



育儿金典 I

YU ER JIN DIAN

(日) 妇人生活社/编
《育儿金典》编译组/译

婴幼儿常见病症 及其护理

- 对付感冒的万全之策
- 家庭护理的小窍门
- 小孩发生意外如何急救
- 太瘦或太胖的衡量标准是什么



中国轻工业出版社

育儿金典 I

婴幼儿常见病症 及其护理

(日) 妇人生活社编
《育儿金典》编译组 译

 中国轻工业出版社

图书在版编目(CIP)数据

育儿金典 I/ (日) 妇人生活社编;《育儿金典》编译组译. —北京:中国轻工业出版社, 2001. 1

ISBN 7-5019-2971-8

I. 育… II. ①园… ②育… III. ①婴幼儿-妇
幼卫生②婴幼儿-哺育 IV. R174

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 48781 号

版权声明:

原书名:《0~3 歳病気とケア》

原出版社:©株式会社 妇人生活社

责任编辑:刘云辉 责任终审:孟寿萱 封面设计:张 成
版式设计:丁 夕 责任校对:李 靖 责任监印:崔 科

*

出版发行:中国轻工业出版社(北京东长安街6号,邮编:100740)

网 址: <http://www.chlip.com.cn>

联系电话:010-65241695

制 作:东远先行彩色图文中心

印 刷:三河市宏达印刷厂

经 销:各地新华书店

版 次:2001年1月第1版 2001年1月第1次印刷

开 本:787×1092 1/32 印张:32.875

字 数:736千字

书 号:ISBN 7-5019-2971-8/G·185

定 价:52.00元(共6册),本册:10.00元

著作权合同登记 图字:01-2000-2305

·如发现图书残缺请直接与我社发行部联系调换·

2002.12

目 录

让人担心的宝宝病症	1
0 个月宝宝的常见病症	2
• 出湿疹了/肚脐湿漉漉的/黄疸较重/经常呕吐/鼻塞、眼屎多/憋气、习惯性躺卧方向/体重不增加,不好好吃奶/经常哭闹/满月体检	
满月后的宝宝	7
让人担心的异常情况/担心孩子不吃不喝/担心体重增加/令人担心的发育迟缓/令人担心的睡眠节奏	
婴儿常见身体不适的四种情况	19
对付感冒的万全之策	20
感冒是这样一种病/万一传染上病/预防感冒/感冒的护理	
令人担心的大便	24
婴儿时期大便的特征/婴儿时期的泻肚/婴儿时期的便秘/便秘时的家庭护理	
皮肤不适	30
婴儿常见的皮肤不适/婴儿皮肤护理	
过敏	34
过敏是这样的一种病/婴儿常见的食物过敏/过敏患儿的日常生活	
根据不同的症状来判断所患的病症	39
生病时检查的要点	40

发烧的时候	42
病情轻重缓急基准表/护理的重点/如果只是发烧就不必担心/不必担心的发烧/需要注意的发热/需要退烧药吗	
抽筋的时候	49
病情轻重缓急基准表/护理的重点/发烧引起的抽筋,不必太担心/第一次抽筋后要马上就诊/不发热的抽筋怎么办/令人担心的抽筋	
呕吐的时候	54
病情轻重缓急基准表/护理的重点/婴儿容易呕吐的东西/有时因感冒而吐/不必担心的呕吐/需要注意的呕吐	
泻肚的时候	60
病情轻重缓急基准表/护理的重点/大部分泻肚的原因是病毒引起的/最可怕的是因泻肚引起脱水/辨别脱水的要点/不必担心的泻肚/需要注意的泻肚	
出疹的时候	66
病情轻重缓急基准表/护理的重点/有时是因为皮肤上的小毛病/容易传染的皮疹特征/可怀疑因其他皮疹所患的病症/发现孩子出疹需立刻就诊	
咳嗽的时候	73
病情轻重缓急基准表/护理的重点/咳嗽、痰多的原因大半是因为感冒/突然剧烈地咳嗽,可能是误吞了异物/不必害怕哮喘/不必担心的咳嗽、咽部异常/需要注意的咳嗽、咽部异常	
呼吸困难的时候	79
病情轻重缓急基准表/护理的重点/正常的呼吸次数/有时因发烧呼吸变得急促/呼吸困难时就要迅速送往医院/需要注意的呼吸紊乱	
腹痛的时候	85
病情轻重缓急基准表/护理的重点/难以辨别腹痛时/便秘、感冒有时也会伴随腹痛/不必担心的腹痛/需要注意的腹痛	
脸色不好的时候	89
病情轻重缓急基准表/护理的重点/孩子生下来脸色就有差别/脸色不好的时候/不必担心的脸色变化/需要注意的脸色变化	
生病时也能够安心地家庭护理	92
护理最基本的一条是创造“舒适”的环境	93

