



AMERICAN ACADEMY OF PEDIATRICS  
**GUIDE TO YOUR CHILD'S SYMPTOMS**  
Birth Through Adolescence

# 儿童常见症状顾问

—0岁至青春期常见症状及急救、安全指导

美国儿科学会 编著  
祝塘珠 等译  
吴长根 审校



上海科学普及出版社

AMERICAN ACADEMY OF PEDIATRICS  
GUIDE TO YOUR CHILD'S SYMPTOMS

Birth Through Adolescence

# 儿童常见症状顾问

—— 0岁至青春期常见症状  
及急救、安全指导

美国儿科学会 编著

祝增珠 等译

吴长根 审校

上海科学普及出版社

责任编辑 徐培敏

## 儿童常见症状顾问

——0岁至青春期常见症状及急救、安全指导

美国儿科学会 编著

祝增珠 等译

吴长根 审校

上海科学普及出版社出版

(上海曹杨路500号 邮政编码200063)

---

新华书店上海发行所发行 上海新四印刷厂印刷

开本 889×1194 1/24 印张 10.75 字数 311000

1999年7月第1版 2000年7月第3次印刷

印数 8001—15000

---

ISBN 7-5427-1641-7/R·107 定价:18.80元

每当孩子有什么不舒服时,每一对父母亲都希望身边有一位经验丰富、足以信赖的顾问,可以随时提供意见。本书描述了0岁至青春期儿童身上经常会出现的疾病症状和表现,以清晰易懂的表格形式,配以必要的插图,使父母亲们能迅速确定症状,查找引起症状的可能原因,并决定是在家自行处理或立即求助于儿科医生。书的第二部分还介绍了常用急救方法和儿童安全指南。本书由美国最受尊敬的儿童健康权威机构——美国儿科学会组织美国的儿科专家教授编写,书中包含了医学发展的最新信息和成果,症状的选择和描写突出了儿童健康的完整概念:身体、心理、行为的健康。本书适合于所有有0岁至青春期孩子的父母亲们参考,以作为家庭育儿的好帮手。

《儿童常见症状顾问》是美国儿科学会开发的家庭育儿系列丛书的最新一本。其他已出的书有《0~5岁婴幼儿护理》、《5~12岁学龄儿童护理》、《12~21岁青春发育期青少年护理》。

美国儿科学会由53 000名献身于婴幼儿和青少年卫生、安全和健康事业的各级各类儿科医生和专家组成。本书提供给父母亲和儿童护理人员有关儿童健康方面范围广泛的可信赖的信息,是“学会”正在进行的家庭育儿教育的组成部分。

此书明显优于在书店或图书馆中能找到的其他参考书籍,因为这本书由美国儿科学会的成员执笔和审稿,在两位编者的指导下,一个9人顾问小组提供原始资料,由30多位成员编写和审核。最后还征求了难以计数的儿科医生的意见。由于有关儿童健康方面的医学信息一直在更新,我们尽一切努力来确保书中包含有目前为止最新的儿科医学信息。

“学会”希望这本书能成为父母亲们非常宝贵的信息参考指南,我们相信这本书为儿童身体健康提供了最好的信息咨询,相信读者会发现本书的价值。我们鼓励读者使用这本书并听取儿科医生的劝告和意见。

乔·桑德斯 医学博士  
美国儿科学会执行主席

人们常说培养一个幸福、健康、有教养的孩子是人类奋斗中要求最高,最具挑战性的事业之一。幸运的是,这也是一项能有丰厚回报的工作。还有什么能比一个婴儿的出生更非凡、更令人振奋呢?

现代科学的持续发展证实了人类早就知道的事实:孩子的成长发育需要爱和关注。出生后最初几年打下的基础在很大程度上对他成年后的人生价值和成就有决定作用。每个做父母亲的都会告诉你,在带孩子的过程中你常常需要得到帮助和指导。现在祖父祖母们已不再帮着带孙子,甚至也不和你住在一起,但你并不孤独。一本有价值的参考书,与儿科医生保持联系,你会在实践中获得自信,掌握做父母亲应有的技能。

每个做父母亲的常常必须对孩子出现的症状作出评估,决定只需由自己在家中处理,或应该送医院让医生诊断治疗。本书就是为了帮助你鉴别日常小毛病和严重疾病的症状。需要说明的是,没有一本书能代替你自己的判断和医生的经验。有疑问时要与医生保持联系。

