

儿童保健知识

编写组 编



人民卫生出版社

儿童保健知识

编写组 编

人民卫生出版社

儿童保健知识

编写组 编

人民卫生出版社出版发行
(100078 北京市丰台区方庄芳群园3区3号楼)

网 址: <http://www.pmph.com>

E - mail: pmph@pmph.com

北京人卫印刷厂印刷

新华书店经销

787 × 1092 32开本 7.75印张 164千字
1999年7月第1版 2001年4月第1版第2次印刷
印数: 4 001—10 000

ISBN 7-117-03393-2/R·3394 定价: 8.50 元

(凡属质量问题请与本社发行部联系退换)



儿童是祖国的未来,是我们民族的希望,也是家庭幸福的希望。

我们的家长应了解婴幼儿及学龄儿的生长发育规律及其需要,做好育儿工作。为了让人们用最节省的时间了解更多的育儿常识,编写了这本《儿童保健知识》,全书共列出近 350 个条目,内容包括新生儿期护理及疾病,儿童生长发育,喂养及营养需要,小儿内、外、皮肤、五官科及常见传染病防治知识,还有各类常见中毒及意外事故,小儿行为异常,心理保健及预防接种等常识。

希望这些科普知识能对人们养育儿童有所帮助。

编者

1999 年 5 月



儿童保健知识

什么叫新生儿·····	1
新生儿的呼吸·····	2
新生儿的心率·····	3
新生儿的体温调节·····	3
婴儿室的环境·····	4
新生儿的消化能力·····	4
保护好新生儿肾脏·····	4
新生儿的免疫功能·····	5
保护好新生儿的皮肤·····	5
新生儿乳房肿大·····	6
“马牙”挑不得·····	6
新生女婴假月经·····	7
新生女婴子宫阴道积液·····	7
新生儿为何出现体重下降·····	8

新生儿的衣服、被褥、尿布·····	8
不要再用“蜡烛包”了·····	9
新生儿的小床·····	10
如何给新生儿洗澡·····	10
新生儿鼻子为何易堵塞·····	12
新生儿漾奶、吐奶·····	12
新生儿也有“夜哭郎”·····	13
母乳是婴儿最好的食物和饮料·····	14
母乳哺育注意事项·····	15
母乳是否够吃·····	16
早产儿(未成熟儿)·····	16
巨大儿是福是祸·····	18
新生儿窒息·····	18
新生儿头颅血肿·····	19
新生儿产瘤·····	20
婴儿产时损伤性骨折·····	20
新生儿生理性黄疸·····	21
新生儿 ABO 溶血症·····	21
新生儿母乳性黄疸·····	22
新生儿硬肿症·····	23
新生儿败血症·····	23
新生儿肺炎·····	24
新生儿脐炎·····	24
新生儿脓疱病·····	25
新生儿皮下坏疽·····	25
新生儿破伤风·····	26
新生儿鹅口疮·····	27

新生儿脱水热	28
新生儿结膜炎	28
新生儿脐疝	29
先天梅毒	29
艾滋病	30
先天性髋脱位	31
歪脖子要早治	31
多指(趾)畸形何时手术	32
并指(趾)畸形何时手术	32
先天性马蹄内翻足	33
兔唇、狼咽何时手术	33
先天性巨结肠	34
儿童年龄阶段的划分及其特点	34
青春发育期的特点	36
不可逾越的发育阶段	36
0~3岁小儿发育简表	37
小儿体重的增长	39
小儿身长的增长	39
小儿头部的发育	40
乳牙的萌出	41
重视乳牙、保护乳牙	42
恒牙萌出时间与次序表	42
不要忽视龋齿	43
龋齿的防治	44
麻疹	45
风疹	47
幼儿急疹	47

水痘	48
带状疱疹	48
猩红热	49
流行性乙型脑炎	50
病毒性肝炎	51
伤寒	52
流行性腮腺炎	53
霍乱和副霍乱	54
白喉	54
破伤风	55
百日咳	55
小儿麻痹症	56
当心流脑	58
小儿肺结核	59
结核性脑膜炎	59
结核病的预防	60
急性多神经根炎	61
当心狂犬病	61
何谓手足口病	62
猫抓病	63
鹦鹉热	64
兔热病	64
鼠疫	65
小儿细菌性痢疾	65
阿米巴痢疾	66
再发性呕吐	66
急性淋巴结炎	67

