



华人 育儿百科

Encyclopedia of
Parenting

为华人量身定制的育儿指南
送给新父母的最佳礼物

300

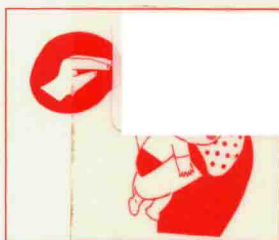
个常见
育儿问题

70

种婴幼儿
常见疾病

24

个促进幼儿发育
的小游戏



百位儿科学专家与一线医护人员合力撰写
针对 0~6 岁婴幼儿，提供全方位医疗与教养对策



台湾前长庚儿童医院院长 林泰延
台湾长庚纪念医院儿科医疗团队

著

北京新世纪儿童医院医疗网络儿科医师 崔克西 | 审校



北京联合出版公司
Beijing United Publishing Co., Ltd.

华人

Encyclopedia of
Parenting

为华人量身定制的育儿指南
送给新父母的最佳礼物

育儿百科

300

个常见
育儿问题

70

种婴幼儿
常见疾病

24

个促进幼儿发育
的小游戏

台湾前长庚儿童医院院长 林奏延 |
台湾长庚纪念医院儿科医疗团队 | 著

北京新世纪儿童医院医疗网络儿科医师 崔克西 | 审校



北京联合出版公司
Beijing United Publishing Co., Ltd.

图书在版编目 (CIP) 数据

华人育儿百科 / 林奏延, 台湾长庚纪念医院儿科医疗团队, 周育如著.

—北京: 北京联合出版公司, 2016.10

ISBN 978-7-5502-8547-7

I. ①华… II. ①林… ②台… ③周… III. ①婴幼儿—哺育—基本知识 IV. ①TS976.31

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 219023 号

版权所有© 林奏延

本书版权经由亲子天下股份有限公司授权

银杏树下 (北京) 图书有限责任公司出版简体版权,

委任安伯文化事业有限公司代理授权

非经书面同意, 不得以任何形式任意重制、转载。

华人育儿百科

著 者: 林奏延 等

选题策划: 后浪出版公司

出版统筹: 吴兴元

责任编辑: 张 萌

特约编辑: 刘昱含

营销推广: ONEBOOK

装帧制造: 墨白空间·张 莹

北京联合出版公司出版

(北京市西城区德外大街 83 号楼 9 层 100088)

北京天宇万达印刷有限公司印刷 新华书店经销

字数 593 千字 720 毫米 × 1030 毫米 1/16 32.5 印张

2016 年 12 月第 1 版 · 2016 年 12 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5502-8547-7

