

zenyangbaohushaonianertongwuguan



怎样保护少年儿童五官

赵鸣之 编著

天津科学技术出版社

怎样保护少年儿童五官

赵鸣之 编著

天津科学技术出版社

怎样保护少年儿童五官

赵 鸣 之 编 著

•
天津科学技术出版社出版

天津市赤峰道124号

天津新华印刷一厂印刷

天津市新华书店发行

•
开本 787×1092毫米 1/32 印张 4.25 字数 83,000

一九八四年二月第一版

一九八四年二月第一次印刷

印数：1—36,600

书号：14212·109 定价：0.44元

序

在全社会都在关心少年儿童健康成长的今天，赵鸣之医师编著的《怎样保护少年儿童五官》一书的出版，是很切合少年儿童和家长、教师们需要的。五官——眼、耳、鼻、咽喉和口腔是人体器官的重要组成部分。保护好五官对孩子们健康成长十分重要。积极做好少年儿童的五官保护工作，普及五官卫生知识，是我们专科医生的责任。

《怎样保护少年儿童五官》一书，密切结合少年儿童生理发育的特点和临床经验，无疑对少年儿童常见五官疾病的治疗、预防是十分有益的。全书文字通俗，图文并茂，生动活泼，深入浅出，是值得向少年儿童和家长、教师们推荐的一本好的科普读物。

建国以来，编写出版少年儿童五官卫生知识的普及读物还很少，因此，这本书的出版很有意义。让我们共同努力，搞好医药卫生知识的普及工作，提高我们全民族的健康水平。

天津医学院耳鼻喉科教授 王世勋

1983.8

著者的话

人的五官——眼睛、耳朵、鼻子、口腔和咽喉，是人体器官的重要组成部分，健康的五官对全身的健康，对人们一生的生活、学习和工作都十分重要。

在医疗工作中，我们经常看到中老年人的一些慢性五官疾病，多是从少年儿童时期不注意卫生保健，得病后没能及时正确的治疗发展来的，不仅影响身体健康，甚至使人们过早地出现耳聋、眼花、掉牙等老化症状。因此，为了健康长寿，从少年儿童开始就要注意五官卫生保健和做好五官疾病的防治工作。

编者根据多年医疗工作的实践体会，编写了这本通俗读物，介绍五官的解剖生理、卫生保健和少年儿童常见五官疾病的防治及家庭用药等知识。在全社会都在关心少年儿童健康成长的今天，以此书献给少年儿童朋友以及他们的父母和老师，如能对读者有所帮助，当感到欣慰。同时欢迎读者对本书不足之处提出宝贵意见。

书中有关口腔的部分内容系由我院郭长洲医师协助编写。在本书编写过程中，曾得到我国耳鼻喉科老前辈、天津医学院耳鼻喉科王世勋教授指正，我院领导也给予支持，在此谨致衷心感谢。

赵鸣之

于天津市长征医院

1983年8月

目 录

你知道眼睛的奥秘吗？	(1)
如何防治新生儿眼病？	(3)
怎样知道孩子的视力好坏？	(4)
怎样预防婴儿的先天性眼病？	(6)
有些胖娃娃为什么倒睫毛？	(6)
眼皮跳是怎么回事？	(7)
沙子迷了孩子的眼怎么办？	(8)
怎样防止儿童眼外伤？	(8)
“针眼”是偷针引起的吗？	(10)
怎样防治“红眼病”？	(11)
儿童得了沙眼有什么危害？	(12)
为什么流泪和见风流泪？	(13)
什么叫“雀蒙眼”？	(15)
怎样预防出麻疹的孩子得眼病？	(15)
看电视怎样注意保护眼睛？	(16)
为什么有些孩子辨不清颜色？	(18)
小儿斜视是怎样形成的？	(19)
弱视是怎么回事？	(20)
小儿头痛与眼病有关吗？	(21)
孩子念书时什么姿势对眼有利？	(20)
什么样的光线对孩子念书最适宜？	(23)

