

家庭
育儿



图解小儿常见病照护

0 ~ 3 岁婴幼儿常见疾病
居家照护指南



薛亦男 主编



儿科临床经验总结，小儿常见病护理大全
感冒、咳嗽、腹泻……教您实用的居家照护法
烫伤、误食、划伤……教您科学的应对措施

详细
图解

疾病防治 | 用对方法，及时处理 | 生活护理 | 正确照护宝宝 | 饮食调理 | 加快康复速度
孩子少生病、少受罪 | 减轻身体不适 | 避免病后消癯



山东城市出版传媒集团·济南出版社

家庭
育儿



图解小儿常见病照护

薛亦男 主编



山东城市出版传媒集团·济南出版社





Chapter 1 掌握小儿疾病常识， 照护宝贝不慌张

一、用爱与知识，守护宝宝的健康

- 002 多学点儿医学知识错不了
- 003 了解宝宝的身体构造很重要
- 004 宝宝生病了，别急着打针吃药
- 004 好爸妈，学着自己照护宝宝

二、生病早知道，别延误了病情

- 005 学会做眼尖的爸爸妈妈
- 006 宝宝健康状况的7大观察重点
- 008 懂得一些看舌苔、舌质的常识
- 009 巧识宝宝的过敏体质
- 009 “笨小孩”要早发现

三、日常生活早准备，防止慌乱

- 010 准备宝宝专用的急救箱
- 011 为宝宝挑选合适的医生
- 011 活用宝宝健康手册或育儿日记

四、父母须知，宝宝照护要点

- 012 正确服药，顺利喂药
- 013 怎么给生病的宝宝喂奶、喂饭？
- 013 把握好病中、病后洗浴的时机
- 014 宝宝生病时，室内环境如何安置？
- 014 宝宝生病时，如何安排其日常活动？

五、未雨绸缪，预防小儿常见病

- 015 宝宝的营养多一分，身体会健康十分
- 015 顺时调养，宝宝少生病
- 016 了解与陪伴，帮助宝宝健康成长
- 016 预防接种，宝宝少生病
- 017 定期进行健康检查，守护宝宝健康



