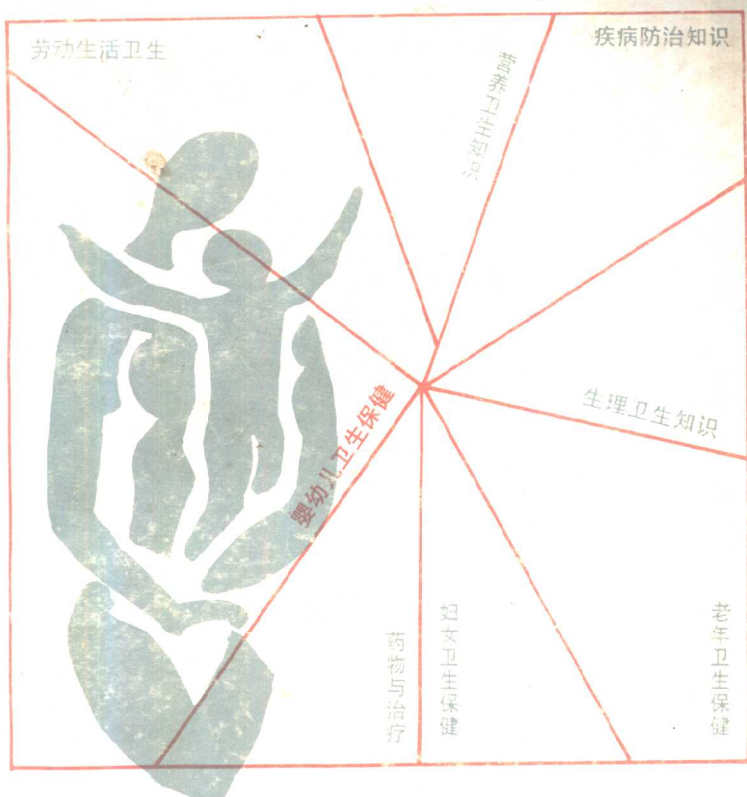


家庭卫生保健丛书



婴幼儿卫生保健

苏丽雯 路齐一 编选

中国医药出版社

家庭卫生保健丛书

婴幼儿卫生保健

苏丽雯 路齐一 编选

中国书店出版社

家庭卫生保健丛书

婴幼儿卫生保健

苏雨雯 路齐一 编选

中国医学出版社出版

(北京西城区太平桥大街4号)

河北省三河县印刷厂印刷

新华书店北京发行所发行

开本787×1092毫米1/32 印张5.625 字数169,000

1989年3月北京第1版 1989年3月第1次印刷

印数1—15,000

ISBN 7-5050-0386-0/R·15 定价 1.75元

前 言

《家庭卫生保健丛书》是一套卫生科普书。它是由苏丽雯和路齐一同志合编的。他们两人利用工作之余，经过长期的工作，从全国各地出版的卫生科普、杂志、报纸和资料中挑选、整理出这些文章，总共有一千五百余篇。其中多数文章的题目是编者加选的。文章的基本内容则是由各省市医学专家、医务工作者及科普工作者编写的。因而，从某种意义上讲，这部书又是一部上千人的大合作。书中所包括的医药卫生常识内容丰富、通俗、易懂；形式活泼、生动，在群众化方面亦做出一定的努力。

当然，书中也存在不少问题和缺点。例如，因是综合性的普及读物，所以在分类上就比较困难，编者在这方面尽管作了努力，亦欠完善，只好打破一些学科之间的界线，基本上按人们生活习惯进行编排的，当然，这也是一种尝试，希望能在今后的实践中，使书的内容和形式逐步得到改进。

希望今后我们卫生科普事业能得到更迅速的发展，为提高我国人民的精神文明和健康水平，为提高我国人民的医药卫生科学知识水平作出贡献。

吕炳奎

1月16日

编 者 的 话

《家庭卫生保健丛书》是一套卫生科普书。这套书共分八册。本册是其中之一，主要介绍婴幼儿卫生保健知识，包括新生儿保健、婴儿保健、幼儿及儿童保健、幼儿常见病防治四个方面的问题。在这册书中，我们一共选编了189个问题，参考和整理了130名人的文章或文中部分内容，他们的名单如下（以下人名按文章或基本内容的出现顺序排列）：