定价: 98.00 元

后浪出版咨询(北京)有限责任公司 常年法律顾问: 北京大成律师事务所 周天晖 copyright@hinabook.com

未经许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书部分或全部内容

版权所有, 侵权必究

本书若有质量问题, 请与本公司图书销售中心联系调换。电话: 010-64010019

本书审阅者

吴佑佑（同为本书作者）

现 职：宇宁身心诊所负责人

简 历：南康涅狄格州立大学特殊教育研究所硕士、台湾中国医药学院医学系医学士、耶鲁大学儿童研究中心研究员、林口长庚儿童医院儿童心智科主任

周怡宏（同为本书作者）

现 职：周怡宏小儿科诊所院长、台北中山医院小儿科兼任主治医师

简 历：台湾大学医学系医学士、美国农业部儿童营养研究中心访问医生、敏盛医疗体系妇幼系总监兼总院副院长、长庚儿童医院新生儿科主任与儿童内科部主任

林瑞莹（同为本书作者）

现 职：林口长庚纪念医院新生儿科主治医师、长庚大学助理教授

简 历：台北医学院医学系医学士、林口长庚纪念医院新生儿科主任、宾夕法尼亚州立大学医学院临床助理教授、宾夕法尼亚州立大学费城儿童医院研究员及主治医师

邱政洵

现 职：林口长庚纪念医院儿童内科部主任、长庚大学医学系教授

简 历：长庚大学临床医学研究所博士、台湾中山医科大学医学系医学士、英属哥伦比亚大学博士后研究员、台湾感染症医学会秘书长

黄美涓（同为本书作者）

现 职：桃园长庚纪念医院院长、台湾复健医学会理事长

简 历：台湾大学医学系医学士、西北大学芝加哥复健学院研究员、梅约医学中心生物力学实验室研究员、长庚大学复健科学研究所所长、2010 年“台湾医疗典范奖”得主

赵舜卿（同为本书作者）

现 职：林口长庚纪念医院儿童胃肠科主任、长庚大学医学系副教授

简 历：台湾中国医药大学医学系医学士、加州大学洛杉矶分校儿童胃肠肝胆营养学研究员，曾参与台湾儿科医学会“台湾儿童肥胖与儿童喂食困难治疗方针”的制定

本书作者群

王辉雄
王锦满
朱世明
江明洲
江东和
吴志德
吴昌腾
吴哲民
李文益
李冠逸
李筱蓉
李嘉惠
辛宜蓉
孟令夫
林光麟
林宜君
林俏汎
林思偕
林淑芳
林淑雯
林凯慧
林钰珊
施一新
洪悠纪
倪信章
夏绍轩
徐任甫

翁逸豪
高宜娟
高轩楷
张北叶
张敏玉
张钧竹
张嘉猷
张学岑
梁歆宜
庄智贤
许凯翔
郭贞嫻
陈世彦
陈世翔
陈志诚
陈志荣
陈芊卉
陈宜纶
陈怡玲
陈姿吟
陈建彰
陈美慧
陈郁文
陈嘉玲
陈丰顺
傅仁輝
程劭文

黄玉成
黄玉书
黄芳仪
黄冠颖
黄建富
黄健榮
黄绍基
黄琦棻
黄新纯
黄璟隆
黄钟莹
杨兆平
杨秀云
杨孟玲
杨美玲
杨瑞永
杨鹏弘
詹翔琳
欧良修
欧阳美珍
蔡明翰
蔡荫玲
郑秋凤
郑博仁
郑积慧
郑鸿卫
赖明玮

骆至诚
谢育嘉
谢依璇
谢孟颖
谢明慧
钟宏涛
钟美勇
简邵如
颜大钦
魏白宜
魏欣怡
罗福松
苏文鈔
苏绣雅

儿科医生给家长的一封信

亲爱的家长：

您好！

“每个孩子都是父母眼中的心肝宝贝”，这句话，除了您自己之外，最有体会的就是我们儿科医生了。孩子生病，哪怕只是一点低烧、轻微的精神倦怠或是食欲减退，都会引起父母莫大的焦虑。因此，身为儿科医生的我们，除了肩负“孩子健康的守护者”这一使命，尽心尽力为患儿诊治外，也希望能成为您与孩子的好朋友，帮助您了解预防儿童疾病的方法，并促进孩子身心正常成长发育。

对儿科医生来说，“视病犹亲”绝不是一个口号，而是发自内心的热忱。为小朋友诊治疾病时，我们会把每个孩子当作自己的儿女与孙儿来看待，以寻求最适当的医疗方式，但是同时，为了下一代的健康成长，我们也恳请身为家长的您做好以下这些功课：

丰富自己的保健知识：阅读声誉良好的育儿书刊，以获得正确的儿童保健知识，避免听信人云亦云的谣言或是网络上流传的种种没有根据的说法。

以身作则，帮孩子养成有益身心的生活习惯：例如，家长们自己就要规律运动，多吃蔬菜、水果，少吃垃圾食品等，因为

孩子的模仿性很强，家长的一举一动他们都看在眼里，在未来就会演变成他们自己的习惯与行为。

让孩子养成良好的用眼习惯：除了定期做视力检查、定时进行户外活动外，近距离用眼30分钟，就要让眼睛休息10分钟，并不要过度使用数码产品，不要让2岁以下的幼儿看屏幕，2岁以上儿童每天看屏幕的时间不要超过1小时。

预防意外事故的发生：1~4岁儿童可能遭遇的事故伤害以交通事故和意外溺水为主，家长要特别小心预防车祸和溺水。

孩子要定期接受预防接种：疫苗是已知的预防传染病的最有效的方法。有些另类医疗人士散布“疫苗有害论”，这些都已经不起现代科学的推敲。试问，在没有疫苗的年代，为何儿童夭折的比例那么高？历史上那些可怕致命的疾病——天花、小儿麻痹、白喉，现在都到哪里去了？

