄。粘膜细嫩而血管丰富，由于粘液腺发育不足，所以易于充血和干燥。

新生儿的第一声啼哭标志小儿呼吸运动的开始。新生儿的呼吸开始主要是由于在降生的一刹那皮肤受到外界温度改变的刺激、体位的转动使本位感受器受到了刺激和缺氧所致的化学刺激，上述刺激构成了冲破最高中枢的抑制力量，呼吸运动便由此开始。

新生儿的呼吸运动主要靠膈肌的升降，因此呈腹式呼吸，呼吸表浅而快速，平均每分钟42次左右。新生儿的呼吸节律由于神经调节功能尚不完善，常常出现呼吸不均匀或频率超常，这是一种正常的生理现象。

## 2. 循环系统

新生儿出生后，由于呼吸运动的开始，脐带的结扎，新的血液循环径路建立以及动脉导管及卵圆孔的开始关闭，使得新生儿血液循环的解剖生理特点发生了较大的变化。

大多数新生儿的动脉导管都可在出生后一个月左右关闭。新生儿心脏重量约为20至25克，心率可在每分钟140次左右，血压约为76/34毫米汞柱。

新生儿的血液分布多集中于躯干及内脏，因此四肢容易发凉，或出现青紫。

## 3. 消化系统

新生儿消化系统的解剖生理特点主要表现为口腔狭小，口腔内硬腭缝两旁有2至3个黄白色的小结节，其粘膜血管

丰富,柔嫩干燥,胃的容积小,其容量仅为40毫升左右。胃液中对蛋白质的消化能力较强。新生儿大肠与小肠的比例为1:6,这样就可以使新生儿有较大面积的消化和吸收能力。新生儿肝脏相对比较大,占体重4%,约重135克左右。新生儿肝脏机能尚不完全,所以生后容易出现生理性黄疸。小儿生后12小时以内就可排出墨绿色的胎便。

#### 4. 泌尿系统

新生儿的每侧肾脏约重11至12克,肾脏功能尚未发育完全。新生儿生后,由于液体入量不足,以及水分的丢失,生后可以排尿,也可在生后1至2天内无尿。排尿次数生后最初几天为5次左右,生后第一周后,排尿次数可增至每天20次以上。

#### 5. 神经系统和感觉器官

新生儿的神经发育尚未完全,大脑的沟回均不明显,新生儿的脑重约为体重的10%(成人仅2%)。这说明脑发育在各系统的发育中呈领先地位。

新生儿瞳孔较小,对光反应较弱,但对光有感觉,强光时新生儿就会出现保护性的闭眼(医学上叫保护性瞬眼反射)。新生儿嗅觉不灵敏,但味觉却发育很好,对甜味尤其敏感。新生儿生后最初几天听觉低下,一周后听觉增强,半个月后,笛声可以使新生儿停止全身活动。新生儿对温度的变化比较敏感,过冷、过热都会哭闹。

#### 6. 血液

新生儿血液的特点是红血球数量多,因此血红蛋白含量

也增多，胎儿型的血红蛋白比例也大。红血球富于弹性，不易破裂。新生儿的白血球数量也高。

## 7. 皮 肤

新生儿皮肤角化层很薄，血管丰富，易受外界刺激引起充血，再加上皮肤的抵抗力差，所以皮肤易于破损和感染。

## 8. 体温调节

新生儿由于神经系统发育尚未完全，所以体温调节功能差，再加体表面积相对大，容易散热，所以新生儿体温易受外界温度的影响而出现体温过高或过低。

# (二) 婴幼儿的解剖生理特点

婴幼儿的年龄分期是以小儿解剖、生理及心理等特点进行划分的。不同的年龄阶段都显示出各自的特点，医学上的分期法有几种，大致可分为以下几个时期：新生儿期（从出生到满一个月）；乳儿期（从生后一个月到满1周岁）；婴儿期（从满1周岁到3周岁末）；幼儿期（从4周岁到6周岁）。但是人们一般习惯把1岁以内的小儿称为乳儿，3岁以下的小儿称为婴儿，进入学校以前的儿童称为学龄前儿童。

## 1. 呼吸系统

呼吸系统是实现呼吸功能的器官，本系统由呼吸道和肺脏两部分组成。人体的呼吸道以喉为界，分为上、下两部分。上呼吸道包括鼻、咽喉，下呼吸道包括气管、支气管和肺脏。

**鼻腔：**婴幼儿整个阶段，鼻腔都在不断发育过程中，乳儿的鼻腔几乎没有形成下鼻道，4岁以后才逐渐形成。婴幼儿鼻腔相对短小，没有鼻毛，鼻粘膜细嫩，毛细血管丰富，尤其在鼻中隔前下部血管更为丰富，这些特点就决定了婴幼儿鼻腔容易充血、发炎和出现鼻出血。