Chapter 2 当宝贝身体出现异常时， 要迅速应对

一、发热

- 020 检查宝宝的体温情况
- 021 体温管理、调节要点
- 022 生活照护细则
- 023 饮食调理要点

二、感冒

- 024 感冒分两种：流感和普通感冒
- 025 小儿感冒防治要点
- 026 生活照护细则
- 027 饮食调理要点

三、咳嗽

- 028 咳嗽是人体的自我防御机制之一
- 028 检查宝宝的咳嗽情况，正确应对
- 030 生活照护细则
- 031 饮食调理要点



四、小儿肺炎

- 032 小儿肺炎的症状与诊断
- 033 吸入性肺炎与感染性肺炎
- 034 生活照护细则
- 035 饮食调理要点

五、哮喘

- 036 哮喘的病因与症状
- 037 哮喘的预防
- 038 生活照护细则
- 039 饮食调理要点

六、厌食

- 040 小儿厌食的判断
- 041 小儿厌食的原因

- 042 生活照护细则

- 043 饮食调理要点

七、消化不良

- 044 从大便看小儿消化不良
- 045 按摩法帮助宝宝消化
- 046 生活照护细则
- 047 饮食调理要点

八、营养不良

- 048 小儿营养不良的症状
- 048 小儿营养不良的分级
- 049 怎样预防小儿营养不良
- 050 生活照护细则
- 051 饮食调理要点

九、贫血

- 052 贫血的原因和种类
- 053 贫血的症状、体征和治疗
- 054 生活照护细则
- 055 饮食调理要点

十、肥胖

- 056 小儿肥胖症的判定
- 056 小儿肥胖的原因
- 057 小儿肥胖的坏处
- 058 生活照护细则
- 059 饮食调理要点

十一、便秘

- 060 排便间隔时间长不一定是便秘
- 060 小儿便秘的原因
- 061 宝宝喂养与便秘
- 062 生活照护细则
- 063 饮食调理要点

十二、腹痛

- 064 腹痛的鉴别
- 065 腹部脏器与体表感应部位的对应关系
- 066 生活照护细则

- 067 饮食调理要点

十三、腹泻

- 068 区分感染性腹泻和非感染性腹泻
- 068 不能刻意止泻
- 069 脱水的症状和体征
- 070 生活照护细则
- 071 饮食调理要点

十四、呕吐

- 072 呕吐的类型
- 073 小儿呕吐的原因
- 074 生活照护细则
- 075 饮食调理要点

十五、疱疹性咽峡炎

- 076 疱疹性咽峡炎的病程表现
- 077 疱疹性咽峡炎与手足口病的区别
- 078 生活照护细则
- 079 饮食调理要点

十六、鹅口疮

- 080 发病原因
- 081 鹅口疮的症状



081 鹅口疮的预防

082 生活照护细则

083 饮食调理要点

十七、手足口病

084 手足口病的传播途径

085 肠道病毒消毒方法

086 生活照护细则

087 饮食调理要点

十八、流行性腮腺炎

088 流行性腮腺炎的症状

089 疾病的防治措施

090 生活照护细则

091 饮食调理要点

十九、肝炎

092 肝炎的主要类型

093 肝炎的症状和体征

094 生活照护细则

095 饮食调理要点

二十、麻疹

096 麻疹的分期

097 疾病的防治措施

098 生活照护细则

099 饮食调理要点

二十一、湿疹

100 小儿湿疹的症状

101 治疗注意事项

102 生活照护细则

103 饮食调理要点

二十二、特应性皮炎

104 疾病原因与特征

105 疾病的防治措施

106 生活照护细则

107 饮食调理要点

二十三、过敏性鼻炎

108 过敏性鼻炎的病因和类型

109 疾病的防治措施

110 生活照护细则

111 饮食调理要点

二十四、中耳炎

112 判断中耳炎的方法

113 疾病的防治措施

114 生活照护细则

115 饮食调理要点

二十五、尿路感染

116 尿路感染的原因

117 尿路感染的特征

117 治疗要点

118 生活照护细则

119 饮食调理要点

二十六、急性肾炎

120 急性肾炎是自限性疾病

120 急性肾炎的临床表现

122 生活照护细则

123 饮食调理要点

二十七、遗尿

124 遗尿的分类

124 遗尿的病因

126 生活照护细则

127 饮食调理要点



Chapter 3 学点儿急救知识， 对意外伤害说“不”

一、儿童意外事故急救指南

130 绝大部分意外都可防可控

130 四步学会救命心肺复苏术

132 符合宝宝成长阶段的意外事故预防对策



二、小儿常见意外事故应对方法

- 133 吞入异物
- 134 眼、耳、鼻内进入异物
- 135 溺水
- 135 触电
- 136 烫伤、烧伤
- 137 划伤、割伤
- 138 摔伤、跌伤
- 139 扭伤、骨折
- 140 中暑
- 141 蚊虫叮咬
- 142 动物咬伤
- 143 食物中毒

附录 儿科医生门诊问答

- 144 宝宝腹泻总吃止泻药会有问题吗?
- 144 感冒老不好会不会转成肺炎?
- 145 高热会烧坏宝宝吗?
- 145 怎么判断宝宝是不是消化不良?
- 146 宝宝爱流鼻血是怎么回事?
- 146 宝宝爱上火怎么办?
- 147 宝宝进食时呛着怎么办?
- 148 宝宝能吃滋补品吗?
- 148 吃营养素制剂时有哪些注意事项?
- 149 哪些食物里可以添加药物一起喂食?
- 149 就医前, 家长应确认宝宝的哪些症状?
- 150 怎样使用民间疗法才更安全?
- 150 患湿疹的宝宝如何安全地洗澡?

Chapter 1

掌握小儿疾病常识， 照护宝贝不慌张

你知道如何观察宝宝的健康状况吗？你知道怎么给宝宝找到合适的医生吗？宝宝一生病就打针吃药真的好吗？宝宝生病了，怎么给他喂奶、喂药？如果你正在寻找这些问题的答案，就请快快翻开本章，学习小儿疾病常识吧。

用爱与知识,守护宝宝的健康

宝宝一生病,就会牵动所有家长的心,大人们或不知所措,或着急揪心,或四处求医……其实,宝宝因为还小,体质较弱,生病在所难免。如果家长具备基本的医学常识,能够冷静地处理问题,让宝宝得到妥善的照护和及时得当的治疗,宝宝很快就能恢复往日的健康与活力。