孩子要定期接受生长发育评估和营养咨询：儿童生长或发育缓慢有时是正常现象，有时却是潜藏疾病的表现。反之，因为新陈代谢异常或营养不良而生长发育较缓慢的儿童，也可能更容易受到病魔的侵袭。不可不谨慎！

要随时仔细观察孩子的变化：孩子在

生病时变化很快，年纪越小变化越快，尤其是幼儿，如果有持续性剧烈呕吐、眼神涣散呆滞、活力欠佳、呼吸急促等现象，应马上送医，即使半夜也要送急诊。

学会正确、有组织地叙述孩子的病史：从关键症状开头，告诉医生症状是何时开始的，是否越来越严重，伴随着哪些事件（或是否有其他症状），过去是否有类似症状，用过哪些药物，等等。如有发热情况，一定要量体温。

找一位固定的、能倾听病史并仔细检查的儿科医生：婴幼儿疾病大多为伤风感冒，很多常用感冒药在孩子身上并未被证实有效，或只能短暂改善症状，所以正确诊断和花时间解释病情可能比开一大堆药更重要。

善用数码产品录像或录音：有些不时出现的症状，如腹股沟斜疝（俗称坠肠），当腹压降低时，移位的肠道又会回到腹腔内，症状会消失，导致医生无法确诊，所以当肠移位到腹股沟处形成肿块时，最好能录像或拍照给医生参考；有些皮疹、腹泻时的粪便也可以拍下来给医生看，孩子呼吸或咳嗽时发出的奇怪声音也可以录下来，给医生提供参考。

家长想做检查或认为某些药物更好

时，可以坦率地和医生讨论，但最终要尊重医生的专业决定：例如感冒不需要用抗生素治疗，大部分也都不需要影像检查，有些家长爱子心切，要求医生开抗生素或是胸部X线检查，其实大部分是不必要的，因为抗生素多少都有副作用，并会造成细菌的耐药性，而胸部X线检查虽然放射线剂量极其微小，还是会造成不必要的伤害。

遵从医嘱服药与回诊：如孩子的恢复不如预期、有新症状出现或服药后有副作用，都应该再和医生讨论。

“神医”只存在于小说与戏剧中。就算医术再高明，医生也不是神，不能代替您承担疾病的后果。孩子生病了，比起选择一位鼎鼎大名的医生，排很久的队，看诊两分钟，不如选择一位有医德、能认真为孩子详细检查并与您解释与讨论的医生。最后，我们建议您多关心保健常识，养成良好的生活习惯，善于与医生沟通，继续回诊追踪，这些才是让孩子保持健康的不二法门。

本书儿科医生团队

目录

本书审阅者	001
本书作者群	002
前言 儿科医生给家长的一封信	003

| PART |

1

享受养育 宝宝的喜悦

第1章

从产前到产后

· 迎接新生命的挑战 ·

001. 给宝宝一个健康的开始—— 怀孕前后该做些什么准备？	005
002. 为迎接宝宝的诞生，你该做些什么准备？	006
003. 当新生儿即将到来—— 新父母面临的挑战与成长	007
004. 宝宝出生后会改变原本的生活节奏 与夫妻关系吗？该怎么办？	008
005. 爸爸与其他家人应该扮演何种角色？	009
006. 妈妈怀孕了—— 大孩子准备好当哥哥姐姐了吗？	010

· 从孕期到产后护理 ·

007. 为什么要定期产检？ 产检包含哪些项目？	012
008. 如何降低难产或早产的风险？	013
009. 是否需要参加产前父母教室？	015
010. 生产征兆有哪些？该如何准备待产包？	016
011. 准妈妈生产，准爸爸该不该陪产？	018

012. 需要为宝宝保存脐带血吗？	019
013. 如何坐月子？需要选择月子中心吗？	021
014. 什么是产后抑郁症？	022
015. 宝宝出生后会做哪些基本的身体检查？	023
016. 需要为宝宝进行新生儿自费筛检吗？	025
017. 新生儿听力筛检的重要性	026

· 物品与环境准备 ·

018. 如何为宝宝布置一个安全舒适的窝？	027
019. 要为宝宝准备哪些衣食住行用品？	029
020. 如何选购婴儿载具？	031
021. 如何选购婴儿椅和婴幼儿游戏围栏？	034
022. 儿童居家安全有哪些注意事项？	035

