

儿童医学小百科

打造宝宝的健康天堂!

# 小儿照护 Q & A

彭纯芝 王孟祺 著

发烧会不会烧坏脑子?  
得了尿布疹怎么办?  
口水流个不停,是生病了吗?  
为什么会吐奶?溢奶?  
乳牙不刷可以吗?

资深儿科专家  
强力推荐

天津科技翻译出版公司

儿童医学小百科

打造宝宝的健康天堂！

# 小儿照护 Q & A

彭纯芝 王孟祺 著



天津科技翻译出版公司

著作权合同登记号:图字:02-2002-145

---

图书在版编目 (CIP) 数据

儿童医学小百科. 小儿照护 Q&A/彭纯芝, 王孟祺著. —天津:  
天津科技翻译出版公司, 2003.5  
ISBN 7-5433-1624-2

I. 儿… II. ①彭…②王… III. 婴幼儿—哺育—问答 IV. R72-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 014011 号

---

授权单位: 华成图书出版股份有限公司

出 版: 天津科技翻译出版公司

地 址: 天津市南开区白堤路 244 号

邮政编码: 300192

电 话: 022-24314802

传 真: 022-24310345

E - mail: tsttbc@public.tpt.tj.cn

印 刷: 河北新华印刷二厂

发 行: 全国新华书店

版本记录: 850 × 1168 32 开本 9.5 印张 174 千字

2003 年 5 月第 1 版 2003 年 5 月第 1 次印刷

印数: 1 - 3000 册

定价: 13.00 元

(如发现印装问题, 可与出版社调换)



## 作者序



2001 年的最后一个夜晚，外面人声鼎沸，为着跨年的倒计时而狂欢、兴奋。而陪伴我迎接 2002 年的是儿子的哭声、咳嗽声及我的键盘声合奏而成的“跨年音乐会”。写作接近尾声之际，儿子得了支气管炎，让我再度饱尝病患家属的感受。有人说身为儿科医师，只有将自己的小孩哺养长大之后，才算真正领到了“毕业证书”。回首过去，生老大坐月子时，常常遇到一些照顾上的小细节，对担任住院医师刚 3 年的我来说，也不知如何才是最正确的。于是打电话回医院向资深的医师或护士请教，或偷偷地翻书找答案。坐月子期间，也曾经历儿子每晚哭两个小时的日子，就如同书上描述的“腹绞痛”一样，深刻的体会“知易行难”的困境。儿子的成长，真的是我最佳的“实习训练”。

身兼“儿科医师”与“妈妈”两职，也常会遇到一

些令人啼笑皆非的事情。每到孩子生病，有人会笑说：

“儿科医师自己的小孩也会生病啊！”有一次老二因为细支气管炎住院，也被嘲笑：“怎么照顾成这样？”谁说儿科医师的小孩有特权，可以不生病？而且有些疾病的严重程度与照顾的好坏无关。有时家中的长辈会说：“要不要带去医院看医师？”儿科医师的专业在家中受到质疑，似乎也是很普遍的事。不过这些育儿经验，确实让我更加成长，可以“过来人”的心情体会家属的感受，把每个小患者都当做自己小孩一样，悉心照顾。

常常觉得自己很幸运，在小儿科前主任沈渊瑶医师、现任李宏昌主任、儿科加护病房洪汉阳主任的指导与提携下，在短短的5年内参与了2本教科书的执行编辑，和3本书部分章节的编著。每次编写，对我而言都是一个挑战，也从中不断地学习、成长。而今，在与张瑞幸医师一同完成儿童医学小百科中的《小儿照护实用篇》一书后，又得以编著这本真正属于我自己的书。真的很感谢小儿科前辈医师们的栽培与照顾。

本书《小儿照护 Q&A》是接续《小儿照护实用篇》，把家长在照顾小宝贝常常遇到的问题或困扰，做一系列的解说，希望能为读者分忧解惑。书中尽量以浅显的描述，辅以图片，提供读者最务实的观念与照顾方法。书中收集了二十余张插图，希望读者对常见的病症