**鼻咽和咽：**鼻咽和咽是鼻腔的延续，这个部位淋巴组织丰富，在咽部两侧腭弓之间还有扁桃体，咽部两侧还各有一条通向中耳的耳咽管，这个通道短、直、宽、平，因此咽部的感染、外耳道的感染都易引起乳儿的中耳炎。1岁以后的小儿易患咽峡炎。

**喉：**婴幼儿的喉软骨细弱柔软，声门肌肉娇弱，因此婴幼儿喉部易于充血、水肿而发生呼吸困难。

**气管、支气管：**新生儿气管长约4厘米，生后6个月生长较快，婴幼儿气管、支气管的腔细、短、柔嫩而缺乏弹性，粘膜富于血管，但粘液少，气管纤毛运动差，这些特点就决定了婴幼儿气管、支气管易于损伤和发生感染。

**肺：**婴幼儿的肺脏特点是肺泡数量比成人少，肺泡容积比成人小，但肺泡之间的组织发达，血管丰富；乳婴儿的胸膜也比较纤细，易于伸展，呼吸肌不发达，胸廓的运动幅度小。但婴幼儿代谢旺盛，对氧的需要量又大，所以只有提高呼吸频率，才能进行补偿。在呼吸机能方面婴幼儿具有呼吸表浅，肺活量小，而呼吸频率较快的特点，呼吸频率随年龄增长而减少。新生儿每分钟呼吸次数为42次左右，1至2岁的乳、婴儿为30次，6岁的幼儿可降至20次。

## 2. 循环系统

人体的心脏、血管构成了血液运行的管道。婴幼儿心脏、血管的解剖生理特点与成人有着明显的不同，各个年龄阶段又表现出各自的特点。

**心脏：**婴幼儿的心脏体积相对地比成人大，新生儿心脏重量为20至25克，但到1岁末就增加1倍，2至3岁的婴儿就可增加3倍，生后2至3年中，心脏重量增加较快。3岁以后增加开始减慢。生后三个月的乳儿，心脏外形多见椭圆形，圆锥形和球形，6岁的学龄前儿童心脏外形就接近于成人的伸长椭圆形了。婴幼儿心脏肌肉纤维较细，相互交织很松，这些特点决定了心脏收缩力较成人为差。

**血管：**婴幼儿动脉血管的内径较成人粗，动、静脉口径相差小，婴幼儿为1—1.5：1，而成人则为2：1，这些特点有利于小儿的新陈代谢和生长发育。

**脉搏：**小儿的脉搏个体差异很大，常受到多种因素的影响，如：活动量、哭闹、体温变化等。一般来讲年龄越小、频率越高。准确的测量应在小儿早晨醒后，安静卧床状态下进行。新生儿每分钟脉搏在140次左右，半岁以内130次左右，半岁至1岁125次左右，1至2岁115次左右，2至3岁105次左右，4至5岁80至105次，6至7岁70至100次。

**血压：**小儿的血压个体差异也很大，常受到多种因素的影响，如：哭闹、体位改变、情绪变化等。最准确的方法可参考脉搏测定法。测定血压时应使用小儿袖带；初生至3岁袖带宽度应为2.5厘米；3至7岁宽度应为5厘米。其高压正常值可按下列公式：



$$\text{年龄} \times 2 + 80 (\text{毫米汞柱})$$

此数的 $\frac{1}{3}$ 至 $\frac{2}{3}$ 为最低压。

1岁以内的乳儿高压可按下列公式：

$$\text{月龄} \times 2 + 68 (\text{毫米汞柱})$$

### 3. 消化系统

人体的消化系统主要功能是对食物进行消化、吸收其中的营养物质，并将残渣排出体外。本系统是由消化管和消化腺两大部分组成。消化管包括口腔、食管、胃和肠；消化腺包括唾液腺、胰腺、肝脏等。

**口腔：**婴幼儿口腔较小，粘膜薄嫩，唾液腺所分泌的唾液比较少，这些特点易使婴幼儿口腔破损或发生感染。

**食管：**婴幼儿食管短小，1岁婴儿长11至12厘米，5岁的幼儿长16厘米（成人25至30厘米）。横径较细，1岁婴儿仅1厘米。而且食管粘膜薄软，管壁较薄所以容易损伤。

**胃：**婴幼儿胃的容积小，粘膜富于血管，肌肉组织，弹力组织发育不完善，贲门括约肌发育弱、胃液分泌少，这些特点决定了婴幼儿消化能力弱，而且容易发生乳儿“溢奶”现象。

**肠：**婴幼儿的肠道解剖生理特点也顺应小儿生长发育的需要，小肠与大肠的比例较成人有明显的不同，这样就有利于小肠的充分吸收。新生儿小肠与大肠的比例为6：1；乳儿为5：1（成人4：1）。

**胰腺：**胰腺是消化系统的重要消化腺之一。它主要分泌消化蛋白质和脂肪的酶类。胰腺在新生儿出生时已达2.6克，生后3至4月可达5克左右，2岁时可达10克，婴幼儿的胰已具备成人的消化酶，但常因天气炎热及疾病影响而发生分泌