



儿童常见病

家庭指南



主 编：蒋泽先 王共先

编 者：陈 晓 吴冬科

〔 极力向天下父母和即将做父母的读者推荐本书 〕

家长怎么知道孩子患了病？

小儿急救的家庭应急措施有哪些？

预防儿童常见病的基本知识有哪些？

世界图书出版公司

儿童常见病家庭指南

主编 蒋泽先 王共先

编者 陈 晓 吴冬科



世界图书出版公司

西安 北京 广州 上海

图书在版编目(CIP)数据

儿童常见病家庭指南/蒋泽先,王共先主编.—西安:
世界图书出版西安公司,2007.2
ISBN 978-7-5062-8507-0

I.儿... II.①蒋...②王... III.小儿疾病:
常见病—防治 IV.R72

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 001332 号

儿童常见病家庭指南

主 编 蒋泽先 王共先
丛书策划 齐 琼
责任编辑 赵亚强
美术设计 吉人设计

出版发行 世界图书出版西安公司
地 址 西安市北大街 85 号
邮 编 710003
电 话 029-87214941 87233647(市场营销部)
029-87232980(总编室)
传 真 029-87279676
经 销 全国各地新华书店
印 刷 陕西金德佳印务有限公司
开 本 880×1230 1/32
印 张 7.5
字 数 180 千字

版 次 2007 年 2 月第 1 版 2007 年 2 月第 1 次印刷
书 号 ISBN 978-7-5062-8507-0
定 价 20.00 元

☆如有印装错误,请寄回本公司更换☆



主编寄语

一位骨科医生做爸爸了，儿子满月后，黄疸未退。他急了，以为孩子患了肝炎，就请了传染科医生抽血查肝功能，进行乙肝、甲肝、丙肝等相关检查，结果均正常。会是什么病呢？他又请来儿科医师会诊，得出正确的诊断：母乳性黄疸，是孩子食了妈妈的奶汁所致。治疗方法很简单，叮嘱年轻的妈妈停止哺母乳3天，两天后黄疸开始退了。

一位口腔科护士做妈妈了，每次宝宝发热，她就给宝宝用青霉素或先锋霉素静脉输液。她的治疗方法对吗？答案是否定的，抗生素不能乱用。发热的原因有感染的，非感染的。感染的又有可能是细菌所致，或是病毒所致，或是其他微生物引起。正确的方法是，要查明发热的原因，对症下药。

作为医务人员对孩子患病的认识尚有缺陷，何况非医务人员。而这样的情况又有多少呢？我查阅了这样一组数据：1990年我国人口普查统计显示14岁以下的儿童约三亿一千三百万人，居住在城市占14.7%，居住在乡镇占6.4%，居住在农村的占78.9%。10年后，人口普查，14岁以下儿童有两亿九千万人，而居住在农村的孩子只占了25.52%。也就是说，随着乡镇城市化和人口流动，大量农民工进城，已有3/4的儿童进入城镇居住。2006年5月25



日国务院妇女儿童工作委员会发布中国儿童发展纲要(2001—2010年)实施显示,18岁以下随父母流动的儿童是两千多万,留守在农村的儿童是两千万。换句话说,排除超生至少有两亿家庭的孩子正处在生长发育阶段。天下为父母者,哪个不爱孩子?哪个不关心孩子呢?他们感情流露的主要渠道就是倾向孩子,他们所做的一切无不是为了孩子健康地成长。但我可以毫不客气地说,在对待孩子健康成长、疾病认知的知识面上,大多数父母是缺乏的,一些年轻的父母甚至是空白的,不管是居住在别墅的白领,还是暂栖工棚的民工,他们识别和预防儿童疾病的常识和能力都十分有限。许多患儿的父母也许是某一个领域的专家,也许是某专业的硕士、博士,但他们的医学知识尤其是儿科领域的医学知识极度贫乏。我女儿是医学硕士,她做了妈妈,孩子高热时她无从下手,隔行如隔山,她对儿科不懂;我儿媳是法学学士,她哺乳孩子及对孩子健康教育的方法、识病认病的常识大都是从父母嘴里或从书本中获得的。孩子还不满周岁,一次孩子高热,昏睡无言,她因为工作忙,一天后才发现。她一摸孩子四肢发冷,被吓蒙了。老人常说,孩子无假病,如果躺下不言了,那是真病了。孩子不会自述病情,如何在孩子发病之初就发现孩子的病呢?