本书分为两大部分:第一篇罗列了近100种儿童常见症状;第二篇介绍急救方法和安全指南。

第一篇按年龄分为三章:新生儿期(出生至3个月);婴儿期至儿童期;青春发育期。症状以通俗的名称列于每一页的首部,如“咳嗽”、“流涕”等。每一种症状都以表格形式列出有关问题、可能的原因、建议采取的措施等。下面介绍本书的查阅方法。

第一篇 儿童常见症状:

“概述” 这部分简单介绍了一个症状的概况,列出做父母亲时应记住的要点。

“☎” 这一栏列出了需立即寻求医生帮助的情况。

“注意” 这一栏也是对症状的说明,提供了有关症状的重要信息,指导你什么该做、什么不该做。

“问题” 表格中的“问题”栏设计了一系列问题,帮助父母亲了解这个疾病或症状的特征。

“回答” 表格中的“回答”栏是对问题的可能回答,若问题描述的特征与你孩子的情况符合,则向右看“可能的原因”和“措施”栏;若不符合,则向下继续查看问题,直到找到与孩子情况相符的问题,再看“可能的原因”和“措施”栏。

“可能的原因” 列出了最可能引起症状的原因。

“措施” 列出了可以在家中自行处理的小问题和处理方法;但更多的告诉你去找

儿科医生看病,并将医生可能做的作大致介绍。

在表格后面一般还会有一个补充说明,对某个疾病提供更为详细的信息。

第二篇是图解急救方法和安全指导。这部分内容是帮助父母亲处理孩子身上发生的意想不到的事,从皮肤割破擦伤一直到威胁生命的紧急情况。

第四章急救基础有两方面内容:一是实施急救,即挽救生命的技术。主要介绍如何处理紧急事件,如窒息和心跳呼吸停止。二是常见急救措施,介绍稍缓和的意外情况,如昆虫叮咬、皮肤破裂、皮下瘀斑和肌肉扭伤等。

要注意的是这部分内容应预先学习,因为当紧急情况出现的时候,是没有时间去查阅书本的。平时应常常复习这部分内容,记住面临紧急情况时应采取的步骤,同时也要让为你看孩子的人员掌握这些内容。此外,还要记住在家里的每部电话机旁的显著位置,放置记有所有最新的急救电话号码。

第五章是儿童安全防范措施,介绍一些比较重要的预防儿童受伤的办法,包括家里应采取的防范措施以及对汽车、院子、旅游景点等你可能带孩子去的场所的检查。

第六章“食品安全指南”介绍了如何确保给孩子吃的东西不仅有营养、而且要没有细菌、农药等有害物质。

需要说明,尽管美国儿科学会尽一切努力确保本书的各种信息是最新的,但新的医学知识和技术一直在不断出现。所以本书仅作为参考,若有疑问,应去找儿科医生帮助。

## 第一编

## 儿童常见症状

|            |           |                       |
|------------|-----------|-----------------------|
| <b>第一章</b> | <b>3</b>  | <b>新生儿常见症状</b>        |
|            | 3         | 护理您的新生儿               |
|            | 4         | 哭闹 / 腹痛               |
|            | 6         | 新生儿腹泻                 |
|            | 7         | 新生儿喂养                 |
|            | 8         | 3 个月以内新生儿发热           |
|            | 10        | 皮肤病                   |
|            | 12        | 睡眠问题                  |
|            | 14        | 吐奶(吐食)                |
| <b>第二章</b> | <b>17</b> | <b>婴儿及儿童常见症状</b>      |
|            | 17        | 养育健康的儿童               |
|            | 18        | 急性腹痛                  |
|            | 20        | 慢性反复性腹痛               |
|            | 22        | 腹胀                    |
|            | 24        | 过敏反应                  |
|            | 26        | 食欲不振(厌食)              |
|            | 28        | 背部疼痛                  |
|            | 30        | 尿床(夜间遗尿)              |
|            | 32        | 行为问题                  |
|            | 34        | 昆虫咬螫                  |
|            | 36        | 出血和瘀斑                 |
|            | 38        | 皮肤青紫(紫绀)              |
|            | 40        | 膝内翻(罗圈腿)、膝外翻(X形腿)和八字足 |
|            | 41        | 乳房肿大                  |
|            | 42        | 呼吸困难                  |
|            | 44        | 胸部疼痛                  |
|            | 46        | 便秘                    |



