

现代

XIANDAI ERTONG BAOJIAN

戴光霞 张 丽 王兴伟 主编

儿童保健



第二军医大学出版社



现代儿童保健

主 编 戴光霞 张 丽 王兴伟

第二军医大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

现代儿童保健/戴光霞,张丽,王兴伟主编. —上海:第二军医大学出版社,2007.8

ISBN 978-7-81060-740-7

I. 现… II. ①戴…②张…③王… III. 儿童-保健 IV. R179

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 068732 号

责任编辑 沈彬源

现代儿童保健

主编 戴光霞 张丽 王兴伟

第二军医大学出版社出版发行

上海市翔殷路 800 号 邮政编码:200433

电话/传真:021-65493093

全国各地新华书店经销

临沂金山实业有限公司印刷

开本:850×1168 mm 1/32 印张:12.375 字数:321 千字

2007 年 8 月第 1 版 2007 年 8 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-81060-740-7/R·560

定价:25.00 元

参加编写人员名单

主 编 戴光霞 张 丽 王兴伟

副主编 曹淑芹 颜晓菊 朱云霞

编 者 (按姓氏笔画为序)

马晓欣 王 芳 王金丽

任广艳 刘光芹 杜 萍

张明颖 赵春兰 胡玉芝

唐凤霞 韩保稳 潘树艳

廖希玲 薛永珍

前 言

儿童是祖国的希望和未来,儿童的健康成长,不仅是父母的希望、家庭的幸福,也是国家和民族发展的希望和未来。我国当前独生子女的比例日益增加,孩子成为父母生活中的焦点,儿童的生长发育、营养保健、早期教育、疾病防治和社区保健等方面的需求越来越高,父母对抚养和教育子女的观念和方式正在发生深刻的变化。因此普及儿童卫生保健常识,进一步推动我国儿童保健事业的发展,是我们医务人员的神圣职责。

作者长期从事儿童身心疾病预防、保健、临床工作,以丰富的临床实践为基础,参阅了国内外大量文献资料,力求写出一本能较全面反映儿童保健领域的新进展、新经验、新技术的新作。本书以促进儿童身心健康发展为目标,努力服务于儿童为宗旨,贯彻科学性、创新性和实用性,重点介绍了儿童生长发育、营养保健、疾病预防、心理行为障碍等方面内容。本书通俗易懂、深入浅出,可作为儿童保健人员和临床心理卫生工作者的参考书,亦可供家长学习阅读,以丰富优生优育科学知识,了解儿童生理、心理发育特点,预防和识别儿童的生理、心理行为问题,并配合医生有效地治疗,更好地提高儿童身体及心理素质。

本书的完成,倾注了全体编写人员大量的心血,大家

在任务重、时间紧的情况下,齐心协力克服了诸多困难,得到了参编人员的单位领导及许多老专家的热情支持,在编写过程中,出版社的同仁亦给予悉心指导。在此,编者谨向关心、支持此项工作的单位及老专家、老前辈深表谢意。

由于时间仓促、学识水平有限,本书难免存在一些不妥之处,恳请广大读者提出宝贵意见。

编 者

2007 年 4 月

目 录

第一章 绪论	(1)
第一节 儿童保健的重要性和特点	(1)
第二节 儿童保健工作的任务	(2)
第三节 儿童各年龄分期的特点与保健	(5)
第二章 儿童生长发育	(12)
第一节 体格生长	(12)
第二节 神经心理发育	(24)
第三节 影响生长发育的因素	(45)
第三章 小儿营养	(50)
第一节 营养基础	(50)
第二节 胎儿期孕母营养	(61)
第三节 婴儿喂养	(64)
第四节 1岁以上各年龄期儿童膳食安排	(82)
第五节 儿童的饮食行为和干预	(84)
第四章 儿童免疫	(90)
第一节 儿童免疫的特点	(90)
第二节 抗感染免疫反应	(96)
第三节 预防接种	(99)
第四节 免疫增强剂	(113)
第五章 儿童心理发展	(116)
第一节 婴儿期的心理发展	(116)
第二节 幼儿期的心理发展	(125)

