

new

· 招招简便易行 · 疗效奇特显著 · 健康如此简单 ·

黄春霞 荣英蕊 项志凤/主编

儿科病自疗 [速查手册]

省时、省力、
省钱，
一用就灵

本书介绍了儿科常见疾病的基本知识、偏方验方、饮食疗法、按摩疗法、针灸疗法、拔罐疗法、运动疗法等，对于患者可查书对症，选用各种适宜的方法治疗，既方便又有效，是集实用性与通俗性于一体的医学普及读物。

求医不如求己，全面详尽的
治疗方案让您摆脱疾病困扰

小病自己治，大病少花钱，药到病除无烦恼

河北出版传媒集团
河北科学技术出版社

· 招招简便易行 · 疗效奇特显著 · 健康如此简单 ·

儿科病自疗 [速查手册]

省时、省力、
省钱，
一用就灵

黄春霞 荣英蕊 项志凤/主编

小病自己治，大病少花钱，药到病除无烦恼

河北出版传媒集团
河北科学技术出版社

主 编 黄春霞 荣英蕊 项志凤
副主编 王海燕 白海燕 冯 忬
编 委 刘彦岭 边文会 韩丽萍 范焕芳 刘新发 李玲玲 徐伟超
任 杰 张宁宁 赵 艳 谢 伟 王兆黎 刘艳丛

图书在版编目（CIP）数据

儿科病自疗速查手册 / 黄春霞, 荣英蕊, 项志凤主
编. -- 石家庄 : 河北科学技术出版社, 2012. 10
ISBN 978-7-5375-5504-3

I. ①儿… II. ①黄… ②荣… ③项… III. ①小儿疾
病—中医治疗法—手册 IV. ①R272-62

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第244049号

儿 科 病 自 疗 速 查 手 册

出版发行 / 河北出版传媒集团
河北科学技术出版社
地 址 / 河北省石家庄市友谊北大街330号
邮 编 / 050061
组织策划 / 王辛卯
责任编辑 / 李蔚蔚
封面设计 / 胡椒设计
美术编辑 / 阮 成
印 刷 / 北京中创彩色印刷有限公司
开 本 / 770×1000 1/16
印 张 / 15
字 数 / 270千
版 次 / 2013年1月第1版
印 次 / 2013年1月第1次印刷
定 价 / 26.00元



PREFACE

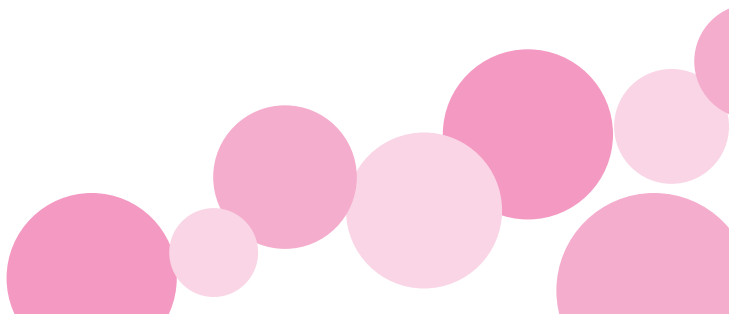
前言

开展家庭自疗，是当前医学发展的一个新趋势，只要自己懂得一定的医疗常识，在医生的指导下，就可以自己动手进行自疗，使疾病及时得到预防和治疗。这样既省事、省时，免去一些去医院的诸多烦恼，又减轻了自己的经济负担。为此，我们组织有关专家、教授编写了《儿科病自疗速查手册》一书。

本书包括82种儿科常见病、多发病，每病扼要介绍疾病的概念、病因、主要表现、爱心提示，重点是按中医分型介绍主证、处方，以及偏方验方、饮食疗法、按摩疗法、针灸疗法、拔罐疗法等，患者可查书对症，选用各种适宜的方法治疗，既方便又有效，是集实用性与通俗性于一体的医学普及读物。

虽然我们做了最大的努力，但由于水平所限，不当或疏漏之处在所难免，敬请读者批评指正，不胜感激。

编者





目 录

CONTENTS

新生儿黄疸 / 007	流行性乙型脑炎 / 042
新生儿硬肿症 / 009	病毒性脑炎 / 045
麻疹 / 010	脊髓灰质炎 / 048
风疹 / 013	细菌性痢疾 / 051
水痘 / 015	病毒性肝炎 / 055
幼儿急疹 / 017	传染性单核细胞增多症 / 060
流行性腮腺炎 / 019	手足口病 / 062
百日咳 / 022	蛔虫病 / 065
白喉 / 026	胆道蛔虫症 / 068
猩红热 / 029	蛲虫病 / 071
丹毒 / 032	钩虫病 / 073
伤寒 / 034	绦虫病 / 075
肺结核 / 037	急性上呼吸道感染 / 077
流行性脑脊髓膜炎 / 040	反复呼吸道感染 / 080