今天是一个竞争的时代,无论为人父母的是白领夫妇还是民工,大都是匆匆离家,匆匆返家,很少长时间顾及孩子。我当医生40年,每问及父母为什么孩子病得这么严重才抱来,他们的回答几乎千篇一律:“忙!”。每看一次病都要进行一次解释和对他们进行一次指责,每一种疾病的解



释总要重复上百次，上千次。我能不能把这些解释写成一本医学科普书呢？

我对市场上儿童保健图书进行了一次小调查，发现预防疾病和哺育保健知识的书籍很多，而防病识病的书籍极少。如何为当代父母写一本通俗易懂、识病防病、有助于儿童健康成长的科普书呢？我想我们仍然要遵循百姓健康丛书的原则：语言上要好读、好懂、好记，内容上要实在、实用、适用，同时也让读者都能买得起。我邀请南昌大学一附院儿科教授吴星恒主任、副教授陈晓主任加盟。吴星恒教授1978年考入中山大学医学院，毕业后一直从事儿科医学教学工作，有25年的丰富的临床经验。陈晓副教授毕业于江西医学院儿科系，也有20年的儿科临床教学工作经验。我们一起讨论，由陈晓执笔写出这本书稿。

我极力向天下父母和即将做父母的年轻人推荐这本书。为广大年轻父母提供有关儿童的常见病知识，普及一些医疗卫生常识，提高父母养护孩子的水平，就是本书的目的。从书中可以找到有关孩子健康成长、防病治病、配合医生治疗等方面的许多知识。孩子健康是你的希望，也是我们的希望。

蒋泽先于南大一附院

“慕容一亚” 斋

2006年6月6日



开
篇

一、家长如何知道孩子患了病 / 2

1. 听一听孩子的哭声 / 2
2. 看一看孩子的精神 / 4
3. 摸一摸孩子的体温 / 5
4. 问一问孩子的饮食 / 7
5. 查一查孩子的大小便 / 8
6. 关心一下孩子的发育 / 13

二、预防儿童常见病的基本知识 / 14

1. 教育孩子讲卫生：洗手、漱口 / 14
2. 预防疫苗：一针一粒也不能少 / 15
3. 营养：合理营养的了解 / 15
4. 习惯：良好的饮食习惯从小培养 / 17
5. 户外活动：阳光与运动的好处 / 19



三、小儿急救的家庭应急措施 / 19

1. 小儿心脏停搏的应急处理 / 19
2. 煤气中毒的应急处理 / 22
3. 哮喘持续状态的应急处理 / 23
4. 小儿外伤的应急处理 / 23
5. 气道异物的应急处理 / 25

四、怎样代孩子叙述病情 / 25

1. 从哪些方面代孩子叙述病情 / 25
2. 代孩子叙述病情的注意事项 / 27

五、家长不要为孩子乱用药 / 28

1. 家长常犯的错误之一——不对症下药 / 28
2. 家长常犯的错误之二——乱用抗生素 / 31
3. 家长常犯的错误之三——乱吃营养药 / 31
4. 家长常犯的错误之四——过于相信激素 / 32



目 录

新生儿篇

一、新生儿黄疸不退就有病 / 34

1. 生理性黄疸与病理性黄疸 / 34
2. 黄疸不退可能是哪些病 / 35
3. 黄疸持续不退的危害 / 36
4. 家长如何判断新生儿黄疸的程度 / 36
5. 新生儿黄疸妈妈要注意什么 / 37
6. 母乳性黄疸 / 38
7. 如何防治新生儿高胆红素血症 / 38
8. 注意能引起新生儿溶血和黄疸的药物 / 40