|     |              |
|-----|--------------|
| 48  | 惊厥(发作性抽搐)    |
| 49  | 动作协调障碍(共济失调) |
| 50  | 咳嗽           |
| 52  | 内斜视(斗鸡眼)和外斜视 |
| 54  | 牙齿疾病         |
| 56  | 生长发育延迟       |
| 60  | 腹泻           |
| 62  | 眩晕           |
| 64  | 流口水          |
| 66  | 耳朵疼痛 / 耳炎    |
| 68  | 眼病           |
| 70  | 害怕           |
| 72  | 喂养问题         |
| 74  | 发热           |
| 76  | 骨折           |
| 78  | 经常生病         |
| 80  | 暖气           |
| 82  | 生长问题         |
| 84  | 脱发           |
| 86  | 头痛           |
| 88  | 听力丧失         |
| 90  | 心律不齐         |
| 93  | 多动症 / 注意力缺陷  |
| 96  | 消化不良 / 胃食管返流 |
| 98  | 易怒 / 烦躁      |
| 100 | 瘙痒           |
| 102 | 黄疸           |
| 104 | 关节痛 / 肿      |
| 106 | 学习障碍         |
| 108 | 四肢痛 / 腿痛     |

|     |     |                     |
|-----|-----|---------------------|
|     | 110 | 手淫                  |
|     | 112 | 口腔痛                 |
|     | 114 | 肌肉疼痛                |
|     | 116 | 鼻出血                 |
|     | 118 | 面色苍白                |
|     | 120 | 姿势不正常               |
|     | 122 | 肛门疼痛 / 瘙痒           |
|     | 124 | 摇摆 / 撞头             |
|     | 126 | 流涕 / 鼻塞             |
|     | 128 | 性成熟                 |
|     | 130 | 骨骼畸形                |
|     | 132 | 皮肤病                 |
|     | 136 | 咽喉疼痛                |
|     | 138 | 语言障碍                |
|     | 140 | 大便异常                |
|     | 142 | 大便失禁                |
|     | 144 | 肿块                  |
|     | 146 | 淋巴结肿大               |
|     | 148 | 发脾气                 |
|     | 150 | 抽搐 (痉挛)             |
|     | 152 | 尿失禁                 |
|     | 154 | 尿痛 / 排尿困难           |
|     | 156 | 阴道瘙痒 / 排分泌物 (外阴阴道炎) |
|     | 158 | 视力问题                |
|     | 160 | 呕吐                  |
|     | 162 | 步行问题                |
|     | 164 | 虚弱                  |
|     | 166 | 体重过重或过轻             |
|     | 168 | 喘鸣 / 噪音呼吸           |
| 第三章 | 171 | <b>青春期常见症状</b>      |

|     |          |
|-----|----------|
| 171 | 迎接青春期的挑战 |
| 172 | 焦虑       |
| 174 | 抑郁       |
| 176 | 饮食紊乱     |
| 179 | 晕厥       |
| 182 | 疲倦       |
| 184 | 高血压      |
| 186 | 膝关节疼痛    |
| 188 | 情绪波动     |
| 190 | 人格改变     |
| 192 | 性行为      |
| 194 | 皮肤疾病     |

## 第二

## 配图急救方法和安全指南

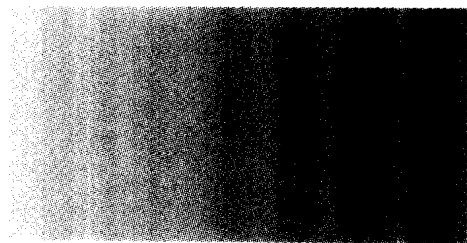
|     |     |                |
|-----|-----|----------------|
| 第四章 | 197 | 急救基础           |
|     | 197 | 实施急救           |
|     | 198 | 急救箱            |
|     | 199 | 窒息的急救          |
|     | 201 | 海姆利克操作法        |
|     | 202 | 1岁以内婴儿的心肺复苏    |
|     | 203 | 1岁及1岁以上儿童的心肺复苏 |
|     | 205 | 溺水             |
|     | 205 | 中毒             |
|     | 207 | 常用急救措施         |
|     | 207 | 动物咬伤           |
|     | 208 | 灼伤             |
|     | 209 | 冻伤             |
|     | 210 | 惊厥             |

|     |     |                |
|-----|-----|----------------|
|     | 211 | 割伤和擦伤          |
|     | 213 | 牙科急诊           |
|     | 213 | 电击伤            |
|     | 214 | 骨折             |
|     | 217 | 头颅外伤           |
| 第五章 | 219 | <b>安全及预防指南</b> |
| 第六章 | 237 | <b>食品安全指南</b>  |