山 川、王丽瑛、何萃华、申文江、浦元清、娄秀珍、
刘芥华、杨 羽、赵佩云、王卫德、马荫楠、熊世杰、
李晏真、王素慧、齐 丽、季柏新、名 知、张桂森、
季秀英、朱传成、姚剑琴、柴子廉、黄光映、褚 径、
方 一、夏文高、艾信初、王殿科、梁树梅、艾 华、
姜连臣、王顺海、王鄂南、逸 群、郝如一、秀 德、
管 新、蔡国生、杨进修、郭静秋、江 涛、赵丹宁、
孙玉萍、张福娥、王执勤、知 章、喜 庆、许锦培、
章 文、杨学礼、石 学、朱升朝、袁洪业、见 吾、
邓树勋、陈佑坤、毛襄娟、俞天聚、陈广淦、徐水钦、
李历城、徐润华、曾宪清、晓 军、秀 峰、李德芬、
刘家鹤、陈广淦、徐中水、李芷春、窦光龄、郑鹏远、
李云志、吕兴久、吴应龙、白 雪、杨元德、叶德渊、
马学成、彭成新、三 水、军 岳、李德春、胡振叶、
贾河先、亦 心、洪占元、程立志、杨 澄 马振子、

张金声、尹淑珍、谢华棣、苏勤、楚音、杨玉茹、李舜伟、金力、陈泽霖、姚家蓉、李星、仲光、王德馨、张贵印、单宏权、任重文、权修文、薛军岳、张迈仑、袁仁铨、罗民冒、楚云端、于宗河、卓士昂、秦发中、于志勤、余志和、张学勤、李藏春、王永宽、罗维武、江英才、张金鉴、高其铭、齐上志、屈彩娟、谢国来、万钊、周凝香、刘蕴兰等。

以上我们所提到的这一百多人，多是医学专家、医药工作者，也有翻译和科普工作者。他们的文章为本书提供了基础，特别是一些高水平的文章，为本书增添了光彩。如果没有他们的工作，这本书是不可能问世的，为此我们向他们表示衷心的感谢！

家庭卫生保健方面的知识，内容繁多，包罗万象，为了使读者较全面地掌握这方面的科技知识，我们在其他几册书里编选了以下几个方面的内容：

妇女卫生保健，
计划生育与优生，
老年卫生保健，
生理卫生知识，
劳动生活卫生，
营养卫生知识，
疾病防治知识，
药物与治疗知识，

由于时间仓促、水平有限、资料欠缺，固此书中难免有不少错误和不足，恳请广大读者给以批评指正。我们希望广大医务工作者、科普工作者，能在这方面做出新的成绩，为

繁荣我国的科普事业，为提高中华民族的科学文化水平和健康水平而努力。

最后，对于中华全国中医学会的吕炳奎等同志的热情支持和帮助，表示衷心感谢！对于天津计划生育委员会，以及马荫楠、杨鹏等同志的热情支持和帮助，表示衷心感谢！

编 者

目 录

新生儿保健

新生儿是怎样开始呼吸的?	(1)
新生儿的呼吸和成年人一样吗?	(1)
孩子出生后应注意观察什么?	(2)
新生儿的生理有什么特点?	(2)
新生儿体温为什么不稳定?	(3)
新生儿的大、小便是什么样的?	(3)
新生儿越大越好吗?	(4)
怎样估算新生儿的“最佳状态”?	(4)
早产儿怎样护理和喂养?	(5)
早产儿用什么“补”好?	(6)
怎样估计吃母乳的孩子是否吃饱了?	(7)
新生儿为什么容易漾奶?	(7)
怎样减少或避免新生儿漾奶?	(8)
新生儿头部胎脂结痂怎样清除?	(8)
新生儿脐带脱落前应注意什么?	(9)
新生儿的皮肤为什么会发黄?	(9)
新生儿皮肤擦烂怎么办?	(10)
新生儿“乳牙早出”是病兆吗?	(11)
女婴乳头凹陷需要挤吗?	(12)
新生儿兔唇是怎样形成的?	(12)