二、新生儿肺炎的预防 / 40

1. 新生儿肺炎的分类 / 40
2. 新生儿肺炎的症状 / 41
3. 新生儿肺炎的防治 / 42

三、为什么新生儿会得

败血症 / 42

1. 新生儿得败血症的感染源有哪些 / 43
2. 新生儿患败血症有哪些症状 / 44
3. 新生儿败血症的治疗 / 45



营养缺乏篇

一、维生素缺乏病 / 48

1. 维生素A缺乏病 / 48
2. 佝偻病与维生素D缺乏 / 51
3. 维生素B₁缺乏症 / 59
4. 蛋白质-能量营养不良 / 61

二、微量元素缺乏症 / 65

1. 厌食多动要查查微量元素锌 / 65
2. 营养性贫血 / 67

心肺疾病篇

一、如何发现先天性心脏病 / 72

1. 什么是先天性心脏病 / 72
2. 如何判断孩子是否患有先天性心脏病 / 73

二、感冒要防心肌炎 / 74

1. “感冒”为前驱，心损步后尘 / 74
2. 家长“三察”及早发现病毒性心肌炎 / 75

3. 如何治疗和护理病毒性心肌炎 / 77

4. 走出认识上的误区 / 78

5. 病毒性心肌炎生活须知 / 79

三、认识支气管哮喘的防治 / 79

1. 常见诱因 / 80

2. 常见症状 / 80

3. 孩子得了哮喘怎么办 / 81

4. 预防孩子患哮喘须知 / 82

四、小儿咳嗽要警惕支气管炎与肺炎 / 84

1. 咳嗽与疾病 / 84

2. 咳嗽与支气管炎和肺炎 / 85

3. 家庭护理要点 / 86

4. 肺炎的治疗要点 / 87



肠胃篇

一、认识小儿生理性腹泻 / 90

1. 认识小儿生理性腹泻 / 90

2. 引起小儿生理性腹泻的原因有哪些 / 91

3. 怎样处理小儿生理性腹泻 / 92

二、秋冬防腹泻，夏季防菌痢 / 93

1. 小儿秋季腹泻 / 93

2. 细菌性痢疾是夏秋季常见的肠道传染病 / 95

三、小儿也有溃疡病 / 96

1. 什么是小儿溃疡病 / 98

2. 引发小儿溃疡病的主要原因有哪些 / 98

3. 幽门螺杆菌导致消化性溃疡病 / 99

4. 小儿溃疡病症状 / 99

5. 小儿溃疡出血怎么办 / 100

目 录

- 6. 哪些辅助检查可以诊断小儿消化性溃疡 / 101
- 7. 小儿消化性溃疡如何治疗 / 101
- 8. 如何预防小儿消化性溃疡 / 102

四、腹痛警惕肠套叠 / 103

- 1. 肠套叠及症状 / 103
- 2. 肠套叠的治疗 / 105
- 3. 肠套叠的预防 / 105



感染篇

一、最常见的几种小儿季节性传染病 / 108

- 1. 流行性感冒 / 108
- 2. 麻疹与水痘的区别 / 111
- 3. 幼儿急疹 / 118
- 4. 流行性腮腺炎 / 119

二、父母要警惕及预防的几种传染病 / 122

- 1. 怎样预防病毒性肝炎 / 122
- 2. 警惕卷土重来的肺结核病 / 127
- 3. 怎样预防流行性乙型脑炎 / 130
- 4. 婴儿肝炎综合征 / 132

血液篇

一、儿童出血不止要验血 / 136

二、认识小儿几种常见的血液病 / 138

- 1. 血友病 / 138
- 2. 白血病 / 141
- 3. 特发性血小板减少性紫癜 / 144

三、患了白血病，不要乱投医 / 147

四、皮肤有紫癜，及时找病因 / 149

结缔组织篇

一、不容忽视的儿童川崎病 / 152

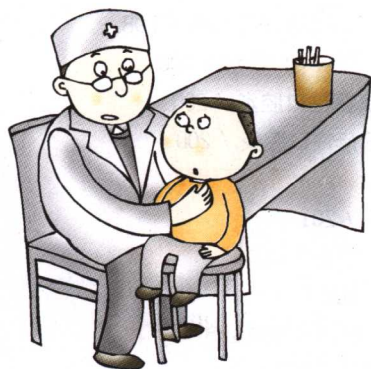
- 1. 儿童川崎病的临床表现 / 152
- 2. 儿童川崎病的治疗 / 154