为什么在公共汽车上看书不好？	(24)
怎样教孩子做眼保健操？	(25)
怎样滴眼药水和上眼药膏？	(28)
常戴眼镜会使近视加重吗？	(30)
耳朵是怎样听到声音的？	(31)
怎样测试孩子的听力？	(35)
外耳起“黄水疮”怎么办？	(36)
先天性耳聋与遗传有关系吗？	(37)
为什么失去听觉的幼儿会成哑巴？	(38)
小儿热性传染病为什么会引起耳聋？	(39)
怎样防治中耳炎？	(40)
怎样防治小儿急性乳突炎？	(43)
异物进入外耳道怎么办？	(44)
外耳道里长了疖肿怎么办？	(45)
怎样防治耳廓冻伤？	(46)
“耳屎”堵住孩子的耳道怎么办？	(47)
鼓膜破了怎么办？	(48)
游泳时怎样预防耳病？	(48)
儿童头晕都是美尼尔氏病吗？	(49)
滥用抗菌素为什么会招致耳聋？	(51)
晕车和晕船是怎么回事？	(52)
哪些人适合戴助听器？	(53)
有些孩子为什么会耳鸣？	(54)
给孩子挖耳朵为什么不好？	(55)
耳聋还能复聪吗？	(56)

鼻子为什么是呼吸道的门户？	(58)
鼻子受了外伤怎么办？	(62)
长了鼻疖有什么危险？	(63)
鼻腔里进了异物怎么办？	(64)
鼻子出血怎么办？	(64)
过敏性鼻炎是怎么回事？	(65)
孩子鼻子堵了怎么办？	(66)
为什么爱流鼻涕？	(67)
怎样预防小儿急性鼻炎？	(68)
怎样防治鼻窦炎？	(70)
人为什么会打喷嚏？	(72)
鼻子为什么会发臭？	(72)
孩子嗅觉为什么减退？	(74)
怎样给孩子滴鼻药？	(74)
怎样注意鼻腔卫生？	(75)
咽部有哪些功能？	(77)
嗓子里扎了鱼刺怎么办？	(79)
小儿嗓子烫了怎么办？	(80)
小儿增殖体肥大有什么危害？	(81)
小儿为什么闹嗓子发堵？	(82)
怎样区别一些传染病引起的嗓子疼？	(83)
扁桃体有功用吗？	(85)
得了急性扁桃体炎怎么办？	(86)
扁桃体与全身疾病有哪些关系？	(87)

有些小儿睡觉打呼噜是怎么回事? (88)

喉头为什么能发音? (90)

小儿得了急性喉炎为什么严重? (92)

儿童声音为什么会嘶哑? (93)

什么叫“变声”? (94)

气管里掉进异物怎么办? (95)

食管被异物卡住怎么办? (96)

怎样保护少年儿童的嗓音? (97)

你知道口腔的构造吗? (98)

新生儿的“马牙”需要挑吗? (100)

小儿为什么爱流口水? (101)

小儿长口疮怎么办? (101)

有些孩子为什么烂口角? (102)

小儿为什么要换乳牙? (103)

为什么会牙疼? (104)

有的孩子为什么牙齿发黄? (105)

牙龈为什么爱出血? (106)

为什么有的孩子睡觉时磨牙? (106)

“虫牙”是虫子咬的吗? (107)

什么情况下需要补牙? (108)

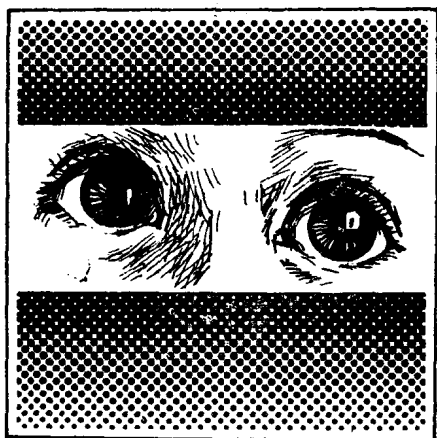
“虎牙”该不该拔掉? (108)