妈妈是婴儿的专职护士	93
选择小儿科医院的方法以及就诊的小窍门	94
选择离家近的小儿科医生/调查综合医院或急救医疗状况/就诊时需注意的地方/去医院时不要忘带这些东西	
创造舒适护理的 6 种方法	97
食物要选择孩子爱吃的东西/洗澡要在病情稳定之后/衣服不要穿得太多/保持身体清洁/让孩子在家里安静地玩/注意更换室内空气/量体温的方法/保暖、降温的方法	
巧妙的喂药方法	100
喂药的时间/次数/药都吐了的时候/喂糖浆性液体的方法/喂粉末状药的方法/剩下的药怎么办/眼药的使用方法/外用药的使用方法/栓剂的使用方法/要准备哪些常备药呢	
婴儿、儿童常见的传染病	104
麻疹/突发性出疹/水痘/流行性腮腺炎/风疹/百日咳/手足口病/疱疹性咽颊炎/传染性红斑/咽结膜炎/溶血性链球菌感染	
保护婴儿远离病毒侵扰的预防接种	116
预防接种一览表	117
预防接种有什么必要/按什么顺序、什么时候接种/集体接种·个别接种/定期接种·任意接种/活体疫苗·灭活疫苗	
接种前的检查	123
接种后要注意的事项	124
三种联合/BCG/脊髓灰质炎/麻疹/风疹/乙型脑炎/流行性腮腺炎/水痘/流行性感冒/乙型肝炎	
容易发生的事故及急救措施	131
跌倒·跌落	132
摔到头时/碰到身体时/应准备齐全的急救用品	
误饮、误食	136
误吞固体异物/误饮药品	
溺水	139

中暑	141
烫伤	142
小事故与受伤	143
眼睛里进了异物/耳朵、鼻子里进了异物/被猫、狗咬了/被门夹了手指/擦伤、割伤/扎刺/流鼻血/蚊虫叮咬	
婴幼儿的常见病(分门别类地介绍)	145
新生儿的常见病	146
产瘤/头皮血肿/假死/分娩麻痹/肚脐脓肿/新生儿黄疸/先天性常见病	
心脏病	151
先天性心脏病/后天性心脏病/川崎病/心律不齐/心脏杂音	
血液·血管的常见病	157
婴儿的维生素K缺乏症/贫血/特发性血小板减少性紫癜/血友病/ 过敏性紫癜	
脑·神经的常见病	160
脑膜炎/脑炎、急性脑病/热性惊挛/羊角风/脑麻痹/孩子头围过大时,可推测其患的病/婴儿猝死综合征	
呼吸器官的常见病	165
感冒/流行性感冒/气管炎/喘息性支气管炎/支气管哮喘/毛细支气管炎/肺炎/脓胸/急性痉挛性咽喉炎	
肠胃的常见病	173
婴儿腹泻/肠套叠症/食物中毒/肥大型幽门狭窄症/贲门松弛症/肛裂/肛门周围的脓肿(痔瘻)/巨结肠症/腹股沟疝/绞窄性腹股沟疝/脐疝	
肾脏、泌尿器官的常见病	185
尿路感染/急性肾炎/肾硬化(萎缩肾)综合征/阴囊水肿/睾丸未降/龟头包皮 炎/包茎/外阴部阴道炎/阴唇愈合(阴门粘连症)	
关节·骨·肌肉的常见病	192
先天性髋关节脱臼/足内翻/斜颈(歪脖)/幼儿外翻扁平足/肘关节脱臼(胳膊脱臼)/罗圈腿、X形腿/腱鞘囊肿/曲指病/漏斗胸/走路内八字	
皮肤病	200