第2章

0~3个月的宝宝

· 发育与学习 ·

023. 宝宝的发育正常吗？认识儿童生长曲线图	039
024. 宝宝的六大发育指标与早期刺激训练	043
025. 如何抚摸婴儿？需要为宝宝按摩吗？	045
026. 如何给予宝宝适当的感官刺激？	047

· 基础照顾 ·

027. 如何哺喂母乳？	048
028. 如何帮宝宝洗澡？	049
029. 如何做脐带护理？	050
030. 如何测量体温？	051
031. 如何辨别宝宝的情绪反应？	053
032. 如何护理新生儿的皮肤？	055
033. 宝宝有尿布疹，该怎么办？	056

034. 如何选择尿布?	057
035. 宝宝的胎记长大后消失吗?	059

· 睡眠与饮食 ·

036. 宝宝一天应该睡多久?	060
037. 仰睡、俯睡还是侧睡?	062
038. 宝宝经常在半夜哭闹, 该怎么办?	065
039. 如何选择吸乳器?	066
040. 如何正确保存母乳?	067
041. 如何亲喂? 哺乳中有什么技巧?	068
042. 如何选购奶瓶、奶嘴等相关器具?	070
043. 瓶喂有什么技巧?	072
044. 要不要给宝宝使用安抚奶嘴?	074

· 保健与照顾 ·

045. 宝宝又吐奶了, 如何分辨溢奶与呕吐?	076
046. 当宝宝鼻塞、呼吸有杂音时该如何处理?	077
047. 宝宝腹胀、腹绞痛, 该怎么办?	079
048. 宝宝的大便正常吗?	
如何判断便秘或腹泻?	080
049. 满月后的宝宝仍有黄疸, 这正常吗?	082
050. 新生儿发热该怎么办?	084
051. 如何喂婴幼儿吃药?	087
052. 如何预防婴儿猝死症?	088

第3章

3 ~ 12 个月的宝宝

· 发育与学习 ·

053. 宝宝开始流口水了	091
054. 宝宝会自己翻身了	092
055. 宝宝能自己坐着了	093
056. 宝宝会爬和站了	095

057. 宝宝用学步车好吗?	096
058. 如何选择第一双鞋?	098
059. 宝宝 O 型腿或走路外八字正常吗?	099
060. 宝宝长第一颗牙了	100
061. 如何促进宝宝的智力发育与肢体协调?	101

· 睡眠与饮食 ·

062. 如何让宝宝一夜好眠到天亮?	
谈宝宝夜哭的安抚技巧	102
063. 宝宝每天要吃多少奶才够?	103
064. 是否该帮宝宝戒掉夜奶?	105
065. 什么时候可以开始为宝宝添加辅食?	106
066. 添加辅食时何有注意事项?	109
067. 宝宝适合吃哪些辅食?	110
068. 正确的宝宝喂食技巧	112
069. 厌奶期来了!	
宝宝不愿意吃或吃得太少怎么办?	113

· 保健与照顾 ·

070. 宝宝乱抓东西往嘴里塞, 怎么办?	115
071. 宝宝吸吮手指或奶嘴好不好?	116
072. 可以抱着宝宝玩抛高高的游戏吗?	118

| PART |

2

了解幼儿的成长 与日常照顾

第4章

1 ~ 3 岁的学步儿

· 发育与学习 ·

073. 宝宝何时学会走路才正常?	123
074. 什么时候可以开始训练宝宝上厕所?	124

075. 左撇子需要矫正吗?	126
076. 宝宝黏人怎么办?	128
077. 如何帮助孩子克服羞怯与焦虑?	130
078. 如何与孩子谈“性”	132

· 睡眠与饮食 ·

079. 0~3岁幼儿的睡眠问题	133
080. 如何训练幼儿独自睡觉?	134
081. 婴幼儿需要吃营养补充品吗?	135
082. 学步儿一天该吃多少?	137
083. 宝宝不吃蔬菜怎么办?	139

· 保健与照顾 ·

084. 如何帮婴幼儿刷牙?	141
085. 孩子需要涂氟吗?	142
086. 孩子近视了吗?	143
087. 孩子对电视、电脑、手机等电子产品上瘾了,怎么办?	145
088. 如何选择合格的保姆?	147