急性支气管炎 / 083

喘息性支气管炎 / 086

慢性支气管炎 / 088

支气管哮喘 / 091

肺炎 / 095

肺脓肿 / 098

支气管扩张 / 101

营养不良 / 103

肥胖症 / 107

佝偻病 / 110

婴儿手足搐搦症 / 113

厌食症 / 116

嗜异症 / 118

消化不良 / 120

消化性溃疡 / 124

锌缺乏症 / 127

维生素A缺乏症 / 129

小儿腹泻 / 131

便秘 / 136

直肠脱垂 / 138

风湿热 / 141

幼年型类风湿病 / 144

皮肤黏膜淋巴结综合征 / 147

传染性红斑 / 149

心律失常 / 151

病毒性心肌炎 / 154

原发性心肌病 / 157

感染性心内膜炎 / 160

急性心包炎 / 163

高血压 / 165

急性肾小球肾炎 / 167

慢性肾小球肾炎 / 170

肾病综合征 / 173

IgA肾病 / 176

泌尿道感染 / 178

缺铁性贫血 / 182

营养性巨幼红细胞性
贫血 / 185

再生障碍性贫血 / 187

过敏性紫癜 / 190

血小板减少性紫癜 / 192

中性粒细胞减少症 / 195

甲状腺功能亢进症 / 197

甲状腺功能减低症 / 200

性早熟 / 203

糖尿病 / 205

多动综合征 / 208

癫痫 / 211

抽动—秽语综合征 / 214

遗尿症 / 216

鹅口疮 / 219

扁桃体炎 / 221

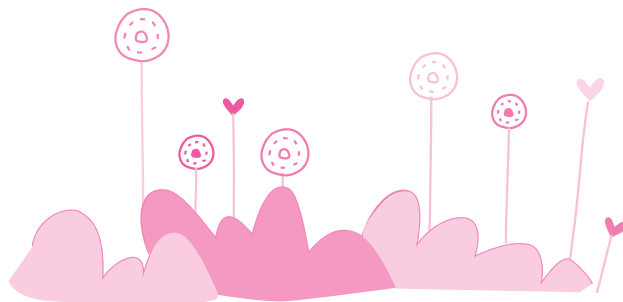
夏季热 / 224

小儿夜啼 / 227

疳子 / 229

附录 常用腧穴图 / 231

参考文献 / 239





新生儿黄疸是指婴儿出生后，全身皮肤、巩膜、小便发黄为特征的一种病证，与胎孕等因素有关。凡婴儿出生后2~3天出现黄疸，于10~14天内消退，若是早产儿可延迟到第3周才消退，其他情况一般良好，此为生理性黄疸，若3周后，黄色未退或加重，或兼见其他症状，则需进一步诊疗。

主要表现

- ① 生理性黄疸：多在生后第2~3天出现，第4~6天达到高峰，第2周黄疸减轻至消退。皮肤黄疸部位限于头面、颈、胸及上腹等部位，小腿、前臂及手足一般不黄。
- ② 病理性黄疸：在生后24小时内出现，进展快，消退慢，在生后第2周末或更晚仍有明显的黄疸。除头面、颈、胸、上腹外，小腿、前臂及手足心也黄染。

辨证施治

湿热发黄型

[主证] 全身皮肤、面目发黄，色较鲜明，并见发热，烦躁，啼哭不安，口渴，尿少色黄，呕吐，便秘，舌红，苔黄腻，脉滑数。

[处方] 茵陈6克，栀子6克，生大黄（后下）3克，泽泻6克，茯苓6克，车前子（包煎）6克，姜竹茹3

克，甘草3克。

寒湿发黄型

[主证] 身、目、尿俱黄，日久不退，黄色晦暗，面色欠华，不思乳食，纳少腹胀，食后易吐，大便稀薄或完谷不化，舌质淡，苔白腻，脉细缓。

[处方] 茵陈6克，干姜3克，党参6克，白术6克，茯苓6克，吴茱萸3克，陈皮3克，甘草3克。



瘀积发黄型

[主证] 身、目、尿俱黄，黄色较深且晦暗，逐渐加重，纳少易吐，腹部膨隆，大便溏薄，色如陶土，时伴腹痛，皮肤有瘀斑，兼见衄血，指纹紫滞，舌暗红或微紫，苔黄，脉细涩。