多学点儿医学知识错不了

许多年轻的爸爸妈妈在生宝宝之前,一点儿育婴知识和技术都没有,育儿经验更无从谈起。当宝宝生病了,他们往往手足无措,或只会一味地将宝宝送往医院。其实,育儿是个技术活,对于生病的宝宝,单有爱还不够。每一位家长都必须明白:宝宝就医是父母和医生的一种合作,父母要采取预防措施来帮助宝宝保持健康;当宝宝生病时,他最需要的是父母能成为医疗队伍中可靠的成员。

当宝宝食欲不佳、哭闹不安,或是突然没有精神时,你得大概知道宝宝身体出了什么问题;当宝宝发热时,你得知道安全有效且简便易行的降温措施,知道什么时候该吃药、什么时候该送医;当感冒流行季来临时,你得知道基

本的预防措施;当宝宝不小心溺水或烧伤时,你得知道如何在第一时间进行急救和处理;当你抱着宝宝就医时,你得知道该和医生说些什么……

所以,多学点儿医学知识和育儿常识错不了。新手爸妈不妨多读一些育儿书籍,掌握一些育儿知识,了解宝宝成长各个时期的生理特征、喂养方法以及可能会遇到的问题。许多医院都会开设免费的育儿课程,其内容不仅包括孕妈妈怀孕分娩的注意事项,还会教新手妈妈们如何照料新生宝宝。如果有时间,新手爸妈们可以多和别人交流育儿心得,讨论一下彼此遇到的育儿问题,这样不仅有利于解决育儿问题,还能帮宝宝找到一些可以一起玩耍的小伙伴,何乐而不为呢?