二、幼年类风湿病 / 154

三、认识风湿热 / 157

- 1. 风湿热的病因 / 157
- 2. 风湿热的诊断 / 158
- 3. 急性风湿热的预后 / 159

神经内分泌篇



- 一、癫痫治疗要正规 / 162
- 二、小儿脑瘫治疗 / 165
 - 1. 小儿脑瘫早发现 / 165
 - 2. 小儿脑瘫早治疗 / 166
 - 3. 小儿脑瘫家长应注意 / 167
- 三、儿童糖尿病正在逐年增多 / 168
- 四、预防孩子性早熟 / 170
- 五、身矮痴呆警惕“甲低症” / 172
 - 1. 小儿甲状腺功能减低症的发病原因 / 173
 - 2. 小儿甲状腺功能减低症的表现 / 173
 - 3. 小儿甲状腺功能减低症的早期诊断 / 174
 - 4. 小儿甲状腺功能减低症的治疗 / 174
- 六、儿童多动症与多发性抽动症 / 175
 - 1. 何为儿童多动症 / 175
 - 2. 儿童多动症的早期表现 / 175
 - 3. 如何测定是否患有儿童多动症 / 177
 - 4. 何为儿童多发性抽动症 / 178
 - 5. 儿童抽动秽语综合征的发病原因 / 179
 - 6. 儿童抽动秽语综合征的治疗方法 / 179

肾病篇

- 一、小儿入秋要防肾炎 / 182
 - 1. 认识急性肾炎 / 182
 - 2. 急性肾炎恶化的信号有哪些 / 183
 - 3. 急性肾炎的预后 / 184
 - 4. 急性肾炎会转为慢性肾炎吗 / 184
 - 5. 急性肾炎需要注意什么 / 185
 - 6. 急性肾炎的治疗要点 / 185
 - 7. 怎样防治小儿急性肾炎 / 186
- 二、小儿肾病综合征 / 186
 - 1. 小儿肾病综合征有什么特点 / 187



目 录

- 2. 小儿得了肾病综合征怎么办 / 188
- 3. 肾病综合征的治疗要点 / 188
- 4. 肾病综合征患儿的家庭护理 / 189
- 三、尿感小儿常见病, 防治并不难 / 190

- 1. 什么是尿路感染 / 190
- 2. 为什么小儿容易患尿路感染 / 190
- 3. 尿路感染的途径 / 191
- 4. 尿路感染的主要表现 / 191
- 5. 怎样判断小儿患有尿路感染 / 192
- 6. 治疗小儿尿路感染应彻底 / 192
- 7. 小儿尿路感染的预防要点 / 193

四、小儿遗尿与神经性尿频 / 193

- 1. 如何诊断孩子患有遗尿症 / 194
- 2. 儿童遗尿症的治疗 / 194
- 3. 小儿神经性尿频的治疗 / 195



耳鼻喉篇

一、定期看牙防龋病 / 198

二、常见的口腔炎 / 200

- 1. 真菌性口腔炎 / 200
- 2. 疱疹性口腔炎 / 200

三、说话不清是否迟剪了舌系带 / 201

四、防止儿童鼻腔和气道异物 / 202

五、防止儿童用药引起药物性耳聋 / 203

六、托儿所中的红眼病 / 205

智力篇

一、请关注孩子的智力 / 208

二、神童的大脑与众不同吗 / 211

三、科学喂养是孩子变聪明的物质基础 / 212

四、教育是孩子变聪明的保证 / 214

- 1. 胎教 / 215
- 2. 学龄前早期教育 / 217

五、如何提高儿童免疫功能 / 219

- 1. 免疫功能的组成 / 219
- 2. 影响免疫力的因素 / 220
- 3. 如何提高小儿免疫力 / 220

六、喂养体弱儿的注意事项 / 224

参考文献 / 226

后 记 / 227

开

篇

如今，中国的年轻父母大多只有一个孩子。面对独一无二的“宝贝”，该如何让他健康地成长呢？这是所有年轻父母都十分关注的问题。年轻父母对养护孩子没有什么经验，在孩子的吃饭穿衣等问题上容易走进误区。一旦遇到意外情况更是不知所措。