[处方] 茵陈6克，栀子6克，生大黄（后下）3克，桃仁6克，红花3克，川芎6克，牛膝6克，甘草3克。

以上各方均水煎2次，药液混合均匀，分2次服，每日1剂。

偏方验方

茵陈、栀子各10克，大黄、甘草各6克。煎汤20毫升，保留灌肠，每日或隔日1次。

茵陈18克，金钱草9克，郁金6克，甘草1.5克，红糖适量。各药水煎，加红糖当水饮。每日1剂，每日3~5次。

青黛3克，紫草、焦山楂、茜草、绿茶各9克，乳香、白芷各6克。水煎服，每日1剂。

饮食疗法

玉米须30克。加水适量，煎水取汁60毫升，加入葡萄糖粉适量，少量频频喂服。

茵陈15克，红糖60克。水煎代茶饮用。患儿乳母服用。

冬瓜500克。煮汤3碗，分3次服用。患儿乳母服用。

推拿疗法

运五经，推脾土，揉五指节，运内八卦，分阴阳，推上三关，揉涌泉、足三里。

体针疗法

取足三里、内关、三阴交、丰隆、阴陵泉，呕吐加曲池，发热加大椎。

用补法，不留针，每日治疗1次。

爱心提示

注意观察黄疸婴儿的全身情况，有无精神萎靡、嗜睡呕吐、吸吮困难、惊厥不安、双目斜视、四肢强直或抽搐等，以便对重症患儿及早发现及时治疗。

注意观察大小便变化，患阻塞性黄疸时大便呈灰白色，而新生儿巨细胞病毒肝炎大便也呈灰白色，但治疗后大便可逐渐转黄，尿色也从深黄转为浅黄色。

注意新生儿保温，提早喂奶。

保护好新生儿皮肤，防止破损感染，避免发生败血症而致黄疸。



新生儿硬肿症是一种以全身皮肤或局部肌肉发凉发硬，体温不升，或兼有水肿为特征的疾病。病因与新生儿的体温调节、代谢功能尚未成熟，不能经受寒冷损伤与严重感染有关，是新生儿死亡的主要原因之一。常见于生后1周以内的新生儿，寒冷季节发病率较高，早产、体弱儿更易罹患。

主要表现

先有一处或多处皮下脂肪积聚部位发凉、变硬，似硬橡皮感，皮肤呈紫红色，或伴有水肿，常见于大腿与小腿外侧，以后可逐渐向上蔓延至全身。体温不升，全身发凉，反应弱，生活能力低，严重者不能吸吮，呼吸浅弱。

辨证施治

寒凝血滞型

【主证】 初生后不久，面色紫暗，肌肤欠温，肌肤硬肿不易捏起，臀部腿部及趾部色暗，青紫或红肿，指纹紫暗，唇舌暗红。

【处方】 当归6克，赤芍6克，肉桂3克，细辛1.5克，大枣3枚，鸡血藤6克，桃仁3克，红花3克，仙灵脾6克，甘草6克。

阳气虚衰型

【主证】 生后3~5天内，体温不升，面色灰暗，僵卧少动，多睡少哭，吮吸无力，肌肤发冷发硬，皮肤水肿，按之凹陷，硬肿范围较广，舌淡，苔白或无苔，指纹淡滞。

【处方】 生晒参（另煎）3克，熟附子（先煎）3克，干姜3克，丹参6克，当归6克，黄芪6克，麦冬6克，甘草3克。

以上各方均水煎2次，药液混合均匀，分2次服，每日1剂。





偏方验方

生葱、生姜、淡豆豉各30克。捣碎混匀，酒炒，热敷于局部。用于寒凝血滞证。

鲜芫荽25~50克。将芫荽洗净，放入沸水中稍烫后取出，揉成小团，以能渗出药汁为度，直接用药团轻轻反复涂擦硬肿局部皮肤，每次3~5分钟，每日4~6次，直至硬肿消退为止。

当归、川芎、红花、赤芍、透骨草各15克，丁香、肉桂、川乌、草乌、乳香、没药各7.5克。共研细末，加凡士林1000克拌匀，涂纱布敷在硬肿部位，并用热水袋加温后敷在纱布上，每日换药1次。