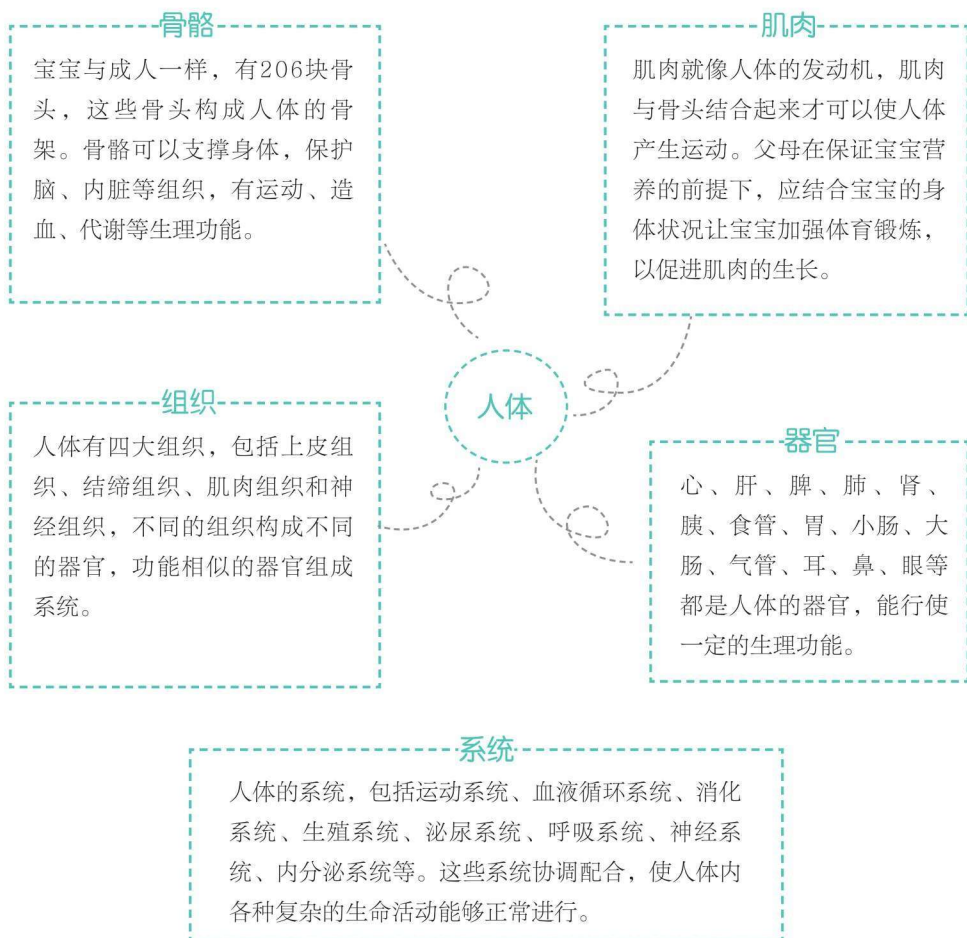




了解宝宝的身体构造很重要

父母不是医生，不需要对人的生理结构了解得非常细致。但是，了解宝宝身体的基本构造很有必要，这样方便父母知道宝宝哪些地方比较容易受到伤害，使其在平时就注意加强保护。在宝宝生病时，父母还能及时了解宝宝的_{身体}症状，这对于准确判断宝宝所患疾病有帮助，可以避免延误治疗时机。

一般来说，人体主要由骨骼、肌肉、组织、器官以及系统组成。



这里，我们只是对人体的基本构造做了一个简单介绍，父母要全面了解宝宝的_{身体}结构，可以多读一些专门介绍儿童_{身体}结构的书籍，更好地掌握宝宝的生长发育状态。



宝宝生病了，别急着打针吃药

人体拥有一个与生俱来、能够自主发挥作用的自愈系统，这个系统具备解毒、排泄异物、免疫、组织再生等自净和自愈能力，可以使人体依靠自身内在的生命力，摆脱疾病与亚健康状态。对于宝宝而言，也是如此。

当宝宝身体不适或生病时，其自愈系统就会针对身体情况调整系统的功能，调动全身各种激素组成有效针对不适症状的“药物”。例如，当宝宝吞入异物时，就会咳嗽将异物吐出；当宝宝误食腐坏的食物时，就会自动呕吐、拉肚子，加速排泄；当宝宝体内感染了病原体时，免疫系统会将其清除，或借助发热来完成杀灭病原体的工作。

但是，很多父母不明白这个道理。每当宝宝的身体在自愈过程中产生一些症状时，如呕吐、拉肚子、发热、咳嗽等，有些父母就会通过打针、喂药来阻止这些症状，这样做虽然可以暂时缓解这些症状带来的不适，但却容易延长疾病的治愈时间，也不利于宝宝免疫系统的发育和成熟。其实，对于有些疾病，只要父母在医生的指导下对宝宝进行正确的护理，宝宝就会通过自愈力获得健康。但要注意的是，相信宝宝的自愈力不等于宝宝有病也不需要看医生，而是要求父母正确地认识疾病。



好爸妈，学着自己照护宝宝

照顾生病的宝宝其实并不需要多么高深的理论和特殊的技巧，只要你有满满的爱和细心就足够了。你需要根据宝宝的病情，照顾好他的饮食和生活起居。应尽量提供清淡的食物，让宝宝有食欲，保证宝宝摄入足够的能量和水分。如果宝宝腹泻，要注意其臀部卫生；如果宝宝发热，可以用温水给他擦身体；如果宝宝出疹，要注意给他穿着柔软的内衣，并及时更换……只要用心护理宝宝，基本不会发生什么意外。即使宝宝的病情发生变化，你也一定会有所察觉，能及时带宝宝去看医生。



生病早知道，别延误了病情

宝宝不会无缘无故地生病。有经验的爸爸妈妈都知道，宝宝在生病之前，一般都是有预兆的。爸爸妈妈只要“眼尖”，就能在第一时间察觉到宝宝生病的征兆，从而及时采取相应的预防措施，让宝宝少生病、少遭罪。



学会做眼尖的爸爸妈妈

“宝宝和平时不一样”“总觉得孩子有点奇怪”……父母有这种感觉的时候，一定要重视，因为宝宝可能生病了。通常，宝宝哭闹、宝宝的食欲和大小便习惯发生改变是父母最容易观察到的，也是宝宝身体异常最为直接的一些表现。

如果宝宝突然大哭大闹，哭声比平时明显大很多，那么很可能是其身体某处出现了疼痛。此时可以用手轻轻抚摸宝宝的全身，观察宝宝是否有蜷曲身体的表现；若有，则表示该处可能是宝宝的痛点。如果宝宝哭的声音软弱无力或不哭，很可能是因为其身体不舒服或受到了强大的压力，也可能是其脏器出现问题、发育或代谢障碍等疾病导致的，应及时带宝宝就医。



