

爱从没有伤害开始

儿童常见疾病 家长手册



甘卫华 主编

凤凰出版传媒集团
江苏科学技术出版社

你知道宝宝不舒服了吗？

孩子生病了，你会不会惊慌失措？

如何在医院做一个聪明的家长？

面对繁多的化验检查你能应对自如吗？

本书从家长的角度出发，详尽介绍了儿童常见疾病的预防、治疗和护理。从了解宝宝的身体构造入手，再深入了解宝宝生病后如何及时做出正确的判断，如何能在医院应对自如，如何居家照护生病的宝宝。书后还介绍了常见意外伤害的防范措施和家庭急救办法。



爱从没有伤害开始——

儿童常见疾病家长手册

主 编 甘卫华

副 主 编 龚 晶 刘昔荣 董 娜

编 者 (按姓氏笔画排名)

丁桂霞	于宝生	王安茹	左 维
刘昔荣	朱永生	邬 薇	吴伟玲
张 彧	张爱青	陈仁杰	陈彩霞
单 晔	孟旭辉	殷 勤	诸葛留珍
盛伟松	黄 杰	龚 晶	焦泽霖
葛 蕾	董 娜	蒋 艺	赖晓峰

薛 娟

插 图 张 敏 罗 洁

版式设计 宋 胤 吴佳欣

凤凰出版传媒集团
江苏科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

爱从没有伤害开始:儿童常见疾病家长手册/甘卫华
主编. —南京:江苏科学技术出版社,2008.1
(新手妈妈系列)
ISBN 978-7-5345-5703-3

I. 爱… II. 甘… III. 小儿疾病:常见病—防治—手册
IV. R72-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 161719 号

爱从没有伤害开始——儿童常见疾病家长手册

主 编 甘卫华
责任编辑 董 玲
责任校对 郝慧华
责任监制 张瑞云

出版发行 江苏科学技术出版社(南京市湖南路 47 号,邮编:210009)
网 址 <http://www.pspress.cn>
集团地址 凤凰出版传媒集团(南京市中央路 165 号,邮编:210009)
集团网址 凤凰出版传媒网 <http://www.ppm.cn>
经 销 江苏省新华发行集团有限公司
照 排 南京紫藤制版印务中心
印 刷 扬中市印刷有限公司

开 本 718 mm×1 000 mm 1/16
印 张 15
字 数 240 000
版 次 2008 年 1 月第 1 版
印 次 2008 年 1 月第 1 次印刷
印 数 1~6 500 册

标准书号 ISBN 978-7-5345-5703-3
定 价 20.80 元

图书如有印装质量问题,可随时向我社出版科调换。

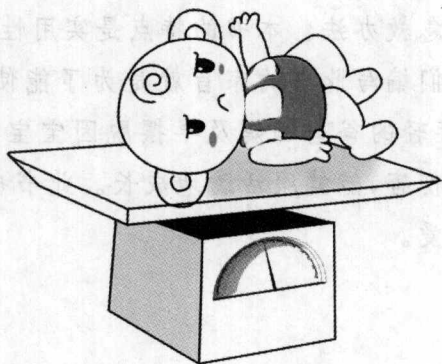
前言

每一个宝宝在发育成长过程中,都可能会受到发热、腹泻、贫血、血尿等许多症状和疾病的侵袭;宝宝在认识世界、接触社会的行为中,还难免会遭遇到各种意外的伤害,例如中毒、烫伤、骨折等。尽管如此,宝宝每生一次病,其免疫力就增强一次;宝宝每遭遇一次意外伤害,其对周边事件就增加了一次认识。然而一旦生病或受到意外伤害,就会给宝宝带来痛苦,给爸爸妈妈们带来烦恼。

本书从家长的角度出发,详尽介绍了儿童常见疾病的预防、治疗和护理。本书首先让家长们了解宝宝的身体构造和特点,然后告诉家长宝宝生病后如何能及时作出正确的判断,如何能在医院应对自如,如何居家照护生病的宝宝。另外还介绍了常见意外伤害的防范措施和家庭急救办法。本书的特点是实用性、可操作性强。