“一目了然”，得到更具体而实际的认识。有些主题与本系列儿童医学小百科中其他书中的章节重复，那些“认识系统疾病”的各类书均由科内各专科主任或前辈所执笔。若读者觉得本书对疾病的解说有不足之处，可以参阅其他前辈专家们的大作，其中对各系统的疾病都有深入而精辟的阐述。

每次聆听别人的感言或观看书中的序，总觉得谢一堆人很老套。然行笔至此，真的无法按捺自己想表达谢意的冲动。一本书的完成，一切荣耀应归于所有曾经尽力的人。谢谢我的先生鼎力相助，撰写本书第2章“眼睛的照护”，以眼科医师专业的角度，告诉读者如何保护孩子的“心灵之窗”。当然也谢谢他以及我的公婆，在忙碌的工作中及两个宝贝的纠缠下，替我分担了许多家务。没有他们我将会是“一事无成”。

**谨以此书献给我深爱的父母!**

彭纯芝 谨识

2002 年元旦



**第1章 一般照护篇 ..... 1**

**第1节 发烧 ..... 2**

怎样叫“发烧”? .....3

如何正确的测量体温? .....4

为什么会“发烧”? .....9

发烧的症状有哪些?如何处理? .....11

发烧会不会“烧坏脑子”? ..... 13

|                           |    |
|---------------------------|----|
| 如何揪出引起发烧的“藏镜人”？ .....     | 13 |
| 发烧怎么办？是否需要马上去医院？ .....    | 14 |
| 酒精擦拭可以退烧，真的吗？ .....       | 16 |
| 打退烧针好吗？ .....             | 16 |
| 正确的退烧方式有哪些？ .....         | 17 |
| <b>第2节 容易受惊</b> .....     | 19 |
| 宝宝为什么容易受惊，这是正常的吗？ .....   | 19 |
| 什么情况较易引发惊吓反射？ .....       | 21 |
| 容易受惊有关系吗？ .....           | 21 |
| 如何处理宝宝容易受惊的问题？ .....      | 22 |
| 将宝宝双手绑起来可预防受惊，真的吗？ .....  | 23 |
| “收惊”真的有效吗？ .....          | 23 |
| <b>第3节 哭闹不停的宝宝</b> .....  | 26 |
| 小宝宝为什么要哭？ .....           | 26 |
| 可以用安抚奶嘴吗？ .....           | 29 |
| 宝宝为什么一直哭闹？ .....          | 29 |
| 什么是“婴儿肠绞痛”？ .....         | 30 |
| <b>第4节 黄疸</b> .....       | 33 |
| 什么是“黄疸”？ .....            | 33 |
| 什么是“胆红素”？ .....           | 34 |
| 为什么新生儿容易产生黄疸？ .....       | 36 |
| 什么是生理性黄疸？ .....           | 36 |
| 什么情况是不正常的黄疸(病理性黄疸)？ ..... | 37 |
| 什么是“母子血型不合”？ .....        | 38 |
| 吃“蚕豆”会产生黄疸吗？ .....        | 39 |
| 为什么黄疸一直不退？ .....          | 39 |

|                           |    |
|---------------------------|----|
| 喝母乳的宝宝比较容易产生黄疸吗? .....    | 40 |
| 怎么观察宝宝有没有黄疸? .....        | 41 |
| 黄疸可能造成什么样的伤害? .....       | 41 |
| 患了黄疸如何处理? .....           | 43 |
| 光照疗法,晒太阳有效吗? .....        | 43 |
| 换血会不会很危险? .....           | 44 |
| <b>第5节 新生儿的乳房隆起</b> ..... | 47 |
| 宝宝的乳房怎么肿痛的,是生病了吗? .....   | 47 |
| 乳房隆起需要治疗吗? .....          | 48 |
| <b>第6节 睡眠问题</b> .....     | 50 |
| 正常的睡眠包含哪些生理变化? .....      | 51 |
| 小宝宝的睡眠时间到底要多久才算足够? .....  | 52 |
| 什么情况会影响宝宝的睡眠? .....       | 53 |
| 如何才能“扭转日夜”? .....         | 54 |
| 趴睡或仰睡,如何是好? .....         | 55 |
| “噩梦连连”为何事? .....          | 56 |
| “梦游”怎么办? .....            | 57 |
| <b>第7节 病儿的照护</b> .....    | 58 |
| 如何观察病情轻重? .....           | 59 |
| 如何有效的描述病情? .....          | 60 |
| 宝宝不吃药怎么办? .....           | 61 |
| 病童的居家照顾要注意什么? .....       | 63 |
| 病童一到医院就哭,怎么办? .....       | 64 |
| 宝宝住院了怎么办? .....           | 64 |
| <b>第8节 过敏儿的照护</b> .....   | 66 |
| 何谓“过敏性疾病”? .....          | 67 |