小孩的头凶与疾病有什么关系？	(13)
青红痣是怎么回事？	(14)
新生儿有哪些常见的急症？	(15)
怎样预防新生儿冷伤？	(16)
新生儿如何预防感染？	(17)
新生儿破伤风是怎样产生的？	(17)
新生儿为什么易患败血症？	(18)
新生儿患脓疱疮怎么办？	(19)
怎样才能预防新生儿“皮下坏疽”	(19)
鹅口疮是怎么回事？	(20)
新生儿肺炎如何处理？	(21)
新生儿红屁股怎么办？	(21)
新生儿也会得溃疡病吗？	(22)
为什么不要给新生儿滥用退烧药？	(22)
新生儿穿什么样的衣服最合适？	(23)
新生儿用过的尿布如何清洗？	(23)
新生儿居室经常通风有什么好处？	(24)
新生儿夜间不睡觉怎么办？	(24)
怎样给新生儿洗澡？	(24)

二、婴儿保健

怎样喂养婴儿？	(26)
婴儿喂养得越胖越好吗？	(27)
婴幼儿消瘦是不是病？	(28)
母亲没有奶怎样喂养婴儿？	(29)
为什么婴儿不宜食过浓的奶粉？	(29)
怎样给婴儿添加辅食？	(29)

婴幼儿食物为什么不要太咸？	(30)
吃奶的孩子也需要喝水吗？	(31)
什么时候断奶最合适？	(31)
为什么夏天不宜给婴儿断奶？	(32)
怎样断奶？	(32)
为什么婴儿不宜多抱？	(33)
怎样抱孩子好？	(34)
让婴幼儿伴睡在身边好吗？	(34)
为什么不要让婴儿趴着睡觉？	(35)
婴儿的头会睡扁吗？	(36)
孩子为什么会夜啼？	(36)
怎样辨别婴儿的哭声？	(37)
怎样使婴儿安静下来？	(38)
从婴儿的大便能看出什么问题？	(38)
怎样护理婴儿腹泻？	(40)
为什么白白胖胖的婴儿也会得佝偻病？	(40)
如何矫正婴儿“歪脖子病”？	(41)
怎样护理婴儿湿疹？	(42)
婴儿患湿疹还能种痘吗？	(43)
“对眼”是怎么发生的？	(44)
婴幼儿溃疡病有什么表现？	(44)
婴幼儿先天性髋脱位怎样早期发现？	(45)
让婴儿晒太阳有什么好处？	(47)
橄榄油与婴儿发育有什么关系？	(47)
婴儿神经、精神发育有什么特点？	(48)
怎样教婴幼儿说话？	(49)

三、幼儿及儿童保健

小儿体格生长有什么一般规律？	(52)
您想知道孩子将来能长多高吗？	(53)
怎样判断孩子的生长是否正常？	(54)
幼儿神经、精神发育有什么特点？	(55)
让孩子发育得好应注意些什么？	(56)
“常带三分饥与寒”对吗？	(57)
用嚼烂的食物喂孩子好吗？	(58)
为什么不要在吃饭时训斥孩子？	(58)
纠正幼儿偏食有什么方法？	(59)
为什么儿童厌食症要用心理矫治？	(60)
怎样培养幼儿的良好饮食习惯？	(61)
怎样增进孩子的食欲？	(62)
孩子有异食癖怎么办？	(63)
小儿“苦夏”怎么处置？	(64)
为什么小孩不宜多吃冷饮？	(64)
怎样预防婴幼儿消化不良？	(65)
口服补液盐能治疗婴幼儿腹泻吗？	(66)
疳积是怎样发生的？	(67)
小儿食积发烧怎么办？	(68)
怎样为孩子测体湿？	(68)
怎样护理好发烧的病儿？	(69)
小儿为什么会低热？	(70)
小儿偏食会引起眼病吗？	(70)
斜视和弱视是怎么回事？	(71)
为什么要注意先天性青光眼？	(71)