我们编写此书的宗旨就是为了能使患病宝宝尽快脱离疾病的痛苦,让年轻的爸爸妈妈及早摆脱因宝宝生病造成的压力和负担,让宝宝远离伤害,能健康活泼地成长。此书也是我们儿科大夫献给孩子们的一份爱。

甘卫华



目 录

第一篇 做聪明的患儿家长

Part 1 面对疾病轻松应对 2

- 一、了解宝宝的身体 2
- 二、切忌病急乱投医 2
- 三、如何能在医院应对自如 3
- 四、学会统筹安排繁杂的化验及辅助检查 5
- 五、怎样有效地保存病历资料 5
- 六、用药遵医嘱 6

Part 2 您对孩子了解有多少 7

- 一、宝宝的身高、体重达标吗 7
- 二、宝宝的智力发育正常吗 8
- 三、不要盲目地相信智力检测 9
- 四、预防接种很重要 10

第二篇 如何应对常见症状

Part 3 宝宝出现这些症状怎么办 14

- | | |
|-----------------|------------------|
| 一、发热 14 | 九、便秘 26 |
| 二、咳嗽 16 | 十、黄疸 27 |
| 三、呼吸困难 17 | 十一、鼻出血 29 |
| 四、青紫 18 | 十二、胸闷 30 |
| 五、呕吐 19 | 十三、胸痛 32 |
| 六、腹泻 22 | 十四、血尿 33 |
| 七、食欲不振 24 | 十五、水肿 34 |
| 八、腹痛 25 | 十六、哭闹不安 36 |

十七、昏迷	37	十九、皮疹	39
十八、消瘦	38		

第三篇 常见疾病家长应对指南

Part 4 新生儿特别照顾	44
-----------------------------	-----------

一、新生儿结膜炎的居家防护	44
二、如何应对新生宝宝的脐出血	46
三、如何应对新生儿脐部感染	46
四、如何应对宝宝脐疝	47
五、新生儿患肺炎怎么办	48
六、新生儿出现消化道症状怎么办	49
七、新生儿青紫会有哪些原因呢	51