第

一

篇



# 儿童常见症状



# 第一章 新生儿常见症状

## 护理您的 新生儿

由于胎儿期的良好护理，新生儿出生后的最初几个月很少出现严重疾病。许多胎儿期的疾病可以运用新技术来诊断，儿科医生可以训练父母对他们的胎儿做好特殊护理，配置必要的医疗设备以迎接孩子的出生。某些异常情况甚至可以在出生前纠正。

然而，即使是健康的婴儿也会有感觉不适的时候。我们周围充满了细菌，咳嗽、感冒、胃部不适、眼睛感染等炎症在新生儿是常见的。一般来说，若3个月以内的新生儿出现发热、咳嗽或腹泻等症状，儿科医生要为孩子做检查以确定有否潜在的疾病需治疗。

护理新生儿时觉得不知所措是正常的，尤其是因为未能在孩子身上化许多时间。家里人和朋友通常乐于提供帮助，事实上，他们可以给你许多忠告，其中一些也许已不那么时兴，不如我们目前对婴儿的了解。儿科医生的主要工作是帮助你建立自信以及学会做父母的技能，在需要帮助时可找他们。你和儿科医生有共同的目标，使你的孩子健康幸福地成长。就这点来说，你们处于同一梯队，而领队则是你的婴孩。

虽然起初你会感到没有把握，你的孩子却会毫不害羞地告诉你该怎么做，只需几天或几星期，你就能学会从不同的哭声来辨别婴儿是饿了、高兴、要换尿布或是想玩。几个月之后，你会高兴地发现孩子已试图行走，惊奇地听到他们发出的神奇的语言。在以后的阶段，你应找到一本指南，告诉你如何满足婴儿的要求，并帮助你辨认哪些是可以由你独自解决的轻微症状，哪些则需请儿科医生来处理。只要有任何疑问或需要确信无疑，就应该毫不犹豫地打热线电话给儿科医生或去医院，他们的建议中能包括有关儿童健康和发育的最新研究信息，以及在多年工作中积累的对儿童疾病治疗和儿童护理方面的经验。

## 概述

所有的婴儿都以哭来表示他们的需要。父母亲很快就学会知道婴儿不同的哭声的含义：饥饿、尿湿、孤独以及其他可能，不要把因长时间反复哭闹的腹痛哭闹与正常的哭闹相混淆。腹痛哭闹通常于每天的同一时间发生，一般在婴孩长到2~4周时开始出现，较典型的要求持续3~4个月，少数一直持续6个月才结束。

婴儿在反复哭闹期间常从肛门排气（放屁），这是完全正常的。至今未能找到腹痛哭闹的原因，许多儿科医生认为这只不过是婴儿神经系统发育中的一个阶段。大约有五分之一的孩子出现腹痛哭闹，有趣的是初产婴儿及男婴的发病率远较经产婴儿及女婴的较高。