婴儿湿疹/痱子/尿布疹/脓疱病/湿疣/荨麻疹/斑

眼睛的常见病209

泪眼（先天性鼻泪管堵塞）/倒睫（睫毛内翻症）/急性结膜炎/慢性结膜炎/斜视/先天性眼睑下垂/其他的先天性眼病/屈光不正/小孩的视力发育

耳·鼻·喉·口腔的常见病216

急性中耳炎/外耳炎/渗出性中耳炎/重听（听力衰退）/先天性耳瘘孔/副耳（小耳朵）/急性鼻炎（鼻塞）/过敏性鼻炎/耳垢/小儿副鼻窦炎/腺样体肥大、扁桃腺肥大/霉菌性口腔炎/打呼噜/地图舌/疱疹性牙龈口腔炎/舌系带短小症/上皮珠/婴儿的牙齿

小儿癌228

白血病/神经母细胞瘤/病毒性肿瘤(肾芽瘤)/网膜芽细胞肿/其他的小儿癌

让人担心的 宝宝病症



虽然没有生病那么严重，但这样的情况没关系吗？鼻塞、湿疹、嗓子呼噜呼噜的，或是不好好吃东西，一个劲地哭闹……等。原因是什么？难道不担心？从0岁的新生儿时期开始各种各样的健康标准，或是有可能是疾病的征兆，提前多了解些吧。

0个月宝宝的常见病症



● 出湿疹了

这是在满月的健康检查时最多被母亲们提及的烦恼。也是由于0个月时出湿疹的宝宝很多的缘故。

湿疹的样子因人而异，不过最常见的是脸和脖子周围出现一片一片红色疙瘩。这被称为婴儿湿疹。另外还有在脸上或眉毛周围出现黄色痂似的湿疹，这是脂溢性湿疹。

一旦出现这样的湿疹，就有很多母亲担心是否是由于体质引起的“特应性皮炎”。但事实上对新生儿而言，没有担心的必要。大部分都是与过敏性体质没关系的，只是这一时期的湿疹罢了。

到满月的时候，由于从母亲那里得到的女性荷尔蒙变旺盛，皮脂分泌也多了，容易起像青春痘似的湿疹。

另外，由于婴儿的皮肤又薄又柔，对外界刺激很敏感。因为空气中的灰尘或吐的奶沾在皮肤上引起湿疹也为数不少。注意用肥皂轻柔地洗干净脸和身上，注意皮肤清洁就没关系了。

但是，当湿疹变严重了，或挠破出血时，还是前往儿科或皮肤科领些涂的药为好。

● 肚脐湿漉漉的

有的婴儿在出院时脐带还没脱落，或还没完全干。在家用消毒药处理的时候，关键是沐浴后将肚脐撑开，将里面也消毒到。没有什么特殊情况的话，请不要贴纱布。

一般而言，在出院后1周左右就应该完全干了，但若还出现出血，或有分泌物流出来时，应当前往儿科或生孩子的那家医院诊查。有可能是长脐炎，如果置之不理很可能引起细菌感染。

● 黄疸较重

皮肤或白眼球变黄是黄疸的症状，最有可能出现在出生后2~3天到1周左右的时期。这是由于出生后血液中红血球急剧被破坏，与此相对，婴儿的肝脏功能尚未成熟所导致的，在大约95%的新生儿中都会出现这种症状。

这被称作生理性黄疸，根据程度不同，采取光线疗法治疗，分解血液中的胆红素。一般不需要担心。

但是，当出院后黄疸逐渐变厉害，也有可能是潜伏着先天性疾病，如胆道闭锁症。当黄疸逐渐变厉害时，请务必前往医院就诊。

● 经常呕吐

婴儿的胃在慢慢地仔细地形成着。由于胃的进口处肌肉弹性不强，所以吃进去的母乳或牛奶很容易刹时就返回来。

喂奶后，马上稍稍吐出来一点，或竖着抱了半天然后哇地一下都吐了出来，这种程度都不必太担心。

即使吐得很厉害，只要脸色和情绪都不错，吃奶情况和往常没什么异样的话，也不要太过于担心。

但是，当出生后第2周开始若出现每次喂奶时都像泉涌一般吐得很厉害，体重也不增加的情况，应提早就诊。有可能是肥厚性幽门狭窄症，即胃的出口逐渐变窄。另外，当婴儿出现全身无力、吐个不停或又吐又发烧时，一定要立即前往医院。可能是罕见的细菌性感染症，也有可能是大脑炎或脑脊髓膜炎。