怎样防治学生近视眼？	(72)
怎样防止学生脊柱变形？	(74)
小儿胳膊脱环应注意什么？	(75)
小儿扁平脚怎么办？	(75)
孩子得了体癣怎么治疗？	(76)
怎样注意小女孩的阴部卫生？	(77)
小儿生殖器异常怎么办？	(77)
小儿苯丙酮尿症是一种什么病？	(79)
如何防治夜尿症？	(80)
小儿先天性心脏病能用药物纠正吗？	(81)
孩子被毒虫咬伤怎么办？	(82)
何谓地方性克汀病？	(82)
怎样预防小儿肥胖症？	(84)
小儿肝大是病态吗？	(85)
怎样预防气管与食管异物？	(85)
小孩多屁是怎么回事？	(87)
小儿为什么容易脱肛？	(88)
小儿为什么会盗汗？	(89)
怎样才能使孩子有一双灵敏的耳朵？	(89)
怎样注意孩子的语言发育？	(90)
为什么会“口吃”？	(92)
“口吃”能矫治吗？	(92)
“书写疗法”为什么能治愈“口吃”？	(94)
怎样保护幼儿的嗓子？	(94)
为什么孩子感冒了不要歌唱？	(95)
儿童口疮怎样预防和治疗？	(96)

小儿流口水怎么办？	(96)
孩子睡觉咬牙是怎么回事？	(97)
当小儿牙痛时怎么办？	(98)
小孩吃糖与虫牙有什么关系？	(99)
小孩喝茶可防虫牙吗？	(100)
怎样预防儿童牙疳？	(101)
孩子的牙齿为什么会错殆或牙颌畸形？	(102)
如何做防龋保健操？	(103)
为什么要保护好“六龄牙”？	(104)
为什么不要经常给孩子吃“小药”？	(104)
给小儿吃鱼肝油注意什么？	(104)
怎样给孩子喂好药？	(105)
给儿童吃药有哪“四忌”？	(106)
幼儿教育从哪做起？	(107)
怎样发现弱智儿童？	(108)
怎样对待小儿智能不足？	(109)
小儿智能不足能预防吗？	(110)
为什么说儿童营养和智力发展成正比？	(110)
男孩与女孩的智力有无差异？	(111)

四、幼儿常见病防治

人的一生非要出一次麻疹不可吗？	(114)
怎样照料小儿过好麻疹关？	(115)
为什么要当心麻疹病儿的眼睛？	(116)
何谓丘疹性荨麻疹？	(117)
如何防治水痘？	(118)
怎样预防和治疗黄水疮？	(119)

得了腮腺炎怎么办？	(120)
怎样防治小儿感染性耳聋？	(121)
怎样防治小儿急性化脓性中耳炎？	(122)
怎样预防白喉？	(122)
链球菌、猩红热、扁桃腺三者有什么关系？ ...	(123)
怎么预防小儿呼吸道传染病？	(125)
怎么防治支气管炎？	(126)
小儿为什么易得肺炎？	(126)
怎样护理和预防小儿肺炎？	(127)
百日咳如何预防？	(128)
治疗百日咳有哪些简易方法？	(129)
小儿是如何感染结核病的？	(129)
小儿结核病怎样诊断？	(130)
小儿为什么也会患高血压？	(131)
小儿得了肝炎怎么办？	(132)
怎样防治小儿病毒性心肌炎？	(133)
如何预防小儿麻痹症？	(134)
如何预防流行性乙型脑炎？	(135)
小儿肾病综合症有哪些表现？	(136)
患肾炎应注意什么？	(137)
泌尿系感染的发病率女孩为什么比男孩高？ ...	(138)
怎样预防小儿细菌性痢疾？	(139)
小儿患暑热症怎么办？	(140)
小儿得了风湿病怎么办？	(140)
什么是小儿惊厥？	(141)
小儿为什么会惊厥？	(142)