我们经常碰到这种情况：父母慌慌张张地抱着孩子来看病，但是孩子并没有病，只是出现了生长发育中的一些看似“异常”的现象而已。孩子真正得病时，有的家长又不能及时发现，发现后更不知如何护理患病的孩子，服药及饮食不当，反而加重了孩子的病情。以上情况，都是因为父母对孩子生理和病理知识的匮乏造成的。



rtang

儿童

常见病家庭指南
Changjianbing Jialing Zhinan

当前，在看病时，医生不可能对父母的所有疑惑逐一解答，另外，有少部分医生的工作态度不够认真，对孩子的看似“异常”的现象给予“治疗”，反而给孩子增加了不必要的痛苦。

一、家长如何知道孩子患了病

小儿并非成人的简单的缩影，在临床上，小儿与成人的解剖生理有很多不同之处，年龄越小，差别越大。表现在疾病的种类、病理、临床表现以及预后等各个方面，构成了小儿自身的特点。父母可以从这些特点入手，去观察自己的孩子是否患了病。儿童因为年龄小不会说话或不会表达，病了无法告知父母，只能通过表情、行为、情绪等表答，作为父母就要善于观察，注意这些变化。

1 听一听孩子的哭声

哭是孩子的本能，也是他们表达情感和需求最重要的一种方式。在孩子出生后的第一年，当他还未学会用语言或肢体动作来表达他的情绪或需要时，他们只能用哭泣来表示。孩子哭泣所代表的信息是多层面的，大约可分为生理需求、心理反应和病理状况3种，表达这3种状况或需求的哭法是不同的。

➤ (1) 生理需求

对于尿布脏了或湿了，饿了，渴了，痒了，太热或太冷，太吵，光线太亮或太暗等不适，婴儿都用哭声来表达。与婴儿朝夕相处的母亲只要仔细倾听，就能分辨引起的原因。满足婴儿的要求后，婴儿就会停止哭闹。因此，这类哭泣是比较好解决的。



➤ (2) 心理需求

每个孩子的气质都不同，有的孩子动不动就大哭大闹，有的孩子却常常是笑容满面，父母应该多观察孩子的行为表现，了解他们先天的气质。爱哭泣的孩子比较黏人，易受惊吓，是性格上比较敏感或坚持度高、适应性差的类型。这类孩子表达心理需求的哭声比较轻、低，甚至会盯着成人或伸出双手表示他想要被抱，想要有人陪他玩。对于这种哭，父母只要抱抱他、逗逗他，就可万事大吉了。3~6个月时，婴儿开始熟悉亲近的人，高兴就笑，不高兴就哭。6个月以后，婴儿对四肢的控制更成熟，表情也更丰富，因此表达情绪时哭泣的比例增加，不满、失望、害怕、生气、挫折感等都是哭泣的原因。当被成人拥抱时，孩子能感到满足与愉悦，所以父母应该抱抱孩子，让孩子感到被关爱，这对他日后的情绪发展有良好的启发。

另外，还有一种哭闹是由父母管教不当导致的。孩子在与父母的互动中，会以一定的方式探测父母的反应，如果这种方式很“管用”，那么孩子就会采用这种表达方式达到自己的目的。例如，如果孩子一哭闹父母就给他玩具、糖果，那么日后孩子就会以哭闹的方式来“谋取”玩具、糖果，达到自己的目的。这种哭闹主要见于稍大的孩子。

➤ (3) 病痛

假如孩子的哭声比平常尖锐、凄厉，或哭闹时还伴随握拳、蹬腿、烦躁不安，不论如何也无法让他安静下来，那么孩子可能是生病了。当身体不适引起疼痛时，不会说话的婴儿就用肢体语言和哭声来表达。各种系统的疾病，只要引起不适，孩子都会用哭声来表达，而且这种哭声往往不同于一般的哭声。常见的导致婴儿哭闹的疾病如下：