慢性淋巴结肿大	67
血友病	68
特发性血小板减少性紫癜	68
多用肥皂和清水洗手	69
婴幼儿腹泻	69
可怕的便秘	70
伤风感冒对儿童的危害	71
急性支气管炎应早治	73
喘息样支气管炎	73
尘螨在哪儿	74
得了慢性支气管炎怎么办	75
支气管肺炎	75
如何应用冷空气疗法	76
大叶肺炎	76
腺病毒肺炎	77
先天性心脏病越来越多了吗	77
谁是先天性心脏病的罪人	78
要尽早发现先天性心脏病	79
先天性心脏病要不要动手术	79
警惕小儿心肌炎	80
急性肾炎	80
肾病综合征	81
小儿泌尿系感染	82
积极预防小儿泌尿系感染	82
彻底治疗小儿泌尿系感染	83
怎样判断孩子排尿次数的多少	83
真正的少尿和无尿	84

婴儿何时能控制排尿	84
女婴阴道炎	85
如何给儿子洗“小鸡鸡”	85
真的少了一个睾丸吗	85
小儿鞘膜积液怎么办	86
小儿泌尿生殖系异物	87
包茎和包皮过长	87
包茎要做手术吗	88
当心嵌顿包茎	88
孩子为何患遗尿症	89
帮孩子治好遗尿症	89
过敏性紫癜与肾炎	90
风湿热有哪些表现	90
急性风湿热要彻底治疗	91
风湿热应预防复发	91
不要小看孩子的挤眉弄眼	92
什么是小儿癫痫症	92
癫痫治疗为何失败	93
怎样对待先天愚型儿	93
苯酮尿症何时开始治疗	94
急腹症耽误不得	94
对复发性腹痛要耐心	95
孩子腹痛原因多	96
孩子腹痛时不要乱吃药	96
小儿肠套叠	97
蛔虫团肠梗阻	97
小儿急性阑尾炎	98

小儿脱肛	99
小儿肛门脓肿	99
小儿肛瘘	100
小儿肛裂	100
小儿原发性腹膜炎	101
小儿继发性腹膜炎	101
小儿蛔虫性腹膜炎	102
小儿胆道蛔虫症	102
小儿急性胰腺炎	103
小儿腹股沟斜疝	103
婴儿为何易患湿疹	104
精心治疗婴儿湿疹	105
丘疹样荨麻疹和水痘	106
什么是荨麻疹	106
荨麻疹的治疗	107
积极防治黄水疮	107
药物性皮炎	108
手癣,足癣	108
预防痱子要常洗澡	109
尿布皮炎的防治	110
不必为痤疮而苦恼	110
不要小看蛔虫病	111
有了蛲虫怎么办	112
钩虫与儿童贫血	113
牛绦虫病	114
猪绦虫病	114
疟疾	115

血吸虫病·····	116
肝吸虫病·····	117
不要小看鼻疳子·····	118
早治小儿慢性鼻炎·····	118
鼻出血·····	119
急性喉炎要早去医院·····	119
外耳皮炎及湿疹·····	120
外耳道炎和耳疖·····	120
急性化脓性中耳炎·····	121
不抠鼻孔少得病·····	121
异物进入鼻腔怎么办·····	122
异物进入外耳道怎么办·····	123
眼的卫生·····	125
没完没了的“针眼”·····	125
“红眼病”的流行·····	126
急性卡他性结膜炎·····	127
坚持治疗沙眼·····	127
自幼预防沙眼·····	128
眼部烧伤、穿通伤必须立即送医院·····	128
角膜及结膜外伤和异物·····	129
预防近视人人有责·····	129
标准近视力表·····	130
婴儿倒睫何时治疗·····	131
电光性眼炎·····	131
口角炎与核黄素·····	132
舌系带过短几岁治疗·····	132
口腔溃疡能预防吗·····	133

婴幼儿营养不良·····	133
3岁以上小儿的营养不良·····	135
重视孩子3岁以前的体重·····	135
胖墩儿并不健康·····	136
维生素D缺乏性佝偻病·····	136
缺铁性贫血·····	138
巨幼红细胞性贫血·····	139
营养性混合性贫血·····	140
再生障碍性贫血·····	140
小儿厌食·····	141
维生素A缺乏症·····	142
儿童糖尿病·····	142
家庭催吐法·····	143
催吐禁忌和姿势·····	143
家庭应急的解毒剂·····	144
预防沙门氏菌食物中毒·····	144
吃剩米饭带来的痛苦·····	145
鼓起的罐头吃不得·····	146
别让孩子吃苦杏仁·····	146
当心蓖麻子中毒·····	147
苍耳子能吃吗·····	147
土豆发芽之后·····	148
烂白薯中毒·····	148
白果中毒·····	149
毒蝇蕈中毒·····	149
白帽蕈中毒·····	150
曼陀罗中毒·····	150