“牙垢”与“牙石”是怎么形成的? (109)

牙齿受了外伤怎么办? (110)

刮舌苔为什么不好? (111)

口臭是怎么回事?	(111)
孩子的唇裂可以修补吗?	(112)
刷牙有什么害处?	(113)
睡觉前吃糖果有什么不好?	(113)
怎样选择牙刷?	(114)
怎样保护儿童牙齿?	(115)
怎样教孩子刷牙?	(116)
家庭、学校常备五官药品	(117)



你知道眼睛的奥秘吗？

眼睛是人体最重要的器官之一。明亮的眼睛，不但能表达人们的内心感情，而且对人们的生活、学习和将来的工作都是十分重要的。现在让我们大致了解一下眼睛的构造。

眼球圆溜溜地象个球，它是眼睛的主要组成部分，只不过新生儿眼球的前后径比大人的短，要到5—6岁才和大人的眼球相似，大约14岁时才发育完全。眼球是由以下几部分组成：

(1) 角膜：是眼球前透明膜，俗称“黑眼珠”，它占眼球外膜的六分之一。

角膜透明，就好象照相机的镜头一样，光线通过角膜进入眼内。它一旦受了外伤或发炎，角膜就会变得混浊，视力

就会受到影响。

(2) 巩膜：就是平常说的“白眼珠”部分，是一层不透明的乳白色厚膜，好象是眼球的围墙，巩膜占眼球外膜的六分之五，它的作用是维持眼球形状和保护眼球的内容物。

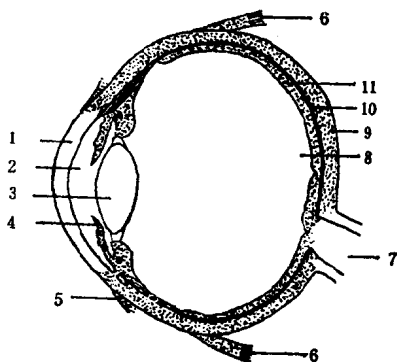
(3) 虹膜：眼外膜里面有一层血管膜，又称葡萄膜，突出在角膜后面的葡萄膜叫虹膜。在虹膜的中央，有一个小圆孔，叫做“瞳孔”，俗称“瞳仁”。瞳孔是光线进入眼内的必经之路，随着光线强弱，瞳孔会缩小或开大，好象是照相机的光圈。

(4) 睫状体：它在虹膜的后面，并与虹膜相连，睫状体内含有丰富的血管，能产生透明的液体，称为房水，房水能营养眼球，并保持眼球内的一定压力。

(5) 脉络膜：它与睫状体相连，起着营养视网膜和遮光的作用。

(6) 视网膜：它在脉络膜内，是眼球里一层感光膜，好象照相机里的“感光胶片”。在视网膜里有很多神经细胞，发出许多神经纤维，集合而成视神经，当外界光线进入眼球以后，在视网膜上形成影像，引起神经兴奋，通过视神经传入视觉中枢，产生视觉。

此外，眼球里还有一些内容物，如房水、晶状体、玻璃

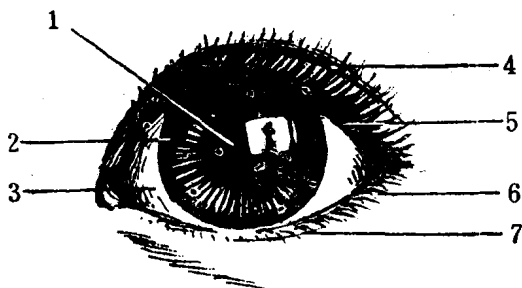


眼球的水平切面

- 1.角膜 2.前房 3.晶体 4.虹膜 5.球结膜
6.眼肌 7.视神经 8.玻璃体 9.巩膜
10.脉络膜 11.视网膜

体，都是无色透明的，正是由于眼球里有这些物质存在，才能保持眼球正常形状，正常眼压和良好的屈光性能。如果它们其中任何一种发生混浊或紊乱，就会造成眼病。如房水增多会引起眼压升高；晶体混浊会引起白内障。