第三节	童年期儿童的心理发展	(133)
第四节	青少年的心理发展	(140)
第六章	儿童品行障碍	(151)
第七章	儿童一般行为障碍	(161)
第一节	吮吸手指	(161)
第二节	咬指甲	(163)
第三节	发脾气	(163)
第四节	屏气发作	(165)
第五节	习惯性擦腿动作	(166)
第六节	电子游戏及网络成瘾	(168)
第八章	儿童心理行为障碍	(173)
第一节	孤独症及其他广泛性发育障碍	(173)
第二节	学习障碍	(180)
第三节	注意缺陷多动性障碍	(192)
第四节	儿童情绪障碍	(204)
第五节	抽动障碍	(226)
第九章	儿童进食障碍	(236)
第一节	神经性厌食	(236)
第二节	神经性呕吐	(241)
第三节	偏食	(243)
第四节	异食癖	(246)
第十章	儿童排泄障碍	(249)
第一节	神经性尿频	(249)
第二节	功能性遗尿	(251)
第三节	功能性遗粪	(254)
第十一章	睡眠障碍	(257)

第一节	概述	(257)
第二节	发作性睡病	(262)
第三节	阻塞性睡眠呼吸暂停综合征	(268)
第四节	小儿其他常见睡眠问题	(271)
第十二章	心理咨询	(277)
第十三章	心理治疗	(284)
第一节	概述	(284)
第二节	分析性心理治疗	(287)
第三节	集体心理治疗	(289)
第四节	行为治疗	(292)
第五节	认知疗法	(301)
第六节	家庭治疗	(304)
第十四章	儿童保健措施	(309)
第一节	生长监测	(309)
第二节	定期健康检查	(312)
第三节	儿童发育筛查	(316)
第四节	听力保健和眼保健	(322)
第五节	体格锻炼	(325)
第六节	早期教育	(337)
第七节	其他保健措施	(349)
第十五章	胎儿期保健与围生医学	(351)
第一节	胎儿期保健的目的及意义	(351)
第二节	胎儿期危险因素	(351)
第三节	胎儿监护	(354)
第四节	胎儿保健	(358)
第五节	分娩中的胎儿保健	(362)

第六节	围生期新生儿保健	(364)
第十六章	青春期保健	(366)
第一节	青春期营养	(366)
第二节	青春期心理保健	(369)
第三节	青春期生殖健康	(372)
第十七章	儿童保健健康教育	(377)
第一节	儿童保健健康教育的重要性及内容	(377)
第二节	儿童保健健康教育的方式与实施	(380)
参考文献		(384)

第一章 绪 论

第一节 儿童保健的重要性的特点

一、儿童保健的重要性

我国儿童占全国总人口的 1/3，儿童的身心健康直接关系到民族的素质和国家的兴亡。不健康的儿童很难成为精力旺盛且有创造能力的人才。2003 年 12 月，中国残疾人联合会等有关部门公布的一项抽样调查结果显示，中国 0~6 岁儿童的残疾现患率为 1.362%。依此比率，根据 2000 年第五次全国人口普查人口数推算，全国有 0~6 岁残疾儿童 139.5 万，其中单一残疾 107.1 万，综合残疾 32.4 万。在五类残疾儿童中，智力残疾所占比例最高，占 54.21%，肢体残疾 24.69%，听力残疾 9.00%，视力残疾 6.20%，精神残疾 5.91%。这将给家庭和社会造成极大的精神、心理和经济负担。因此，我国政府提出“大力推行优生优育，加强妇幼保健”的号召，可见其意义何等重要。

随着我国计划生育工作的开展，每个小家庭都希望拥有一个健康聪明的孩子，这就给儿童保健工作提出了更高的要求。为此，儿童保健工作不仅仅是为胎儿出生后的医疗保健服务，而是从胎产期就开始进行一系列的保健工作，进而达到优生优育和提高人口素质的目的。