第5章 4~6岁的学前幼儿

· 发育与学习 ·

089. 孩子的成长是否落后于同龄人?	149
090. 孩子口吃该怎么办?	152
091. 学龄前儿童需要学写字吗?	154
092. 孩子不专心怎么办?	156
093. 孩子应该什么时候开始上幼儿园?	157
094. 如何选择理想的幼儿园?	159
095. 上幼儿园的孩子是不是很容易生病?	160
096. 孩子不想上学怎么办?	161

· 睡眠与饮食 ·

097. 学龄前儿童常见的睡眠问题	162
098. 孩子5岁了还会尿床,怎么办?	164
099. 孩子在幼儿园里的饮食问题	166
100. 孩子能吃零食吗?	167

· 保健与照顾 ·

101. 孩子爱看电视,该怎么办?	168
102. 孩子玩手机好不好?	169
103. 孩子有龋齿了,该如何处理?	170
104. 孩子近视了怎么办?什么是假性近视?	172

| PART |

3

探索孩子不同阶段的发育关键

第6章

儿童的感官、大动作与精细动作发育

105. 儿童的发育与生长大不同	177
106. 0~3岁是幼儿脑部发育的黄金期	179
107. 0~3岁幼儿的感官发育	181
108. 4~6岁儿童的感官发育	184
109. 0~3岁幼儿的大动作发育	186
110. 4~6岁儿童的大动作发育	189
111. 0~3岁幼儿的精细动作发育	191
112. 4~6岁儿童的精细动作发育	193

第7章

儿童的语言、情绪与社会行为发育

113. 0~3岁幼儿的语言发育	195
114. 4~6岁儿童的语言发育	199
115. 0~6岁儿童的社会行为发育	200

116. 0~6岁儿童的情绪发育	202
117. 0~6岁儿童的游戏能力发育	204
118. 0~6岁儿童的自理能力发育	206

第8章 发育迟缓与早期干预

119. 孩子需要做智力评估吗?	209
120. 孩子的发育滞后了吗?	
浅谈发育迟缓的预警信号	210
121. 孩子为什么会发育迟缓?	
如何帮助发育迟缓的孩子?	214
122. 为什么定期接受发育检查很重要?	216

第9章 认识感觉统合

123. 什么是感觉统合? 它有这样的的重要性?	219
124. 改善感觉统合失调的方法有哪些?	221

| PART |

4 喂养方式的选择 与建议

第10章 母乳喂养

125. 我能成功哺喂母乳吗?	227
126. 为什么说母乳是最符合婴儿需求的食物?	229
127. 应该从生产后多久开始哺喂母乳?	231
128. 成功哺乳有哪些秘诀?	233
129. 哺乳时如何知道宝宝已经吃饱了?	235
130. 宝宝一天吃多少属于过度喂食?	236
131. 哺乳期妈妈在饮食方面应注意哪些事项?	237

132. 哺乳期药物使用禁忌	239
133. 哺喂特殊婴儿时要注意哪些事项?	241

第11章 配方奶喂养

134. 你落入选购配方奶的误区了吗?	243
135. 婴儿配方奶是怎样配制的?	244
136. 如何为宝宝挑选合适的配方奶?	246
137. 婴儿羊奶粉适合给宝宝吃吗?	247
138. 1岁以上的宝宝需要吃成长奶粉吗?	248
139. 吃辅食后是否还需要持续吃奶?	249

第12章 治疗性配方奶喂养

140. 什么是水解蛋白配方奶(低敏配方)?	251
141. 什么是无乳糖配方奶?	253
142. 什么是稠化配方奶(止溢配方)?	254
143. 宝宝胀气时, 要不要喂食配方奶?	255

第13章 辅食添加

144. 为何要给宝宝吃辅食?	257
145. 宝宝可以吃哪些辅食?	258
146. 宝宝吃辅食后, 应如何调整奶量?	260
147. 制作与食用辅食需要哪些器具?	261
148. 如何为不同年龄的宝宝选择合适的辅食?	262
149. 如何在家自制辅食?	263