Part 5 呼吸道疾病应对措施	53
-------------------------------	-----------

一、上呼吸道感染	53	五、支气管炎	60
二、喉炎	56	六、肺炎	62
三、急性扁桃体炎	57	七、支气管哮喘	64
四、疱疹性咽峡炎	58		

Part 6 胃肠道疾病应对措施	67
-------------------------------	-----------

一、鹅口疮	67	四、消化性溃疡	73
二、急慢性胃炎	68	五、便血	75
三、腹泻	70		

Part 7 心血管疾病应对措施	78
-------------------------------	-----------

一、先天性心脏病	78	三、小儿心律失常	86
二、病毒性心肌炎	84	四、心力衰竭	89

Part 8 肾和泌尿道疾病应对措施	92
---------------------------------	-----------

一、急性肾小球肾炎	92	三、尿路感染	98
二、肾病综合征	94	四、过敏性紫癜性肾炎	101

Part 9 血液系统疾病应对措施 105

一、贫血 105 三、急性白血病 109

二、血小板减少性紫癜 107

Part 10 脑疾病应对措施 114

一、癫痫 114 三、化脓性脑膜炎 120

二、脑性瘫痪 117 四、病毒性脑炎 123

Part 11 营养与内分泌疾病应对措施 125

一、维生素 D 缺乏性佝偻病 125 五、性早熟 135

二、营养不良 129 六、糖尿病 137

三、微量元素缺乏(锌缺乏) 131 七、小儿肥胖症 140

四、矮小症 133

Part 12 免疫性疾病应对措施 142

一、风湿热 142 三、幼年型类风湿关节炎 146

二、川崎病 144

Part 13 传染性疾病应对措施 148

一、麻疹 148 四、流行性腮腺炎 152

二、水痘 149 五、结核病 153

三、幼儿急疹 151

Part 14 耳鼻咽喉科疾病应对措施 156

一、鼻出血 156 三、中耳炎 160

二、急性和慢性扁桃体炎 158 四、小儿急性喉炎 162

Part 15 皮肤疾病应对措施 164

一、荨麻疹 164 三、疖子 167

二、丘疹性荨麻疹 166 四、寻常型脓疱疮 168

五、婴儿湿疹	168	七、药疹	172
六、手足口病	170	八、褶烂	173

Part 16 精神和心理障碍应对措施

一、儿童注意缺陷与多动障碍	175	六、儿童强迫症	186
二、儿童抽动障碍	177	七、儿童瘾症	188
三、儿童抽动-秽语	179	八、孤独症	190
四、儿童焦虑症	181	九、精神发育迟滞	192
五、儿童恐惧症	183	十、异食癖	195

Part 17 需要外科手术的疾病应对措施

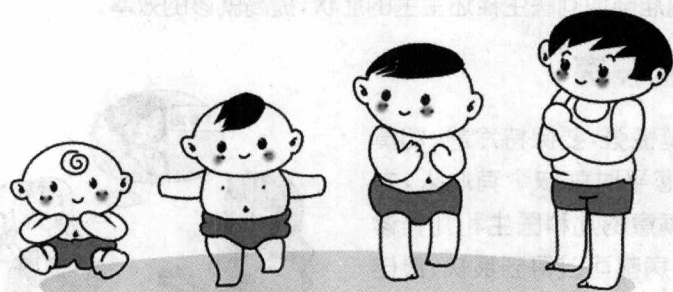
一、唇腭裂	197	五、隐睾	206
二、腹股沟疝(小肠气)	199	六、先天性尿道下裂	208
三、阑尾炎	201	七、斜颈	210
四、先天性巨结肠症	204	八、先天性髋关节脱位	211

第四篇 家长需要掌握的急救办法

Part 18 儿童常见意外伤害急救办法

一、心肺复苏	214	七、食物中毒	221
二、溺水	216	八、药物中毒	223
三、气管异物吸入	217	九、惊厥	224
四、中暑	219	十、烫伤	226
五、蒙被综合征	220	十一、宠物咬伤	228
六、煤气中毒	220	十二、骨折	230

第一篇 做聪明的患儿家长





Part 1 面对疾病轻松应对



孩子突然呕吐或者鼻出血,你是不是会惊慌失措?医院就诊时复杂的程序是不是让你头脑发胀?孩子生病是每个家长都会遇到的烦心事。本章将会告诉你如何做一个聪明的家长,面对各种状况能应对自如。家长的关爱、医生的治疗一定能使你的孩子早日恢复健康。

1 了解宝宝的身体

宝宝从出生到 18 岁,身体一直处于不停的生长和发育中,因此在不同的年龄段,宝宝各个器官的功能、对疾病的抵抗力都明显不同。仔细了解不同年龄宝宝的身体特点,尤其是了解婴幼儿宝宝身体特点与年长儿和成年人的差异,是父母爱护宝宝、防止宝宝遭受疾病伤害最重要的第一步。

如果宝宝身体不舒服,他(她)肯定会在食欲、睡眠、大小便、精神状态等方面表现异常。爸爸妈妈每天都要细心地观察宝宝这些方面的变化,并适当做些记录(作为宝宝平时的健康记录)。一旦发现宝宝食欲不振、睡眠不安、哭闹不停、气色不佳甚至出现呕吐、腹泻等症状时,一定要意识到宝宝可能生病了。

在送宝宝看儿科医生前,爸爸妈妈必须要学会并习惯性地做好一件很重要的事,就是详细地记录宝宝的病情经过和症状。建议爸爸妈妈一开始就用一本专用的本子作为宝宝的病情记录本,这样既可以连续性地观察宝宝病情的变化趋势,又有利于宝宝平时的健康管理。主要按时间经过记录,应尽量简明扼要,包括记录宝宝的体温、体重、气色、食欲、哭闹、睡眠、精神、大小便情况等变化的时间和方式,此记录可便于爸爸妈妈准确地向医生描述宝宝的症状,提高就诊的效率。