儿童保健工作应根据儿童生长发育的特点，开展儿童保健和医疗服务，保证和促进儿童身心健康发育，降低儿童疾病的发病率和死亡率。

二、儿童保健的特点

儿童保健具有以下特点:

(1) 研究和服务对象年龄跨度大、变化多 ①包括从生命开始(胎儿期)到发育成熟(青春期),即 18 岁以下的儿童和少年,均属于儿童保健的管辖范围,其中以 17 岁以下儿童为保健的重点。②儿童正处于不断生长发育动态平衡中,变化多而快,不同年龄阶段有不同的特点,年龄越小身心发育越不完善,是易受内外环境不利因素侵扰的脆弱人群。③保健服务对象面广,既面向群体,又面向个体;既管理健康儿童又诊治患病儿童。

(2) 服务措施和研究方向的多样性 这不仅要采用多种防病治病手段,而且还要应用对健康有利的促进性干预措施(如提倡母乳喂养、平衡膳食、普及计划免疫、体格锻炼、健康教育、推行生长发育监测、各种早期筛查等)。

(3) 多学科、跨学科的特性 儿童保健学科与妇产科、优生遗传学、营养学、心理学、教育学、医学社会学等密切相关。只有各学科之间相互渗透、共同提高,才能拓宽和深入做好儿童保健工作。

(4) 儿童保健工作的群众性特征 采取多种形式向社会、家庭、父母进行科学育儿以及防病治病知识的宣传,使广大群众能了解妨碍儿童生长发育、营养不良与儿童疾病及死亡的关系,千方百计地减少发病率和死亡率,提高儿童的健康水平。还应将母乳喂养、计划免疫、生长发育监测、儿童疾病综合管理、口服补液治疗腹泻等知识和技能传授给家长,实行家庭卫生保健,提高群众自我保健能力,以便配合妇幼保健部门开展儿童保健工作。

(戴光霞)

第二节 儿童保健工作的任务

儿童保健工作的首要任务是要降低婴儿、5 岁以下儿童的死亡率,保障儿童生存。婴儿死亡率(简称 IMR)是指某年每千名活产

婴儿中从出生到不满 1 岁时的死亡率。5 岁以下儿童死亡率(简称 U5MR)表示每千名活产婴儿中从出生到不满 5 岁时的死亡率。联合国儿童基金会(UNICEF)用 U5MR 作为衡量儿童生存状况的主要指标。

一、儿童健康状况

儿童保健工作的第二项任务是预防儿童时期的常见病,减少发病率,保护儿童健康。儿童健康状况的分析,需要从以下几个方面进行,主要包括儿童营养状况、儿童体格发育水平和儿童时期常见病发病率的调查等。

营养不良的定义:①低体重到中重度营养不良:比标准人群(参照人群,下同)年龄别体重均值低 2 个标准差以下。重度:比标准人群年龄别体重均值低 3 个标准差以下。②消瘦到中重度营养不良:比标准人群身高别体重均值低 2 个标准差以下。③生长迟缓到中重度营养不良:比标准人群年龄别身高均值低 2 个标准差以下。

为掌握中国儿童生长发育和营养状况的现状及变化趋势,1975、1985、1995 年分别在相同的城郊对 7 岁以下儿童采取随机整群抽样方法进行调查。结果表明:1995 年 9 市儿童的体重、身高和坐高值与 1985 年比有明显增高;头围、胸围的变化不大;体重、身高的城郊差别进一步缩小,地区差别也有逐渐缩小趋势,但在北部、中部地区大于南部地区。结论是 9 市城郊 0~7 岁儿童的生长水平和营养状况较 10 年前又有明显提高,郊区儿童的 10 年增长速度赶上和超过城区儿童。

以疫苗可以预防的 4 种传染病(麻疹、脊髓灰质炎、百日咳、白喉)的发病,实行计划免疫后 12 年(1982~1993 年)与实行计划免疫前 12 年(1970~1981 年)相比,麻疹、脊髓灰质炎、百日咳、白喉四种传染病的发病和死亡总数,分别下降了 90%和 89%。