如果宝宝食欲较平时明显降低，甚至吐奶、不吃饭，应观察宝宝是否有发热、口腔内疱疹、呕吐、疼痛等症状；若有，应及时咨询医生。

若宝宝大便次数增加，呈现水样便或有黏液、血迹，表示宝宝可能患上了肠胃炎；若宝宝大便颜色发白或呈灰色，可能是患有胆囊疾病；若宝宝大便中混有鲜血，可能是患上了肛裂、大肠出血、肠息肉、肠套叠等。无论宝宝出现上述哪种情况，父母都必须立即带宝宝就诊。

如果宝宝频繁地产生眼屎或流泪，眼睛肿胀或充血，可能是眼部被感染了，如结膜炎，应尽早就诊。如果宝宝一边用手抓耳朵一边哭泣，或对声音的反应迟钝，可能是患上了耳病，如中耳炎。



宝宝健康状况的7大观察重点

宝宝，尤其是婴幼儿，还不太会用语言来表达自己的感觉。这时，就需要爸爸妈妈来帮忙了。爸爸妈妈们在生活中要学会观察宝宝的体表表征，以便及时察觉宝宝的异常状况。以下提供7个观察重点，供爸爸妈妈们参考。

食欲

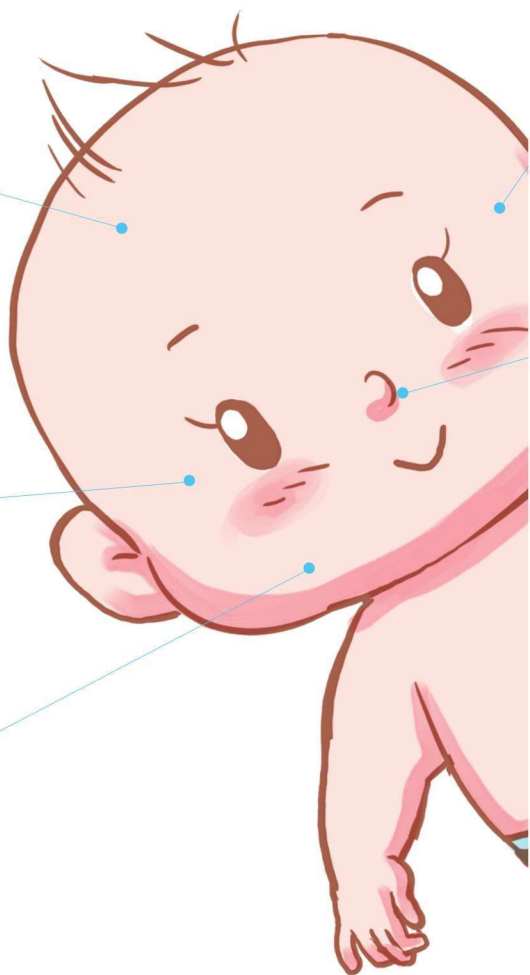
如果和平时相比，宝宝食欲明显下降，需观察宝宝的脸色、情绪、大小便状况。若都无异常，则无须过于担心，否则应留心宝宝是否生病了。

脸色、肤色及眼神

宝宝的脸色、肤色及眼神有异，通常代表他生病了，应及早就医。

睡眠及精神活力

宝宝的睡眠习惯改变——变得不易入睡或嗜睡，或是活动力下降，都是宝宝生病的征兆。应警惕宝宝是否有牙痛、神经痛、瘙痒等症状，或患有消化系统疾病、呼吸系统疾病等。





情绪状态

宝宝身体不适时最折腾人。宝宝哭闹不停、烦躁不安，表示他可能已经生病了。应赶紧确认宝宝有没有发热、食欲好不好等。如果宝宝比平时更黏人，也可能是生病引起的不适及不安。

呼吸是否急促

若宝宝呼吸变粗，呼吸急促，呼吸有异音、喘鸣，甚至呼吸时胸骨上窝、肋骨往下凹陷，可能是患上了肺炎、哮喘或有呼吸窘迫综合征等，家长切不可掉以轻心。

腹部是否鼓胀

若宝宝腹部鼓胀，摸起来硬硬的，或同时伴有发热、呕吐等症状，表示宝宝可能生病了，应尽早带他就医。

大小便的次数及性状

平时就要观察宝宝的大小便情况，包括次数、量、颜色、气味、形状等。一旦和平时不同，很可能就是生病的征兆，此时要仔细观察宝宝的全身状况。