艾灸疗法

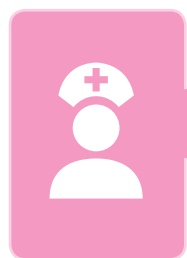
皮肤硬肿消失较慢者，可用艾条温灸，每次10~15分钟，每日1~2次。



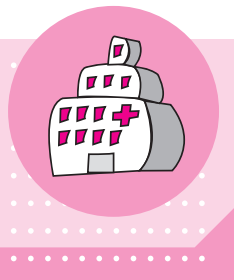
爱心提示

注意消毒隔离，防止交叉感染，患儿衣被、尿布应清洁柔软干燥，睡卧姿势须勤变换，严防发生并发症。

对吸吮能力差的新生儿，可用滴管喂奶，必要时鼻饲，或静脉点滴葡萄糖注射液、血浆。



麻疹



麻疹是麻疹病毒所致的小儿常见的急性呼吸道传染病。患者是唯一的传染源，主要通过飞沫直接传播，由衣物、玩具等间接传播甚少见。发病季节以冬春季为多。恢复期不带病毒。本病传染性强，易并发肺炎。病后免疫力持久，大多终身免疫。6个月以内小儿由于从母体获得免疫力，不易得此病。



主要表现

初起有发热、咳嗽、鼻流清涕、眼结膜充血怕光，2~3天后发热更高，口腔颊黏膜充血，黏膜上有灰白色针尖大的麻疹黏膜斑可见。发热第4天耳后开始出现红色的斑丘疹，逐渐遍及全身。出疹3~4天后疹子消退，疹退后皮肤上留下棕色沉着，并有皮肤脱屑。

曾接种过麻疹疫苗或近期做过被动免疫的小儿，患麻疹症状较轻，发热不高，皮疹稀疏，病程亦短。



爱心提示

卧室空气流通，温度、湿度适宜，避免直接吹风受寒和过强阳光刺激，床铺被褥舒适柔软，环境安静。

注意补足水分，饮食应清淡，易消化，发热出疹期忌油腻辛辣之品，恢复期宜营养丰富食物。

注意保持眼睛、鼻孔、口腔、皮肤的清洁卫生，每日按时清洗，防止破溃感染，发生并发症。



辨证施治

前驱期

[主证] 发热，微恶风寒，鼻塞流涕，喷嚏，咳嗽，眼睑红赤，泪水汪汪，倦怠思睡，发热第2~3天，口腔两颊黏膜红赤，贴近白齿处可见麻疹黏膜斑（细小白色疹点，周围红晕），小便短黄，或大便稀溏，舌苔薄白或微黄，脉浮数。

[处方] 升麻10克，葛根10克，荆芥10克，防风6克，牛蒡子10克，薄荷（后下）5克，杏仁6克，前胡10克，桔梗3克，甘草6克。

出疹期

[主证] 发热持续，起伏如潮，谓之“潮热”，每潮一次，疹随外出。此时口渴引饮，目赤眵多，咳嗽加剧，烦躁或嗜睡，舌红，苔黄，脉数，疹点先从耳后发际，继而头面、颈部、胸腹、四肢，最后手心、足底、鼻准部都见疹点即为出齐。疹点初起细小而稀少，渐次加密；疹色先红后暗红，稍觉凸起，触之碍手。