儿童单纯性肥胖已成为威胁儿童身体健康的因素之一。加强

母乳喂养的同时加强关于平衡膳食的健康教育,用以防止肥胖和营养不良的发生是长期的工作任务。

环境铅污染对儿童健康的危害已引起儿科医学界的重视。上海、北京等地的调查研究结果表明:在现阶段,特别是在工业化城市中,儿童血铅过高已成为普遍的问题。

二、儿童心理行为的健康发展

儿童保健工作的第三项任务是要加强儿童心理行为保健,促进儿童心理行为健康发展。

儿童心理行为保健是一项综合系统工程,它涉及儿童教育(特别是早期教育、幼儿教育)、儿童心理、发育及行为儿科、儿童保健等学科,以促进儿童心理行为健康发展和防止儿童心理行为出现偏离及障碍为目标。

20世纪80年代,各地开展了0~14岁儿童智力低下流行病学调查。而后,开设了儿童智力发育迟滞检查和干预门诊以及儿童心理咨询门诊等;开展了儿童气质、儿童行为问题及儿童社会适应能力的调查研究。

气质是人的个性心理特征之一,是个体心理活动的稳定的动力特征。主要表现在心理活动的强度、速度、稳定性、灵活性和指向性上。儿童气质影响到儿童的心理活动和行为,是个性发展的基础,气质是儿童正常行为不同的表达方式。Thomas等根据不同的气质特征将儿童气质划分为5种类型:平易型(easy)、麻烦型(difficult)、发动缓慢型(slow to warm up)、中间偏易型(intermediate-low)、中间偏麻烦型(intermediate-high)等。研究儿童气质的意义在于:①使成人自然地正确对待儿童的气质特点;②针对儿童的气质特点进行培养和教育。

适应行为是指个人独立处理日常生活与承担社会责任达到他的年龄和所处社会文化条件所期望的行为。目前,我国有些儿童在其心理行为的发展过程中存在着不同程度的发展偏离和心理行

为障碍,这是由于遗传和环境因素在发展过程相互影响和适应的结果。

(戴光霞)

第三节 儿童各年龄分期的特点与保健

一、胎儿期特点与保健

胎儿期特点:从受精卵迅速分化,到初具人形的阶段称为胚胎发育期,通常是指受精后的前8周。在第3~8周是胚胎细胞高度分化期,对大部分致畸因子都高度敏感,能产生许多缺陷及畸形。因此,将此期称为敏感期。从第9周起到婴儿出生为止为胎儿期,此期是以组织及器官的迅速生长和功能渐趋成熟为特点。

胎儿期保健是通过对孕母的保健,达到保护胎儿宫内健康发育生长,直至安全娩出。胎儿期保健的重点在于预防。

1. 预防先天性发育不全孕妇应注意如下事项 ①预防各种病毒及原虫的感染;②患病应积极治疗,要谨慎用药,患病时应在医生指导下用药,不可滥用;③避免放射线照射;④避免接触铅、汞、苯、有机磷农药等化学物质或被化学物质污染的环境,防止中毒;⑤保证充足的营养、热能及维生素、铁与锌等微量元素的供给;⑥应禁酒、禁烟;⑦保持愉快情绪。

2. 预防遗传性疾病 应避免近亲结婚,有遗传性疾病家族史者怀孕后可通过遗传咨询,预测风险和产前诊断,以决定胎儿是否需要保留。

3. 预防早产 早产的原因很复杂,常与孕母患各种疾病如妊娠并发症,急、慢性疾病等有关,故预防早产必须重视定期产前检查,发现危险因素即应加强监护,积极处理,防止给胎儿造成危害而引起早产。

4. 加强孕母营养 胎儿最后3个月生长发育迅速,尤其是脑的发育明显加快。孕母后期应加强营养供应,以保证胎儿生长发

育及分娩后授乳营养的储备。孕后期胎儿骨髓发育加快,足月儿骨骼的钙盐 80%是后 3 个月从母体获得,钙与维生素 D 不足,易引起新生儿低血钙或胎儿性佝偻病。孕后期 3 个月膳食中,以中等活动强度为例,几种主要营养素的每日参考摄入量为:热能 10.46 MJ(2 500 kcal),蛋白质 90 g,钙 1.2 g,铁 35 mg,维生素 C 130 mg,维生素 A 900 μ gRE(3 000 IU),维生素 D 10 μ g(400 IU)等。