什么是癫痫？	(143)
怎样治疗儿童多动综合症？	(144)
小孩淘气就是儿童多动症吗？	(145)
小儿贫血是怎么回事？	(146)
佝偻病应当怎样防治？	(147)
小儿得了蛲虫病怎么办？	(150)
孩子有了蛔虫怎么办？	(151)
钩虫病的症状是啥样？	(152)
小儿患痔疮病怎么办？	(154)
孩子烫着了怎么办？	(155)
玩具与传染病有什么关系？	(156)
小儿发病有哪些信号？	(156)
小便呈乳白色是病态吗？	(157)
怎样辨别小儿尿的颜色？	(157)
中医给小儿看病为什么要看指纹？	(158)
小儿有哪几种常用的预防针？	(159)
种牛痘、打预防针为什么能预防疾病？	(160)
预防接种后怎样减轻反应？	(161)

一、新生儿保健

新生儿是怎样开始呼吸的？

妊娠第17周以后，胎儿可出现微弱的呼吸运动。这可能是由于触觉刺激、缺氧或二氧化碳过多等刺激引起的。

分娩过程中，由于子宫收缩的压力，阻碍了胎盘的血液循环，使胎儿血液中的氧含量降低；同时，二氧化碳蓄积过多，刺激新生儿的呼吸中枢，引起呼吸运动。胎儿通过产道时，胸部受挤压，娩出后胸部突然扩张，也是引起呼吸的因素。温度变化和机械刺激，也能提高呼吸中枢的兴奋性。由于以上种种因素，促使新生儿在娩出后迅速开始呼吸。一般呼吸频率为每分钟40~60次。早产儿因肺扩张力差，呼吸能力低，所以呼吸快而浅，并且有时不规律。

了解新生儿的呼吸特点，应注意预防新生儿窒息的发生。首先在分娩时，不轻易给产妇使用麻醉药，以防呼吸抑制；胎儿娩出后，如发生窒息，应立即检查咽部有无异物阻塞，这时应立即排除，诱发呼吸运动。

新生儿的呼吸和成年人一样吗？

正常的新生儿出生后，马上开始呼吸。新生儿的呼吸主要依靠横膈肌的升降运动（即以腹式呼吸为主）。成年人的呼吸依靠肺部扩张即胸式呼吸为主，成年人呼吸平稳有力，每分钟16~20次左右。新生儿胸部肋间肋发育较弱，因此新

生儿包被不可太紧，否则会影响呼吸运动。由于新生儿神经系统发育不完善，对呼吸的调节也不好，所以新生儿的呼吸表浅而不规则，尤其出生头两周，呼吸频率波动大，每分钟40—80次左右，这都属于新生儿的正常现象。

孩子出生后应注意观察什么？

出生后头几天孩子容易得病，应特别注意观察孩子的变化，如皮肤、眼睛有无发黄，有无脓疱；手脚温度情况；有无畸形；脐带有无出血、出水、发红和脐带脱落情况；注意孩子吃奶，大小便等情况。如发现有异常应及时找医生诊治。

新生儿的生理有什么特点？

新生儿的胃呈水平位置，胃壁肌肉发育不全，因此容易溢奶和吐奶。只要精心护理，奶后抱起婴儿轻拍背部，吐奶是可以防止的。

新生儿在生后10小时内就应该排胎便，胎便为粘稠棕褐色或黑绿色，正常情况下生后第一天内排胎便，到2~3天是过渡胎便，以后即逐渐改为正常黄色粪便了。

新生儿的皮肤比起成人娇嫩得多，它的角质层薄，而表皮与真皮间联系不紧，所以皮肤抵抗力差，一般有稍重的摩擦都可使皮肤损伤，从而给了细菌入侵之机。细菌侵入皮肤后很易继续深入到血管并在血液中繁殖，扩散到全身引起败血症，这是非常危险的。因此对新生儿娇嫩皮肤的护理，以及对衣服、尿布的选择都是非常重要的。

新生儿皮下脂肪层薄和汗腺发育不全，所以保暖能力差，排汗、散热的能力也不好，再加上体温调节中枢发育不完善，