- ① 口腔溃疡或咽部溃疡 哭闹发生在喂奶或进食时。
- ② 腹痛 肠套叠、急性阑尾炎、嵌顿性疝等都会引起哭闹，



rtang

儿童

常见病家庭指南
Changjianbing Jialing Zhinan

但各有特点。肠套叠时的哭闹是阵发性的，孩子面色苍白，不哭闹时两下肢蜷曲，靠近腹部，同时伴有呕吐，排果酱样的大便；急性阑尾炎时的哭闹是持续性的，孩子不让别人摸腹部，如果阑尾穿孔，哭闹更加剧烈；嵌顿疝是指肠子嵌住了，腹痛剧烈，伴有呕吐，孩子常常用双手抚着嵌顿的腹股沟处，可在患处摸到嵌顿的肠管。

3. 鼻塞 鼻塞的孩子吃奶时不能呼吸，故常吃几口奶后哭几声，哭几声后又吃几口奶，不吃奶时则不哭闹。

4. 头痛 各种原因引起的头痛都会使孩子哭闹，脑膜炎或者新生儿颅内出血时，孩子的哭声短促而尖利。

5. 中耳炎 患中耳炎时，孩子耳朵贴近母亲身体时就哭，牵拉其耳屏时哭闹更厉害。

6. 其他 如尿布皮炎、皮肤溃烂、虫咬等。

对初为父母的人来说，婴儿(尤其是新生儿)的哭闹常常让他们感到手足无措。不过，与孩子打交道时间长了，父母们就能充分了解孩子哭声传达的信息。当孩子哭时，一定要弄清孩子的哭因。如果属于生理方面的或心理方面的，是正常的，就要用关爱的态度去安抚和满足他们；如果是疾病引起的哭闹，则必须请医师诊治。

24 看一看孩子的精神

从精神变化能看出宝宝是否生病。健康宝宝在他的需求得到满足后，精神饱满、两眼有神、不哭不闹，容易适应环境。生病的孩子情绪往往异常。宝宝烦躁不安、面色发红、口唇干燥，表示发热；目光呆滞、两眼直视、两手握拳，常是惊厥预兆；哭声无力或一声不哭往往提示病情严重。除以上明显征兆外，宝宝还可能表现出表情淡漠、不愿说话、不喜欢活动，或烦躁不安，或



时时哭吵。父母要仔细观察，及时发现，及时就诊。

“活动力变化”也是判断宝宝生病的重要因素。因为孩子不懂得假装，所以得病后的不舒服会明显反映在活动力的改变上。因此，父母应多观察孩子日常的活动力情况，比如，精神状况如何，孩子的作息时间和平常食量多少，一旦掌握了孩子健康时的情况，那么就能很容易地比较出生病时的不佳状况了，大部分疾病的表现都包括精神不振，这需要和平时的表现做比较。

爱心贴士

对于宝宝因疾病而产生的情绪反应，父母一定不要对其呵斥，一方面要予以理解，另一方面更要爱护。因为疾病和情绪可以相互影响，疾病会使宝宝的情绪发生变化，而不良情绪又会加重病情。



3 摸一摸孩子的体温

人的正常肛温为 $36.5^{\circ}\text{C} \sim 37.5^{\circ}\text{C}$ ，口温为 37°C 以下，腋下及颈温为 $36^{\circ}\text{C} \sim 37^{\circ}\text{C}$ 。正常情况下，孩子一天之中的体温是波动的，清晨最低，下午 4~8 时最高。一天之内体温的波动幅度在 1°C 之内。

➤ (1) 测体温

测量体温的方法很多，应根据年龄选择。测体温之前，要检查一下体温计上的水银线是否在 35°C 以下。每次测量完毕后，应将体温计的水银线甩至 35°C 以下，然后用冷水洗净，再消毒。消毒时可用 1% 消毒灵浸 30 分钟，或用 75% 酒精浸泡 3 分钟。然后取出，用冷开水冲洗。

① 腋温与颈温 测量腋下或颈温比较适合于新生儿。先擦干

开

篇