[处方] 金银花10克，连翘6克，蝉蜕6克，升麻10克，葛根10克，紫草10克，西河柳10克，牛蒡子6克，桔梗3克，甘草6克。

退疹期

[主证] 发热渐退，咳嗽减轻，胃纳与精神好转，疹点依次渐回，疹退



处皮肤呈糠状脱屑，留有色素沉着，舌红，苔薄净，脉细或细数。

[处方] 沙参10克，麦冬10克，桑叶10克，石斛10克，生地黄10克，赤芍6克，牡丹皮6克，山药10克，扁豆6克，谷芽10克，麦芽10克，甘草6克。

以上各方均水煎2次，药液混合均匀，分2次服，每日1剂。



偏方验方

浮萍、麦苗各15克。水煎服，每日1剂，连服3剂。

芫荽20克。加水适量，1次煎服；另取适量捣烂，加白酒数滴，搓患儿后背。用于小儿麻疹初出不爽，烦躁不安，或麻疹内陷。

芫荽500克，紫草30克。将上药加水适量稍煎，至药液约3000毫升时，取10~15毫升药液加白酒数滴1次服下，剩余药液洗浴全身。



饮食疗法

芦笋30克，粳米50克。将芦笋水煎15分钟，去渣放入粳米煮为稀粥，每日分2次空腹服用。用于麻疹，疹出不畅，发热，烦躁，咳嗽。

鲤鱼400克，芫荽20克。加水及少量食盐，文火炖热，频频饮汤，日饮数次。主治麻疹始出，咳嗽不重，流泪，羞明，打喷嚏。

荸荠、芦根各20克。加水煎10分钟，徐徐饮下，每日1~2剂。主治麻疹始出，身热，流泪。



按摩疗法

先推攒竹100次，分推坎宫50次，推太阳50次；继推风门2分钟，推天柱300次，拿风池10次，揉按肺俞1分钟；然后推肺经400次，清脾经500次，清胃经300次，揉外劳宫1分钟，推三关300次，清天河水300次。用于前驱期。

先推攒竹、坎宫、太阳各50次；继按揉肺俞1分钟，推脊柱500次；最后清脾经、胃经、肝经、肺经各300次，掐揉小天心1分钟，揉一窝风2分，掐揉二扇门1分钟，清天河水400次。用于出疹期。



体针疗法

高热者，可针刺放血，或针刺曲池、合谷、大椎等穴，强刺激。

抽搐者，可针刺人中、涌泉、合谷、丰隆、神门、十宣等穴，强刺激。



风疹是由风疹病毒引起的急性呼吸道传染病。传染源为患者，在患者鼻咽部分泌物中含大量病毒，出疹前后传染性最强。经空气飞沫传播。多感染幼龄儿童，但在学校、军营等易感人群较集中、环境拥挤的场所，可出现爆发流行。病后有较持久的免疫力。

主要表现

- ① 前驱期：在发病前1~2天有发热，全身不适，咳嗽，呕吐，腹泻等。但多数症状较轻，持续1~2天。
- ② 出疹期：发病第1天或第2天出现皮疹，首先见于面部，1天内迅速扩展至躯干、四肢，手心、足底大多无疹。皮疹有迅速演变特点，第1天似麻疹，第2天似猩红热，第3天消退。典型皮疹3天消退，有时可持续4~5天。退疹后多不留有色素沉着，也无脱屑。出疹时全身症状也不明显，体温大多在38℃左右，很少达39℃以上。风疹患者常有浅淋巴结肿大，主要为枕部、耳后、颈部淋巴结肿大，轻压痛，愈后迅速消退。