第14章 断奶后的饮食

150. 如何选择断奶后的食物? 何谓断奶?	265
151. 母乳喂养的宝宝如何断奶?	266

152. 成长中的孩子, 怎样吃才健康? 268

153. 如何安排孩子的用餐时间? 270

| PART |

5 满足孩子全方位的营养需求

第15章 营养对健康的影响

154. 矿物质对儿童健康的重要性 275

155. 维生素对儿童健康的重要性 276

156. 纤维素对儿童健康的重要性 278

157. 孕妇或哺乳期妈妈可以吃鱼油吗? 279

158. 宝宝需要额外补充DHA吗? 280

159. 补充钙片真的有助儿童成长吗? 281

第16章 益生菌的选择

160. 什么是益生菌? 283

161. 益生菌可以缓解腹泻吗? 284

162. 如何选择合适的益生菌? 286

163. 可以长期吃益生菌吗? 287

第17章 儿童的喂养困难问题

164. 什么是儿童喂养困难? 289

165. 孩子偏食、挑食合并营养不良
怎么办? 291

166. 如何预防与改善孩子的偏食
和挑食行为? 292

167. 孩子厌食怎么办? 294

168. 应该如何给孩子吃零食? 296

第18章 儿童的肥胖问题

169. 什么是儿童肥胖? 299

170. 如何预防儿童肥胖? 302

171. 如何治疗儿童肥胖? 303

172. 肥胖儿童在运动中要留意哪些事项? 305

第19章 儿童的运动与成长

173. 为什么儿童需要运动? 307

174. 什么是体适能?

适合儿童的运动项目有哪些? 309

175. 如何帮孩子预防运动伤害? 311

| PART |

6 搞定教养, 亲密加分

第20章 教养观念一点通

176. 如何从婴儿期起为宝宝打下良好的
发展基础? 315

177. 父亲参与育儿对宝宝的身心发育
有何影响? 316

178. 如何建立美好的亲子关系? 317

179. 如何与祖父母一起快乐育儿? 318

180. 上班忙的父母如何带好孩子? 319

181. 当爱变成溺爱——如何理智地爱孩子? 321

182. 体罚孩子有效吗? 323

183. 如何陪孩子度过人生中第一个叛逆期? 324

184. 如何从孩子的角度看世界? 325

185. 如何教养独生子女? 326

186. 如何让兄弟姐妹和睦相处?	327
187. 孩子为什么不听话?	328
188. 如何教出有礼貌的孩子?	329
189. 孩子为什么会“人来疯”?	330
190. 孩子怕黑、怕鬼时该怎么办?	331

第21章 幼儿学习，齐步走

191. 上幼儿园前需做哪些准备?	333
192. 幼儿园有哪些不同的教学理念 与教学法?	334
193. 如何帮孩子交朋友?	336
194. 如何处理孩子与玩伴间的冲突?	337
195. 当孩子羡慕或嫉妒别人时怎么办?	338
196. 怎样教孩子保护自己?	339
197. 如何帮孩子顺利从幼儿园进入小学?	340
198. 如何培养孩子的阅读兴趣?	342
199. 孩子不专心、没耐性，该怎么办?	344
200. 数码产品对幼儿发育有哪些影响?	345
201. 幼儿需要学英语、发展特长吗?	346
202. 如何培养孩子的审美?	347

| PART |

7 认识儿童常见疾病

203. 孩子生病了该看哪科医生?	350
-------------------	-----

第22章 常见感染病

204. 发热	353
205. 伤风感冒	355

206. 水痘	357
207. 麻疹	359
208. 风疹	360
209. 流行性腮腺炎	361
210. 幼儿急疹	362
211. 金黄色葡萄球菌感染	363
212. 沙门氏菌感染	365
213. 肠道病毒感染	366
214. 脑炎	369
215. 脑膜炎	370
216. 川崎病	372
217. 脐炎	373
218. 败血症	375
219. 中耳炎	377
220. 鼻窦炎	379
221. 急性喉炎	380
222. 肺炎	381
223. 结核病	383
224. 骨髓炎	384
225. 化脓性关节炎	386
226. 儿童泌尿系统感染	387
227. 皮肤感染	390
228. 关于抗生素，你一定要知道的事	392

第23章 内科类疾病

229. 肠炎	395
230. 肝炎	396
231. 胃食道反流	397
232. 消化性溃疡	398
233. 慢性腹泻	399
234. 过敏性鼻炎	400

235. 哮喘	401
236. 食物过敏	403
237. 特应性皮炎	405
238. 先天性免疫缺陷	407
239. 热性惊厥	409
240. 癫痫	410
241. 抽动秽语综合征	411
242. 心脏杂音	413
243. 先天性心脏病	414
244. 心肌炎	415
245. 贫血与地中海贫血	416
246. 蚕豆病	417
247. 恶性肿瘤	418
248. 白血病	420
249. 喉软骨软化	421