2 切忌病急乱投医

宝宝得了病切莫慌张,要保持冷静,切莫病急乱投医。只要您平时就做个有心人,为宝宝就近选定了您满意的儿科医生和儿科诊所,那么宝宝每次生病都可以得到最快、最佳的诊治,再加上您的精心护理,您的宝宝一定会很快活泼如初。

平时就要为宝宝选择好儿科医生和



儿科诊所(医院)

- 尽量为宝宝选择附近的儿科医生和儿科诊所(医院)
- 尽量为宝宝选择固定的儿科医生和儿科诊所(医院)
- 为宝宝选择好值得信赖的儿科医生和儿科诊所(医院)

3 如何能在医院应对自如

各家医院的就医流程可能不尽相同,但通常区别不大,主要分十大步骤:

第一步:去导医台或分诊台

导医台或分诊台的护士会简要询问宝宝的主要病症,她们会根据宝宝病情的轻重缓急建议您挂急诊号还是普通门诊号;会根据宝宝病情复杂与否建议您挂专家号还是普通号;分诊护士还会根据您的宝宝病症的类型建议您给宝宝挂小儿内科号、小儿外科号或小儿耳鼻喉科号等。



第二步:挂号处挂号(买门诊病历)

按导医台或分诊台护士的建议为宝宝挂号,如果您是带宝宝复诊或您自己很明确地知道宝宝该在哪个科就诊,那就没必要去导医台或分诊台,可直接为宝宝挂号。

如宝宝病情较重(体温 >39.5 摄氏度、精神差或惊厥昏迷等),应首先通过绿色通道直接送急诊室抢救治疗(无需排队候诊),然后再挂急诊号买病历。

如果宝宝病情不重、病程不长、估计为常见多发病,可以挂普通号就诊(一般需要花一定的时间排队候诊)。

如果宝宝病情较复杂、病程较长、可能为疑难杂症少见病,应该挂专家号就诊,应该要知道看专家门诊一般比看普通门诊的候诊时间长。

如果宝宝是第一次看病或您没带上宝宝的老病历,那么您在挂号的同时别忘了同时买本新的门诊病历。

第三步:候诊区候诊

带宝宝到相应诊室(儿内科或儿外科等)的候诊区,将挂号单及病历交给喊号的护士排队候诊。在候诊期间,护士会登记宝宝的姓名、性别、年龄和住址,会帮您填写宝宝新病历封面的栏目并同时为宝宝测量体温。轮到您宝宝就诊时,护士会为您和宝宝安排好相应的诊室。

Part 1

面对疾病轻松应对

第四步：医生诊疗室就诊

向医生描述宝宝的病情，回答医生的病史询问，接受医生给宝宝的体格检查。然后医生会根据病情需要，建议给宝宝做化验检查或特殊检查（X线检查或B超检查），以进一步明确诊断。

第五步：缴费处缴费

拿着医生开出的化验申请单和特殊检查申请单去缴费处缴费，记住拿回化验申请单、特殊检查申请单及缴费发票。

第六步：化验检查及特殊检查

凭化验申请单、特殊检查申请单及缴费发

票到化验室或放射科给宝宝做检查。如果要给宝宝检查血常规，应到门急诊化验室采末梢血，如果是给宝宝查大小便常规，应到门急诊化验室取盛大小便的专用小器皿，留取宝宝的大小便。血、尿、粪三大常规的结果均立等可取（一般10~15分钟）。X线检查通常需要20~30分钟出报告。