眼睛除了眼球以外，还有一些附属结构，它们是：眼睑（俗称眼皮，在眼皮的边缘，有排列整齐的睫毛）、结膜（是覆盖在眼睑内侧和巩膜上的一层光滑而透明的薄膜），在眼皮里面的叫睑结膜，是沙眼的好发部位。在白眼珠即巩膜上的叫球结膜，闹“红眼病”时，就是结膜急性发炎。此外，还有眼肌、泪器、眼眶等。



眼睛的正面

1.瞳孔 2.角膜 3.球结膜及巩膜 4.上
眼睑 5.睫毛 6.外眦 7.下眼睑

如何防治新生儿眼病？

年轻的妈妈，对刚刚来到人间的娃娃，应该注意防止眼病。因为新生儿通过产道，眼睛容易被含有病菌的分泌物污染，加上新生儿的眼睛抵抗感染的能力差，所以容易受细菌

感染闹眼病。新生儿眼病的表现，常常是各种病菌引起的结膜炎。它常发生在小儿出生后的三天左右，两眼常常同时发病，有轻、有重。轻者只是小儿眼睑、结膜充血，水肿，眼睛不能睁开，上下眼睑被一些分泌物粘住。重者，小儿的眼睑、结膜肿胀很明显，并有很多分泌物从眼睛里流出来。新生儿眼病如果不及时治疗，一旦炎症侵犯角膜，会引起视力减退，给孩子的一生带来痛苦。治疗新生儿眼炎，应经常用无菌生理盐水给小儿冲洗眼睛（一般1—2小时冲洗一次），然后滴用适量抗菌素眼药水，直到眼睛里分泌物减少和眼睑、结膜消肿以后，再减少冲洗和滴药次数。

预防新生儿眼病很重要，通常采用的方法是，在新生儿出生后，轻轻擦去眼睛周围的分泌物，然后用0.25%氯霉素眼药水，或斑马眼药水，滴入两眼内，每眼1—2滴，可起到预防作用。

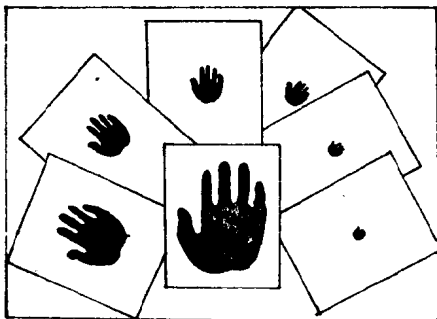
怎样知道孩子的视力好坏？

父母对刚出生的孩子的视力十分关心。新生儿降生数小时就有光觉，对强光会产生闭眼反应，瞳孔遇到光先缩小，过2—3分钟后就又放大。对3岁以内的孩子作准确的视力检查比较困难，孩子不听话，不合作，这就需要家长、阿姨们平时注意观察，例如：用手指接近孩子的眼睛，看看孩子有没有瞬目反射，拿着小玩具逗逗孩子，看看小儿有无兴趣，小手跟着拿不拿？这些方法虽然很简单，但对婴幼儿视力能有一个初步估计。

3—5岁的小儿，有时能配合检查，但也还得哄着，不

能配合检查的，可以利用儿童形象视力表或手形视力卡片来检查。

检查时还必须给孩子遮住一只眼，才能知道每只眼的视力情况。检查时，要求儿童不偷看、不揉眼，如果发现孩子在蒙住一只眼时就哭闹喊叫，可能是因为挡住了好眼而引起孩子惊慌，说明有可能另一只眼的视力有问题。5岁以上儿童，检查视力方法与成年人相同，可以用视力表检查视力。家庭、幼儿园和学校保健室应备视力表，定期给学龄前的孩子、中小学生检查视力，这样能及时的发现眼病，用科学方法指导防治。