● 鼻塞、眼屎多

吃奶时，鼻子发出呼呼的声音；睡着后，仿佛在打呼噜……这时母亲可能会担心是鼻塞。

不过，这一时期，婴儿鼻腔（鼻孔内侧）狭窄，粘膜分泌物又多，气温、湿度稍有变化就很容易引起鼻塞。分泌物多，嗓子发哑，也易生痰。喂奶时，只要婴儿不是很难受就不必太担心。

另外，造成眼屎的原因可能是由于长了倒睫毛用手揉破了，不必担心。但是，新生儿期的婴儿始终不断出黄色眼屎，或一直泪眼汪汪的时候，有可能是患有先天的鼻泪管堵塞症，请前往眼科就诊。

● 憋气、习惯性侧卧方向

婴儿在睡觉时，有时会突然全身使劲或憋气。这是由于

喂奶喂得不好,以致婴儿喝进大量空气,在肚子里聚集,很难受的反应,不必太担心。到了3个月左右,婴儿会更好地吃奶时就会好的。

当婴儿痛苦地憋气、哭闹时,让宝宝或横着躺,或趴着睡,或抱起来,这样有利于肚子里的气出来。

另外,所谓习惯性躺卧方向是指宝宝每次仰着睡觉时都会面冲相同的方向。有的婴儿长到满月时就已经养成难以改变的习惯性方向了。因此,经常在下面的脑袋部分就会被压扁,脑袋可能会变歪。

习惯性方向躺卧本身并没有什么可担心的,但有顽固的方向性卧姿的婴儿中有可能出现脖子上长淋巴结核的斜颈症。

● 体重不增加,不好好吃奶

满月的婴儿,一般而言应比出生时增加1千克,不到1千克时也不必担心。所谓出生后体重减少是由于到出生后第1周左右时,体内积蓄的水分排出,体重临时性减少。之后,如按照母子手册上的百分位数表体重逐渐增加的话,就可以放心了。

称体重时,可以以周为单位观察增幅。大约1天增长30克左右为宜。但有时并没有预测的增长得那么快时,只要是吃奶状况很好,而且脸和身体一点点在长胖时,都不需要担心。

另外,婴儿在出生之日起一旦嘴唇触到乳头就反射性咬住、舌头很老练地舔乳头,挤奶一样的吮吸。这是一种原始反射的行为,是无论哪个婴儿都与生俱来的能力。

但是，刚生下来的时候，由于还不习惯嘬乳头，所以很使劲地嘬，一会儿就累了。而且，由于刚生产完，乳汁的分泌还没上轨道，所以也可能乳汁出的不是很畅通。

因此，喝母乳的婴儿，吃完奶后立刻睡下，或比想像的更不好好吃奶、哺乳次数更多时，不要太担心。随着宝宝吃奶力量的加强，乳汁的供给上了轨道后，慢慢地每次哺乳量会增加，哺乳间隔也会拉开。

喂混合食物的婴儿，由于是目测食物的量，所以容易担心给少了。其实，混合食物比想像中母乳的量要多，随后宝宝只能再吃一点点牛奶。另外，吃牛奶的婴儿经常吃不了奶瓶上按体重标识的量。各个婴儿不同，有吃得少的类型。虽然吃不了那么多，但只要宝宝健康、作息规律，就完全不必担心。

但是，当哺乳时经常停歇，喂奶时好像很费劲，脸色不好且喂奶力气小；体重不大增加时，也可能是潜伏着极罕见的心脏病。母亲们感觉不好时，不要等到满月体检，请提前去儿科就诊。

● 经常哭闹

刚出生的婴儿不光在感到不快时哭，当肚子饿、尿布湿、或睡够了的时候，都会哭出来。

而且，此时婴儿没有昼夜的区别，只是哺乳、睡觉的不停的小循环。刚开始哺育孩子的母亲总有一天到晚都在被哭声追逐的感觉吧。偶尔，可能会有是否哪感到不舒服了的担心。

但是，即使哭个不停的婴儿，吃完奶或换上新尿布后就

停止哭闹的话,就应该不必担心。抱着不哭,一放下就哭的婴儿可以认为是喜欢让人抱的孩子,是一种开始有智慧的反映,大人应该对此感到高兴。

如此这般,找不出理由地哭闹,但当为婴儿做点什么时可以消除婴儿的不快,从而停止哭闹时,就完全不需担心。另外,恐怕全世界的孩子都喜欢傍晚哭闹,即从傍晚到夜里总爱闹别扭,哭闹个不停。