第七步：取化验检查及特殊检查结果单回医生诊室

医生根据化验检查及特殊检查结果一般可给宝宝一个初步诊断，若诊断明确，病情较轻，则可以在门诊治疗，医生将会开出处方，建议回家给宝宝服药或在门诊接受输液治疗。

如果在门诊无法明确诊断或宝宝病情较重，医生会建议宝宝住院观察治疗，并给宝宝开出住院通知单。

第八步：缴费处缴费（或住院处办理住院手续）

拿着医生开出的处方去缴费处缴费，记住拿回处方及缴费发票。如果宝宝是需要住院，则应凭住院通知单到住院处为宝宝办理住院手续。

第九步：药房取药

凭处方及缴费发票到药房取药。记住，对口服药或外用药，一定要向药师或医生问清楚每种药的使用方法。

如果宝宝无需注射或输液治疗，现在就可以带宝宝回家了。

第十步：输液室输液

如果宝宝还需注射或输液治疗，那么就要



拿好从药房取出的注射或输液药品去输液室,交给输液室的护士配制药水,为宝宝注射或输液治疗。

4 学会统筹安排繁杂的化验及辅助检查

如果宝宝病情复杂,需做很多的化验检查和特殊检查,为了节省时间,减轻宝宝的痛苦,爸爸妈妈应在医生的指导下统筹安排好每项检查的顺序。

以下原则可以借鉴:

✦ 先接受出报告较慢的检查:如摄X线片或做CT检查需等30分钟左右出报告,可以先去做,利用等待X线片或CT报告的这段时间去做血常规和大小便常规等检查,几个报告就可以同时拿到。

✦ 先做需要空腹的检查:肝功能、血脂检查需要空腹,可先给宝宝抽血,抽完血立即让宝宝吃早点,然后再继续给宝宝做其他检查。

✦ 同时取血标本,减少宝宝穿刺采血的痛苦:例如静脉抽血查肝功能等检查时,其血标本可同时做血常规,避免再采末梢血。另外肺炎支原体检查也是取末梢血,可与血常规同时采血。

✦ 先做需要膀胱充盈的检查:B超查膀胱需要有大量尿液,如果宝宝有便意,应先做B超,检查完膀胱后,再解小便留尿液,做尿常规检查或中段尿检查。

5 怎样有效地保存病历资料

宝宝的病历也是记录宝宝成长过程的重要资料,细心的和有责任心的爸爸妈妈应该学会完整而有效地保存好宝宝的病历资料,尤其对患有慢性疾病(如肾脏病、哮喘)的宝宝,病历的完整保存至关重要。

● 养成将宝宝的病历放在家里某一个固定地方的习惯,便于急用时很容易拿到。尽量在一本病历用完后买另一本新病历用,便于疾病就诊记录的时间连贯性。切忌几本病历同时用,以免造成混乱,给自己和医生添麻烦。

● 要定期整理病历(例如1年或2年整理一次),按时间顺序标记好用完的





Part 1

面对疾病轻松应对

旧病历，编上序号并装订好。

● 化验检查和辅助检查的报告单不可随便丢弃，应该按时间顺序从远到近粘贴或装订好（最好每次就诊后能及时粘贴或装订，以免遗失）。

● 当医疗保险公司索要宝宝的原始病历时，您一定得留下病历的复印件后才可将宝宝的原始病历交出去，要记住医疗保险公司通常是不返还患者的原始病历的。

6 用药遵医嘱

宝宝生病，爸爸妈妈又急又心痛，一心巴望着病痛快快过去，让宝宝少受折磨。于是，性急的爸爸妈妈就可能不遵医嘱给宝宝用药，常常会犯以下错误：

◆ 随便选用药品，甚至将成人的药品直接减量给宝宝服用。

◆ 随便选择药物剂量，以成人剂量随意估算，甚至有些妈妈错误地认为，药吃多一点，病好得快一些。

◆ 随便选择好几种药物一起使用，认为这样用药宝宝病能快些好。

◆ 长期给宝宝服用营养品和补药，认为这样可增加宝宝的体质，少生病。

以上这些做法很错误、也很危险，要知道宝宝的正身体正处于生长发育阶段，肝肾功能、中枢神经系统、内分泌系统都尚未发育完善，对很多药物极为敏感。这就要求给宝宝用药一定要遵照医嘱，千万不要随便给宝宝用药。