|                           |           |
|---------------------------|-----------|
| 何谓“异位性体质”？ .....          | 67        |
| 如何知道小孩会不会有过敏的现象？ .....    | 68        |
| 过敏的症状是什么？ .....           | 69        |
| 常见的过敏原有哪些？ .....          | 69        |
| 照顾过敏儿的原则是什么？ .....        | 70        |
| 如何做好居家环境控制？ .....         | 70        |
| 如何维持过敏儿的营养？ .....         | 72        |
| 哮喘儿可以运动吗？ .....           | 73        |
| <b>第9节 早产儿的居家照护</b> ..... | <b>75</b> |
| 早产儿与足月儿有何不同？ .....        | 76        |
| 如何照顾早产儿宝宝？ .....          | 77        |
| 早产儿喝什么奶最好？ .....          | 78        |
| 早产儿比较容易有黄疸吗？ .....        | 79        |
| 预防针怎么打？ .....             | 79        |
| 早产儿比较容易生病吗？ .....         | 80        |
| 早产儿睡得较不安稳吗？ .....         | 80        |
| 带氧气回家怎么办？ .....           | 81        |
| 如何追踪早产儿的成长？ .....         | 82        |
| <b>第10节 成长与发育</b> .....   | <b>84</b> |
| 我的孩子会不会太瘦小？ .....         | 84        |
| “学步车”可以帮助宝宝学走路吗？ .....    | 85        |
| <b>第2章 眼睛的照护</b> .....    | <b>87</b> |
| <b>第1节 水汪汪的大眼睛</b> .....  | <b>88</b> |
| 泪水怎么来？怎么去？ .....          | 88        |
| 如果小宝宝鼻泪管阻塞要如何治疗呢？ .....   | 89        |

|                     |     |
|---------------------|-----|
| 第2节 斗鸡眼(斜视)         | 93  |
| 何谓“斜视”?             | 93  |
| 什么是真正的“斗鸡眼”?        | 94  |
| 第3节 下睑赘皮            | 97  |
| 什么是下睑赘皮?            | 97  |
| 下睑赘皮有什么伤害?          | 98  |
| 下睑赘皮要如何治疗?          | 98  |
| 第4节 麦粒肿与霰粒肿         | 100 |
| 麦粒肿是什么?             | 100 |
| 麦粒肿要如何治疗?           | 101 |
| 麦粒肿的后遗症是什么?         | 101 |
| 如何避免麦粒肿生成?          | 102 |
| 第5节 弱视              | 103 |
| 只测量裸视就能判断是弱视吗?      | 103 |
| 小儿视力发育的关键是什么?       | 103 |
| 幼童的视力标准和成人一样吗?      | 104 |
| 造成弱视的原因有哪些?         | 104 |
| 弱视要如何治疗?            | 105 |
| 什么时候教小儿比视力表呢?       | 105 |
| 不会比视力表的幼童要注意哪些异常行为? | 106 |
| 第3章 耳朵的照护           | 109 |
| 第1节 耳垢              | 110 |
| 为什么有这么多耳屎?          | 110 |
| 要不要挖耳朵,清耳垢?         | 111 |