出现下列情况，电话请教儿科医生或去医院，以排除严重疾病的可能性

- 如果婴孩无明显理由反复哭闹，无法安慰。

## 注意

腹痛哭闹可能令人非常烦恼，尤其是初次成为父母。经验丰富的父母亲或儿科医生知道如何度过这一阶段。如果你感到担心或灰心丧气，应毫不犹豫地找儿科医生。

| 问 题   | 回 答 | 可能的原因                     | 措 施   |
|---|-----|---------------------------|---|
| 你的孩子是否每天同一时间大声哭闹，但得到照顾后便安静下来？                                   | 是   | 想引起人们的注意。                 | 给予孩子所需要的关注，有你的陪伴他会很快活，并设法用其他办法而不是哭闹来得到你的陪伴。   |
| 你的孩子是否不到4个月？是否照顾良好？是否在下午或夜晚有规律的用力哭1~3小时？哭的时候是否排气、踢腿、扭动身体，似乎有疼痛？ | 是   | 腹痛哭闹，一般于孩子2~4周时出现，5个月时结束。 | 先确信孩子已喂饱并拍背打嗝，衣服舒适，尿布干燥，抱着孩子并学会忍受他的哭闹，因为这种哭闹在几星期后会自动停止，若哭闹看上去有异常，请找儿科医生，让他检查孩子，排除疾病可能。                  |
| 你以母乳喂养的婴孩是否总是在你食用了牛奶制品的几小时后发生哭闹？                                | 是   | 对牛奶过敏（不常见）。               | 将情况告诉儿科医生，经他同意，在2周内，你的食谱中去除一些牛奶制品，一些孩子会因此好转，但大部分没什么效果。如果症状消失后，在你重新食用牛奶制品时又出现，则孩子是对牛奶过敏，征询儿科医生的意见更改你的食谱。 |
| 你的孩子是否多在傍晚时哭闹，并与新的经历如遇见生人之类的事有关？                                | 是   | 刺激过度。                     | 安慰孩子，满足其需要，其他没有什么措施，有些孩子对新事物极度敏感，需要化时间才能习惯。   |



| 问 题                                | 回 答 | 可能的原因            | 措 施   |
|------------------------------------|-----|------------------|---|
| 家中是否有紧张气氛？孩子的主要护理人是否处于不寻常的压力之中？    | 是   | 情绪紧张。            | 每个婴儿都能感觉到紧张，如果有剧变发生，设法尽可能使孩子的日常生活接近正常，给予孩子额外的关注，并设法松弛自己的压力。 |
| 孩子的哭闹是否异常？是否拒绝当天的喂食？是否流鼻涕或感冒？      | 是   | 耳感染。             | 找儿科医生，患耳炎的孩子白天可能很正常，但躺下或夜里则很疼痛，诊断明确后需对孩子应用抗生素。              |
| 孩子的哭闹是否特别痛苦？腹部是否膨胀紧绷？是否呕吐黄绿色物体或便血？ | 是   | 肠梗阻或其他潜在的严重肠道疾病。 | 立即找儿科医生，在医生给孩子看病之前不要给孩子喂食，若诊断明确，需立即紧急救治。                    |

### 正确对付婴儿哭吵

许多孩子在每天的同一时间腹痛哭闹，并持续大致相等的时间。有腹痛哭闹的孩子一般每天下午或晚上哭3~5小时，而且常常像突然开始一样突然停止然后入睡，这一困难时期最终会结束。腹痛哭闹很少见于4~5个月以上的婴孩，你可以向儿科医生请教排除哭闹是否疾病引起，并询问该采取的措施，下面是一些办法：

- 若母乳喂养，可以向儿科医生请教母亲食谱的改变，试着排除母亲食谱中的牛奶制品、咖啡因或含气食品。若哭闹是由于对这些东西过敏，则在母亲停止这些食品后几天内，哭闹就会停止。
- 若是牛奶喂养，可以请儿科医生推荐一种替代品。
- 你的孩子也许紧束在被褥中时或用毯子包紧他会平静下来。你会因此而持续数小时地抱紧并轻摇孩子。有些儿科医生建议把孩子放在摇篮中。
- 给孩子含橡皮奶头，母乳喂养的孩子也许不肯接受，但许多婴儿喜欢。
- 将孩子肚子朝下放在床上，轻抚其背部，触摸可以使孩子安静下来，而腹部的压力可以减轻不适。
- 轻声唱歌或重复哼一种有节奏的音调。
- 开车兜风是一种由来已久的方法，能使哭吵的孩子安静下来并使之入睡，其他方法还有将孩子放入睡篮，让他听一种稳定、有节奏的声音，或给他听舒缓的音乐。
- 设法使自己得到有规律的休息，若还没找到值得信赖的看护人，你至少应和家里人在晚间轮流换班，以使你有时出外休息一下。
- 应该承认自己对孩子的哭闹感到愤怒和沮丧，但如果感到自己将要失去控制，伤害孩子时，可以给儿科医生打电话或给其他家长朋友打电话，但首要的是不要去用力抖动你的婴孩以免造成严重的大脑损害。