（甘卫华）

Part 2 您对孩子了解有多少

爱的种子发芽了,小生命哇哇哭着来到新妈妈、新爸爸的身边,香香地吮奶,慢慢地长大,会笑、会坐、会滚、会爬、会走路了,会喊爸爸妈妈了。宝宝在1岁以内(婴儿期)是生长发育最快的时期,到青春期末时生长速度又加快。宝宝的每一点进步都给家长带来好多的欢乐。

1 宝宝的身高、体重达标吗

1. **体重** 新生宝宝平均出生体重约3千克余,男婴略重于女婴。宝宝生后一周内,吃奶量偏少,经过排尿、呼吸、皮肤丢失了体内的部分水分,还排出胎粪,体重会暂时性下降,称生理性体重下降。以后体重就逐渐增加,生后3个月时体重约6千克,1岁时体重约9千克,2岁时体重约12千克,2岁至青春期末体重平均每年增长约2千克。青春期末体重平均每年增长约4~5千克。

正常儿童体重估算公式

年 龄	体重(千克)
3~12 月	(月龄+9)/2
1~6 岁	年龄×2+8
7~12 岁	(年龄×7-5)/2

2. **身高(身长)** 新生宝宝出生时身长平均为50厘米,1岁时身长约75厘米,2岁时身长约85厘米,2岁以后身高每年约增长5~7厘米。

正常儿童身高(身长)估算公式

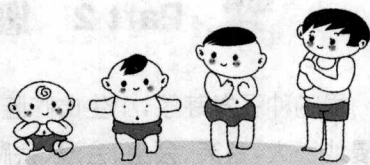
年 龄	身高(身长)(厘米)
12 月	75
2~12 岁	年龄×6+77

年轻的爸爸妈妈,按上所述,可大概估计宝宝的体重、身高是否达标。宝宝定期的健康检查也很重要,儿童保健科的医生可用医学统计学方法评价宝宝的体格生长,并通过连续的观察,来判断宝宝的生长发育趋势,及早发现问题,给予

正确的指导。

2 宝宝的智力发育正常吗

1. 宝宝感知功能 宝宝一生下来,就能看到这个美丽的世界,就能听到爸爸、妈妈慈爱的声音,就能闻到妈妈的奶香,就能感觉到父母温柔的触摸。只是这些感知功能还不成熟,和宝宝的体格生长一样,在逐渐地发育完善。



视觉发育

新生儿宝宝在安静清醒状态下,能看清 15~20 厘米内的物体,3~4 个月时喜欢看自己的手,18 个月时能区别各种形状,5 岁时可区别各种颜色。

听觉发育

新生儿宝宝生后 3~7 天听觉就已相当良好,3 个月时会笑出声,4 岁时听觉已经发育完善。听觉发育和宝宝的语言发育密切相关,听力障碍如果不能在语言发育的关键期内或之前得到确诊和干预,就会因聋致哑。

味觉和嗅觉发育

新生儿宝宝味觉、嗅觉已发育成熟,4~5 月时对食物轻微的味道改变已很敏感,是味觉发育的关键期,此阶段要适时逐渐添加各种食物,避免日后发生挑食、进餐困难。

运动的发育

平衡与大运动 新生儿宝宝俯卧时能抬头 1~2 秒,3 个月时抬头较稳,6 个月时能双手向前撑住独坐,7 个月会滚;8~9 个月时会爬;11 个月时可独自站立片刻,15 个月时可独自走稳,24 个月时可双足并跳,30 个月时可单足跳。

细动作 宝宝 6~7 个月时会捏、敲、持物换手;9~10 个月时可用拇、食指拾物,喜撕纸;12~15 个月时学会用匙,爱乱涂画;18 个月时能叠 2~3 块方积木;2 岁时可叠 6~7 块方积木,会翻书。

语言的发育

宝宝的语言发育要经过发音、理解和表达 3 个阶段。3 个月会笑出声;6 个月能听懂自己的名字;1 岁会主动喊爸爸妈妈,能说简单的单词,如“再见”“没了”;18 个月时能指认并说出家庭主要成员的称谓;24 个月时能指出简单的人、物的名和图片;4 岁时能讲述简单的故事情节。