儿童手形视力卡片



儿童视力检查

怎样预防婴儿的先天性眼病？

孩子出世以后，家长要注意保护孩子的眼睛，预防发生眼病。但有些孩子的眼病是先天的，就是胎里带来的。因此，这就需要母亲在怀孕期间注意孕期卫生保健。根据许多眼科医生调查研究证明，母亲在怀孕头三个月内，如果感染了某种急性传染病，尤其是一些病毒引起的疾病如风疹、流感等，或缺乏某种营养素或钙代谢紊乱、近亲结婚等原因，都可以使婴儿出生以后视力很差。常见的一种先天性眼病叫先天性白内障。据医生研究认为，如果母亲在怀孕头二个月内得了风疹，几乎胎儿都得白内障。这是因为在母体怀孕的2—8周以内，正是胎儿晶体生长时期，这时母亲得了风疹，病毒可通过血液循环到达胎儿的晶状体，使晶状体受到损伤，发生混浊，这种混浊了的晶体，医生称它为“白内障”，因为晶体混浊了，外来的光线被它挡住，反映不到视网膜上，所以视力就很差。遇到这种情况需要去医院检查及时治疗，一般要等小儿6个月以后才能手术。这种病的主要预防措施是：1. 孕妇在头三个月内要防止病毒感染，一旦孕妇与风疹病人接触，应注射免疫蛋白。2. 孕妇在怀孕头三个月内不要任意用药，不要接触X光线照射。3. 孕妇应多吃新鲜蔬菜和含钙质及维生素甲、维生素丁的食物。

有些胖娃娃为什么倒睫毛？

睫毛又叫眼毛，长在上、下眼皮的边缘上。它是往外长

的。长长的睫毛，不但美观，还有保护眼睛的作用呢！例如，它能防止灰尘和汗水进入眼睛。一旦眼睫毛倒着往眼里长，就起不到保护眼睛的作用了，这些细小的倒长睫毛，还会碰伤黑眼珠（角膜），造成混浊，影响视力。这种情况，医生叫它“倒睫”。通常引起倒睫的原因是沙眼。沙眼的后期，眼皮上出现许多疤痕，这些疤痕收缩以后，睫毛就倒向眼球。另外有些比较胖的孩子，在眼皮靠近鼻梁的一侧常有几根倒睫毛，有时刺激孩子的眼睛流泪，这是因为发育方面的原因造成的。因为婴幼儿的眼球比较扁而小，眼睑皮肤也比较宽，这样就容易使眼睫毛向里倒。婴幼儿有几根柔软的倒睫毛，一般是不会损伤眼珠的，随着孩子年龄增长，鼻梁长高，睫毛还会慢慢恢复到正常方向，家长不必过分担心。如果到一定年龄，眼睫毛还是向里倒，没有恢复正常，睫毛也比较硬，刺激孩子眼睛的症状较重，这时就需要请专科医生治疗。

眼皮跳是怎么回事？

人们恐怕都有过眼皮跳的感觉，有些人只要眼皮一跳，就认为是有“祸”或有“财”，说什么“左眼跳财，右眼跳祸”，这是封建迷信的说法。眼皮跳究竟是怎么回事呢？我们知道，眼皮在医学上称为眼睑，在眼睑内有一层很薄的肌肉，叫轮匝肌，如果由于某种原因，使轮匝肌的某一部分的肌肉纤维反复收缩，眼皮就会跳，常见的诱因是睡眠不足、眼睛过度疲劳、烟酒过度等。另外，眼睛本身有近视、远视、散光或受了强光刺激以后，也可以引起眼皮跳。