河豚中毒.....	151
蟾酥中毒.....	152
严防毒蛇咬伤儿童.....	152
毒蛇咬伤后的应急措施.....	153
蜂蜇伤.....	154
预防蝎子蜇伤儿童.....	154
预防儿童中暑.....	155
怎样抢救中暑儿童.....	156
造成有机磷中毒的病因.....	157
有机磷中毒的急救.....	157
小儿易发生敌鼠中毒.....	158
安妥中毒.....	158
预防小儿急慢性铅中毒.....	159
不要给孩子饮酒.....	160
当心煤气中毒.....	161
碘酒中毒.....	161
高锰酸钾中毒.....	162
石炭酸、来苏水中毒	162
不要随便给孩子吃驱虫药.....	163
煤油和汽油中毒.....	164
樟脑中毒.....	164
儿童溺水的急救.....	165
儿童触电、雷击的抢救	167
婴幼儿“鼻眼净”中毒.....	168
不要让孩子生冻疮.....	169
预防婴儿意外事故.....	169
蹒跚学步的幼儿应注意什么.....	170

初学步到2岁前后的幼儿在家中·····	171
3岁以上的孩子易出现的意外事故·····	171
学童易出现的意外事故·····	173
牛角顶伤·····	173
小儿消化道异物·····	174
气管、支气管异物·····	175
小女孩误服了妈妈的避孕药·····	176
什么是“肠源性青紫症”·····	176
霉变甘蔗中毒·····	177
我国的弱智儿童·····	179
弱智儿童的治疗·····	179
天天洗澡增强体质·····	180
坚持给孩子做“三浴”·····	181
大家都来关心口吃的孩子·····	183
积极治疗口吃·····	183
嗜异症·····	184
小儿梦魇与夜惊·····	184
儿童梦游症可以痊愈·····	185
缄默症·····	186
少女的神经性厌食·····	186
儿童好动就是多动症吗·····	187
多动症的表现·····	187
多动症的治疗·····	188
孩子也患癔病·····	188
吮拇癖·····	189
矫正咬指甲癖·····	189
习惯性阴部摩擦·····	190

如何对待儿童的反抗行为·····	190
“老实”可爱的孩子·····	191
小议“贵人说话迟”·····	191
再长两岁就好了吗·····	192
给孩子少穿一件好·····	192
爱抚——孩子的需要·····	193
正确的刺激——孩子的需要·····	194
脑越用越灵吗·····	195
颜色与儿童·····	196
手巧才能心灵·····	196
全社会都来关心学龄前儿童·····	197
让儿童多参加体育活动·····	197
冷水的妙用·····	198
直立之美·····	198
早饭前散步好处多·····	199
散步要穿薄底鞋,走不平坦的路·····	200
散步中不要紧拉着孩子的手·····	200
“左撇子”会不会笨·····	201
认真回答孩子的问题·····	201
不要对孩子说·····	202
当孩子提问的时候·····	202
“你没有手吗?”·····	203
孩子怎么学会了说谎·····	203
怎样才能纠正儿童的说谎行为·····	204
如何对待儿童的欺骗行为·····	205
如何对待儿童的霸道行为·····	205
儿童为何出现破坏行为·····	206

帮助有破坏行为的儿童·····	206
找一找儿童惧怕的原因·····	207
帮助儿童解除惧怕·····	207
不要伤了孩子的心·····	208
给孩子玩多种多样的玩具·····	208
孩子的游戏要多样化·····	209
独生子女早过集体生活好·····	210
幼儿园里的独生子女·····	210
边走边玩边吃·····	212
小儿体温与发热·····	212
怎样给孩子试体温·····	213
高热对人体的不利影响·····	213
警惕婴幼儿高热惊厥·····	214
婴儿要添加辅助食品·····	215
1~4个月婴儿的辅助食品·····	215
5~6个月婴儿的辅助食品·····	216
7~9个月婴儿的辅助食品·····	216
10~12个月婴儿的辅助食品·····	217
中国儿童每日膳食营养素供给量·····	217
1~2岁幼儿食谱举例·····	218
2~3岁幼儿食谱举例·····	219
3~6岁儿童食谱举例·····	220
为儿童制订食谱的原则·····	220
为孩子创造良好的进餐环境·····	221
菜水、菜泥、碎菜的制备·····	221
西红柿水、苹果泥、香蕉泥的制备·····	222
蛋花粥、豆粥的制备·····	222