但是,当明显地与往常不同,无论怎样都哭个不停、不吃奶、哭声逐渐变得微弱、边哭边吐、不连续地激烈地呕吐、或脸色发青时,可能是潜伏着什么病症,要仔细检查全身,如有感觉不对时,应立即送往医院。

满月体检



需检查事项:

除体重、身高等发育值外,还应检查是否有心脏杂音、腹部肿瘤,手脚的活动和筋肉的张合情况,是否有斜颈症,视觉、听觉是否正常。为预防因维生素K缺乏症引起的颅内出血,应吃维生素K糖浆。还有一些目的在于检查在住院期间没查出来的先天性疾病的检查,也必须接受。

满月后的宝宝



● 让人担心的异常情况

打喷嚏、咳嗽、流鼻涕

当连续不断地打喷嚏,或又咳嗽又流鼻涕时,肯定会担心是否是得了感冒吧。但是,只要母亲或兄弟姐妹没有得感冒,就不需要担心。

婴儿由于年龄小,鼻孔小,粘膜对刺激十分敏感,只要有点

鼻涕都会引起喷嚏。鼻粘膜和嗓子粘膜的分泌物很多,所以即使没感冒也会有轻微的咳嗽或少量鼻涕。

因此,即使有轻微的咳嗽和流鼻涕的症状,只要没发烧或泻肚,脸色不坏,好好吃奶,情绪也不差的时候,就像往常一样在家中观察即可。

但是,当各症状越来越厉害,情绪也不好时,很可能是传染上了感冒或其他传染病。即使没伴随发烧、泻肚的症状,咳嗽和鼻涕厉害时,也应前去就诊。

体温升高

婴儿与成年人相比,由于新陈代谢旺盛,而且经常动弹,所以体温要稍高一些。有平均体温在 37 度以上的婴儿,因此,量腋下温度在 37 度左右就不必担心。

另外,由于婴儿尚小,本身控制调节体温的神经还未发育成熟,因此当穿多了,或躺多了,或是室内温度高时,体温也会随之上升。当量得的体温比平时高一些时,首先要检查是否是室内温度过高,或是穿得太多的缘故。

但是,当低烧,即接近 38 度时,单单认为是过热是不够的,有可能患上了感冒。之后有可能体温继续升高,应提前就诊。

大便稀

大便有时会突然变稀,由 1 天 1 次急增到 1 天 3~4 次。这时没必要马上下是拉肚的结论。

当开始喝果汁或吃断奶食品时,常会出现大便变稀或次数增加的情况。有了这样的认识后,出现异常也不必担心,先观察为宜。

另一方面,并没有喂食或喝什么不一样的东西,但忽然间大便变得很稀,次数也增加时,为谨慎起见,应前去就诊。

另外，以每天同样的次数排出的大便突然变硬，或1整天都不排便时，只要婴儿的吃喝状况以及情绪没什么异常，就不必担心。有的孩子是因为断奶食品的增加，母乳和牛奶吃得少了，大便的次数因此随之减少。

但是，观察三四天，孩子肚子变硬、食欲下降，5天以上不排便时，应前往就诊。另外，当突然不排便的同时，每隔数小时就会强烈哭闹的话，有可能是肠套叠，要马上送医院。

嗓子呼噜呼噜地

有时候，孩子在呼吸时，嗓子会发出呼噜呼噜的声音，医学术语叫喘鸣。有必须注意和不必担心两种情况。

首先，只是在吃过奶后才有的话，就不必担心。有一种说法，用力喝东西时，嗓子粘膜会肿，导致每次呼吸时都会发出声音。或许有的母亲担心这是哮喘的前兆，事实上这完全是两码事，孩子长到四五个月时自然会好。

除此之外，睡觉时发出呼噜呼噜声音大部分是良性喘鸣，不必担心。

另一方面，必须引起注意的喘鸣是从满月开始声音逐渐变大，每次呼吸时胸口剧烈起伏，肋骨中间凹陷。这种情况可能是喉软骨软化症，所以必须接受诊疗。

● 担心孩子不吃不喝

不如想像的那么能吃能喝

跟别的孩子相比，吃牛奶吃得少，断奶食品也不怎么能吃，这样能行吗？为此苦恼的母亲恐怕为数不少吧。也有可能担心，是否得了什么病，所以没食欲……

但是，如果从生下来之后就不好好吃奶，调制的奶粉也