二、新生儿期特点与保健

(一)新生儿期特点 从胎儿娩出断脐时起到不满 28 天为新生儿期;出生后不满 7 天的阶段称早期新生儿。新生儿期是婴儿出生后适应环境的阶段,生理上出现血液循环的改变和自主呼吸的建立;其他功能也逐渐完善,此期发病率高,常见者有早产、宫内生长障碍、窒息、产伤、感染、先天畸形等。国内外早期生命统计资料表明,新生儿期死亡人数占婴儿期死亡总数的 60%~70%,生后 7 天以内死亡者,又占新生儿期死亡总数的 70%左右。

(二)新生儿期保健

1. 出生时保健

(1)新生儿娩出后迅速清除口腔内黏液,保持呼吸道通畅,预防早期新生儿缺氧、窒息。

(2)注意保暖,预防寒冷损伤综合征(硬肿症)。

(3)预防感染 ①断脐要求严格无菌技术操作。之后,脐带护理要求脐残端清洁干燥;②用消毒的纱布沾温开水(或植物油)轻轻擦净头皮、耳后、面部、腋部皮褶处的血迹;③用 0.25%氯霉素滴眼液滴眼。

2. 新生儿日常生活保健

(1)保暖 新生儿居室温度以 20~22℃、湿度以 55%为宜,衣被要轻软,要能保暖。要随着气温高低,调节室内温度、湿度及衣被。

(2)喂养 尽早吸吮母亲的乳头,以促进母乳分泌。鼓励母乳喂养,按需哺喂。

(3)护理 ①衣服和尿布要用柔软的棉布制作。衣服宜宽大，易穿易脱，冬衣要能保暖。尿布要勤换勤洗，预防红臀。②清洁卫生，脐带脱落前可用淋水沐浴或用植物油轻擦皮肤皱褶处；脐带脱落后可放入盆中洗澡，用中性肥皂，动作要轻，洗毕用干毛巾沾干皮肤，以免擦伤皮肤。脐部皮肤应加强护理，经常保持臀部和会阴部皮肤清洁干燥。③睡眠，最好达 20 小时，睡时要变换体位，不要长时间仰卧，以俯卧为好，不要枕头，喂奶后宜向右侧卧，减少不必要的操作。

(4)预防感染 新生儿居室应保持清洁卫生，谢绝亲友探望，有病者不能接触新生儿，母亲患感冒喂奶时要戴口罩。新生儿要尽早接种乙型肝炎疫苗和卡介苗。

(5)促进感知觉发育 母亲经常轻柔地抚摸新生儿，和他说话，用彩色的玩具逗逗他，以促进视、听、触觉的发展。

(6)筛查先天性代谢缺陷病。

三、婴儿期特点与保健

(一)婴儿期特点

生后第 1 年为婴儿期。婴儿的特点是体格生长迅速，一年中身长比出生时增加 50%，体重增加 2 倍，萌出几颗乳牙。脑发育很快，1 周岁时运动发育已达到有利于接触周围人物的水平，如能坐，开始学走，能用拇指捏小珠，并能听懂一些话和有意识地发几个音。此期易患的疾病为消化紊乱及营养不良等，后半年因从母体获得的被动免疫逐渐消失而易得急性传染病。

(二)婴儿期保健

1. 合理喂养 4 个月以内鼓励用母乳喂养。4 个月后开始逐渐增加。添加辅助食品，由一种到多种，由少量开始逐渐增加、添加辅助食品时应注意观察婴儿的食欲及消化功能，防止发生消化不良和腹泻。

2. 促进感知觉发展 婴儿期是感知觉发展的快速时期。要利用带有声、色的玩具促进感知觉发展，要结合 1 日生活教育训练他们认识周围的人和物，培养他们的观察力。