第24章 外科类疾病

250. 儿童麻醉	423
251. 胆道闭锁	424
252. 肠套叠	425
253. 急性阑尾炎	426
254. 腹股沟斜疝	427
255. 婴幼儿是否需要割包皮?	428
256. 斜颈	431
257. 结膜炎	432
258. 弱视与斜视	434
259. 龋齿	436
260. 髋关节发育不良	438
261. 骨折与脱臼	440
262. 生长痛	441

第25章 儿童心理问题

263. 走进孩子的心理世界	443
264. 学习障碍——别错怪孩子不努力	444
265. 发育性协调障碍—— 用爱陪伴慢飞天使	446
266. 注意力缺陷多动症—— 分心好动就是我	448
267. 自闭症——星星的孩子	450
268. 阿斯伯格综合征—— 我只看得到我的需要	452
269. 拒学症——学校里有怪兽! 我害怕	453
270. 焦虑症——处处都是焦虑源	455
271. 分离焦虑症——我想永远待在育儿袋里	456
272. 强迫症——一点都不能错	457
273. 选择性缄默症—— 我怕我的声音被你听到	458
274. 适应障碍——当孩子身陷压力风暴	459
275. 创伤后应激障碍—— 尘封在心中的伤口	460
276. 遗尿症——又尿床了怎么办?	461
277. 遗粪症——就是管不住自己	462
278. 重复性行为障碍—— 孩子爱咬指甲怎么办?	463
279. 患慢性身体疾病孩子的心理健康	464
280. 面对丧亲的悲伤	466
281. 习惯性偷窃行为	468
282. 孩子需要做心理测验吗?	469

第26章 儿童意外伤害处理

283. 意外伤害的预防及处理	471
-----------------	-----

284. 中毒的预防及处理	473
285. 烧烫伤的预防及处理	474
286. 居家意外伤害的预防	476
287. 呼吸道异物梗塞的预防及处理	478

| PART |

8

认识疫苗接种

第27章

关于疫苗，你应该知道的事

288. 什么是疫苗？疫苗接种有多重要？	483
289. 幼儿接种疫苗的时间与禁忌	485
290. 接种疫苗后可能出现的反应与处理	487
291. 疫苗漏打、延迟或接种状况不明的 补种方式	489

第28章

认识重要疫苗

292. 五合一疫苗	491
293. 卡介苗	491
294. 乙型肝炎疫苗	492
295. 麻疹、腮腺炎、风疹混合疫苗	492
296. 水痘疫苗	493
297. 流行性乙型脑炎疫苗	493
298. 甲型肝炎疫苗	494
299. 肺炎链球菌结合疫苗	494
300. 流感疫苗	496
附录 医生家庭的常备药品	497

索引	499
出版后记	507

华人

Encyclopedia of
Parenting

为华人量身定制的育儿指南
送给新父母的最佳礼物

育儿百科

300

个常见
育儿问题

70

种婴幼儿
常见疾病

24

个促进幼儿发育
的小游戏

台湾前长庚儿童医院院长 林奏延
台湾长庚纪念医院儿科医疗团队 | 著

北京新世纪儿童医院医疗网络儿科医师 崔克西 | 审校



北京联合出版公司
Beijing United Publishing Co., Ltd.

| PART |

1

享受养育宝宝的喜悦

0~3岁是大脑成长最快速的时期。俗话说“三岁看大，七岁看老”，指的就是婴幼儿阶段的生活体验与未来的发育有密切的关系。提供孩子丰富多元的居家与自然环境，引导宝宝在玩耍中学习，对孩子的感官发育有莫大的好处。

4~6岁的幼儿已经有能力将感觉和动作刺激传入大脑进行整合，进而对外界事物产生比较完整的概念。此时孩子也多半进入幼儿园，家长和老师可通过日常训练帮助孩子建立良好生活作息，为孩子的发育奠定基础。

家长要明确孩子不同年龄段的生长发育和行为发育重点，如果怀疑孩子有发育迟缓的问题，要尽快就医，接受早期治疗，以免孩子错过黄金发育期。

第 1 章 从产前到产后

第 2 章 0~3 个月的宝宝

第 3 章 3~12 个月的宝宝