|                           |     |
|---------------------------|-----|
| 耳垢栓塞有哪些影响? .....          | 111 |
| 如何正确的清除有栓塞的耳垢? .....      | 112 |
| 第2节  耳痛与耳朵流脓 .....        | 114 |
| 为什么会耳朵痛? .....            | 114 |
| 为什么耳朵会流脓? .....           | 115 |
| 异物进入耳朵怎么办? .....          | 116 |
| 患了外耳炎怎么办? .....           | 116 |
| 中耳炎要注意什么? .....           | 117 |
| 第4章  鼻子的照护 .....          | 121 |
| 第1节  鼻塞、流鼻水 .....         | 122 |
| 为什么新生儿总是鼻塞? .....         | 123 |
| 鼻塞、流鼻水一定是感冒吗?有什么原因? ..... | 124 |
| 鼻塞、流鼻水时,什么情况下要赶紧就医? ..... | 125 |
| 黄鼻涕一定要吃抗生素吗? .....        | 126 |
| 需要常抽鼻涕吗? .....            | 126 |
| 如何正确的照顾鼻塞、流鼻水的孩子? .....   | 127 |
| 第2节  流鼻血 .....            | 130 |
| 为什么会流鼻血? .....            | 130 |
| 常常流鼻血有关系吗? .....          | 131 |
| 如何止鼻血? .....              | 131 |
| 第5章  口腔及牙齿的照护 .....       | 133 |
| 第1节  口水流不停 .....          | 134 |
| 宝宝的口水怎么流不停? .....         | 134 |

|                              |     |
|------------------------------|-----|
| 口水流个不停,是有病吗? .....           | 135 |
| 如何照顾流口水的宝宝? .....            | 136 |
| <b>第2节 胎生齿</b> .....         | 137 |
| “鬼牙”可怕吗? .....               | 137 |
| 胎生齿要不要拔? .....               | 138 |
| <b>第3节 地图舌</b> .....         | 140 |
| 什么是地图舌? .....                | 140 |
| 地图舌是怎么发生的? .....             | 141 |
| 地图舌要不要擦药? .....              | 141 |
| <b>第4节 吊舌根</b> .....         | 143 |
| “吊舌根”是什么? .....              | 143 |
| 如何观察宝宝是否舌系带过紧? .....         | 144 |
| 口齿不清“它”之过? .....             | 145 |
| 需要开刀吗? .....                 | 145 |
| <b>第5节 口腔溃疡</b> .....        | 147 |
| 为什么会有口腔溃疡? .....             | 147 |
| 什么是疱疹性咽峡炎? .....             | 149 |
| 什么是手足口病? .....               | 149 |
| 为什么会造成严重致死病例? .....          | 150 |
| 肠病毒的咽峡炎、手足口病要如何观察病情变化? ..... | 150 |
| 什么是疱疹性齿龈口舌炎? .....           | 151 |
| 患了唇炎怎么办? .....               | 152 |
| 如何照顾口腔溃疡的小朋友? .....          | 153 |
| <b>第6节 鹅口疮</b> .....         | 155 |
| 什么是鹅口疮? .....                | 155 |

|                             |     |
|-----------------------------|-----|
| 舌苔很厚也是如此吗? .....            | 156 |
| 鹅口疮要不要治疗? .....             | 156 |
| <b>第7节 牙齿的照护</b> .....      | 158 |
| 长牙慢是发育有问题吗? .....           | 159 |
| 长牙慢要加钙片吗? .....             | 159 |
| 长牙会发烧吗? .....               | 160 |
| 乳牙不刷可以吗? .....              | 161 |
| <b>第6章 皮肤的照护</b> .....      | 163 |
| <b>第1节 血管瘤</b> .....        | 164 |
| 血管瘤是恶性的吗? .....             | 164 |
| 血管瘤需要治疗吗? .....             | 165 |
| <b>第2节 婴幼儿常见的皮肤问题</b> ..... | 168 |
| 患了尿布疹怎么办? .....             | 168 |
| 新生儿毒性红斑与胎火有关吗? .....        | 171 |
| 长痱子是太热了吗? .....             | 172 |
| 脂溢性皮肤炎是什么? .....            | 172 |
| 湿疹是过敏吗? .....               | 173 |
| 如何照顾湿疹的宝宝? .....            | 174 |
| <b>第3节 会出疹子的疾病</b> .....    | 176 |
| 什么是病毒疹? .....               | 176 |
| 哪些疾病会出疹子? .....             | 178 |
| 出疹子时要如何区别? .....            | 179 |
| 出疹子不能吹风吗?要如何照顾出疹子的宝宝? ..... | 180 |