辨证施治

邪郁肺卫型

[主证] 发热恶风，喷嚏流涕，咳嗽，头面、躯干、四肢渐次出现淡红色皮疹，稀疏细小，分布均匀，伴瘙痒，耳后及枕部淋巴结肿大，舌偏

红，舌苔薄白，脉浮。

[处方] 金银花10克，连翘10克，芦根10克，淡竹叶6克，牛蒡子6克，荆芥6克，薄荷5克，淡豆豉5克，甘草5克。



邪热炽盛型

[主证] 高热，口渴，心烦不宁，溲赤便干，疹色鲜红或暗红，疹点密集，皮肤瘙痒，舌红，苔黄糙，脉浮数。

[处方] 桑叶10克，菊花10克，连翘10克，牛蒡子6克，蝉蜕6克，黄连6克，薄荷5克，甘草5克。

以上各方均水煎2次，药液混合均匀，分2次服，每日1剂。

偏方验方

板蓝根15克，金银花、僵蚕各10克，蝉蜕6克，甘草3克。煎水，代茶饮。

金银花10克，生地黄、紫草各9克，蝉蜕、薄荷、牡丹皮各6克，荆芥3克。水煎服，每日1剂。

紫背浮萍500克。加水煎，浸毛巾擦敷，日3次。

饮食疗法

玉米须15克，酒酿100毫升。玉米须加水煎30分钟，去渣滤液，加酒酿再煮沸，分3次服完，连续服用3天。

白茅根30克，红萝卜250克。加水500毫升，文火煎至250毫升，去渣，加糖少许，分3次服。

香菜15~30克，马蹄250~500克。共煎水代茶饮用。



爱心提示

对于风疹患儿一般不必采取隔离措施，但在易感儿群集的地方，可适当隔离，一般隔离至出疹后5天。出疹期间不随便外出，防止交叉感染，发生其他合并症。

注意休息与保暖，衣服柔软，皮肤瘙痒时切莫抓挠，以免皮肤破损感染。

体温较高者，可用物理降温法，同时多饮开水。

饮食宜清淡易消化，不宜吃辛辣、煎炸食物。



按摩疗法

患儿俯卧，用双掌在患儿背腰部膀胱1~2侧线上做快速分合法，后用双拇指点按风池、肺俞，轻拨膈俞，揉点承山穴1分钟。

患儿端坐，同时用拇指揉压曲池、板门穴1分钟，揉点血海、三阴交1分钟。



体针疗法

主穴取曲池、合谷、血海、膈俞、天井、委中。感受风邪者，配

风池、外关；腹痛者，配天枢；心中烦躁者，配曲泽、委中，用三棱针点刺出血。

毫针刺，用泻法，不留针，每日1次，10次为1个疗程。

三棱针疗法

取阿是穴。

严格消毒耳郭背面，于耳背第

二静脉上选取2~3个刺激点，用三棱针点刺放血。

耳针疗法

取肺、肝、枕、神门、下屏尖。

每次选3~4穴，毫针刺，中强刺激，留针20分钟，每日1次，5次为1个疗程。



水痘是由水痘带状疱疹病毒引起的急性传染病。多见于儿童，主要通过飞沫和接触传播，传染性极强，易感者于接触后约90%发病。病愈后病毒继续潜伏在脊神经后根和颅神经的感觉神经节细胞内，一旦病毒被激活，即可引起带状疱疹。一般呈自限性。有患者接触史，好发于冬、春季节，可在儿童中流行。

主要表现

初起发热，流涕，咳嗽，1~2天内面部与躯干出现红色斑疹、丘疹，很快变为疱疹，呈椭圆形，外周有红晕，疱壁较薄易破，呈向心性分布，躯干多，四肢头面部少。身体某一部位同时见斑疹、丘疹、疱疹与结痂，皮疹分批出现，常伴

瘙痒。一般1周内结痂，2周左右痂盖脱尽。

轻型患者皮疹稀少，全身症状轻微。重型患者皮疹密布，全身症状较重。少数患者可并发急性淋巴结炎、丹毒、蜂窝组织炎等。





辨证施治

风热犯表型

【主证】 发热轻微或不伴发热，初见鼻塞，流涕，喷嚏，咳嗽，1~2日后出疹，皮疹稀疏，疹色红润，疱顶皮薄，疱浆清亮，此起彼伏，躯干较多，舌苔薄白，脉浮数。

【处方】 金银花10克，连翘10克，竹叶10克，滑石（包煎）10克，芦根10克，薄荷6克，牛蒡子6克，蝉蜕6克，甘草6克。

热毒炽盛型

【主证】 壮热不退，烦躁不安，面红目赤，水痘密集，疹色深红或紫暗，疱浆混浊，根盘红晕较著，伴齿龈肿痛，口舌生疮，大便秘结，小便黄赤，舌红，苔黄糙而干，脉洪数。

【处方】 生石膏（先煎）20克，牡丹皮12克，生地黄12克，黄芩12克，知母12克，紫草10克，大青叶10克，栀子10克，黄连5克，甘草5克。

以上各方均水煎2次，药液混合均匀，分2次服，每日1剂。



爱心提示

隔离患儿1~2周。室内空气要流通，注意避风寒，防止复感外邪。

饮食宜清淡易消化，多饮开水，可用萝卜、荸荠、绿豆等煎水代茶。

保持皮肤清洁，勿搔抓，不宜洗浴，防止皮肤破损，继发感染。如有皮肤抓破，可外涂青黛散或黄芩油膏。

正在使用肾上腺皮质激素治疗期间的患儿发生水痘，应立即减量或停用激素。



偏方验方

紫草5克，白糖适量。

先将紫草浸泡于800毫升清水中2小时，再用沙锅煎至300毫升，加入白糖和匀，每日分2次服下。

桉柳叶50克，浮萍15克，金银花20克。将上药加水适，煎取药液，趁热外洗，每日1剂。

忍冬藤30克。水煎服，每日1剂，连服3天。



饮食疗法

胡萝卜120克，芫荽60克，荸荠50克。水煎，代茶饮。

胡萝卜150克，芫荽100克。水煎，代茶酌量饮。

薄荷10克，芦根、生薏苡仁各15克，竹叶6克，冰糖30克。前4味加水适量，