## 第7章 呼吸系统的照护 ..... 181

### 第1节 婴儿屏息症 ..... 182

哭到憋气,暂停呼吸是怎么回事? ..... 182

为什么会有婴儿屏息症? ..... 183

发生婴儿屏息症时该怎么办? ..... 184

婴儿屏息症会造成智能不足吗? ..... 185

### 第2节 呼吸急促 ..... 187

什么是呼吸急促? ..... 188

什么状况会造成呼吸急促? ..... 189

呼吸速度异常时该怎么办? ..... 191

### 第3节 呼噜呼噜的呼吸音 ..... 193

是因为有痰吗? ..... 193

什么时候要看医生? ..... 194

长大会好吗? ..... 195

### 第4节 咳嗽 ..... 196

为什么会咳嗽? ..... 197

咳不停,会伤身吗? ..... 198

咳咳不休,所为何事? ..... 198

咳不停该怎么办? ..... 204

“流感疫苗”可以完全预防感冒吗? ..... 205

## 第8章 消化系统的照护 ..... 207

### 第1节 吐奶 ..... 208

什么是溢奶,会造成什么影响? ..... 208

为什么会呕吐? ..... 210

|                           |     |
|---------------------------|-----|
| 吐奶要如何处理? .....            | 211 |
| 吐奶或溢奶长大会好吗? .....         | 213 |
| 第2节 腹胀 .....              | 214 |
| 什么原因会造成腹胀? .....          | 215 |
| 怎么观察宝宝的腹胀有没有问题? .....     | 220 |
| 第3节 便秘 .....              | 222 |
| 怎样叫做便秘? .....             | 222 |
| 正常的排便包括哪些事项? .....        | 223 |
| 便秘有何症状? .....             | 224 |
| 造成便秘的原因有哪些? .....         | 225 |
| 宝宝便秘时要如何处理? .....         | 226 |
| 宝宝还太小,无法吃蔬菜、水果时怎么办? ..... | 227 |
| 吃软便药好吗? .....             | 228 |
| 可以常灌肠吗? .....             | 229 |
| 第4节 腹泻 .....              | 230 |
| 腹泻就是肠胃炎吗? .....           | 231 |
| 什么原因会腹泻吗? .....           | 231 |
| 喝母乳会腹泻吗? .....            | 233 |
| 什么时候要看医师? .....           | 234 |
| 居家如何照顾腹泻的孩童? .....        | 234 |
| 第5节 脐疝气 .....             | 238 |
| 脐疝气是不是哭出来的? .....         | 238 |
| 脐疝气需不需要治疗? .....          | 239 |

## 第9章 泌尿及生殖系统的照护 ..... 243

### 第1节 腹股沟疝气(疝气、脱肠) ..... 244

为什么会发生“腹股沟疝气”?是不是哭得太厉害了? ..... 245

女生也会有疝气吗? ..... 246

疝气会遗传吗? ..... 246

疝气最常见的表现是什么? ..... 247

疝气会不会自然恢复? ..... 248

### 第2节 男宝宝常见的问题与照护 ..... 250

阴囊为何会积水? ..... 250

如何区别阴囊水肿与疝气? ..... 251

阴囊水肿需要开刀吗? ..... 252

怎么是个“无卵头家”? ..... 253

男生也蹲着尿尿? ..... 254

需不需要“割包皮”? ..... 255

如何照护儿子的“命根子”? ..... 257

### 第3节 女宝宝常见的问题 ..... 259

新生女宝宝为什么有阴道分泌物或阴道出血? ..... 259

阴唇粘连怎么办? ..... 260

小女孩的裤子怎么老是脏脏的? ..... 260

如何照护女宝宝? ..... 261

## 第10章 骨骼及肌肉系统的照护 ..... 263

### 第1节 斜颈 ..... 264

小宝宝为何歪着头? ..... 264

大孩子也会有斜颈吗? ..... 265