



儿科医生鱼小南育儿漫画系列②

宝宝常见病 防治与护理

儿科医生鱼小南 编著



青岛出版社
QINGDAO PUBLISHING HOUSE

宝宝常见病 防治与护理

儿科医生鱼小南 编著

图书在版编目 (CIP) 数据

宝宝常见病防治与护理 / 儿科医生鱼小南编著. —青岛 : 青岛出版社, 2017.8
ISBN 978-7-5552-5449-2

I. ①宝… II. ①儿… III. ①小儿疾病 - 常见病 - 防治 ②小儿疾病 - 常见病 - 护理 IV. ①R72②R473.72

中国版本图书馆CIP数据核字 (2017) 第099594号

《'宝'宝常见病防治与护理》

儿科医生鱼小南编委成员

文字作者: 余 楠 张文华

漫画作者: 黄 昕 高 薇

- 书 名 宝宝常见病防治与护理
作 者 儿科医生鱼小南
出版发行 青岛出版社
社 址 青岛市海尔路182号 (266061)
本社网址 <http://www.qdpub.com>
邮购电话 13335059110 0532-68068026
责任编辑 袁 贞
封面设计 丁文娟
照 排 青岛乐喜力科技发展有限公司
印 刷
出版日期 2017年8月第1版 2017年8月第1版第1次印刷
开 本 32开 (890mm × 1240mm)
印 张 5
字 数 60千
图 数 361幅
印 数 1-20000
书 号 ISBN 978-7-5552-5449-2
定 价 29.80元

编校印装质量、盗版监督服务电话 4006532017 0532-68068638

建议陈列类别 育儿科普类

目 录

第1章 0~3岁宝宝保健原则

第1节 新生儿期保健 2

第2节 婴儿期保健 8

第3节 幼儿期保健 14

第2章 0~3岁宝宝常见病

第1节 新生儿黄疸 22

第2节 捂热综合征 28

第3节 小儿感冒 34

第4节 小儿腹泻 45

第5节 幼儿急疹 56

第6节 过敏性疾病 63

第7节 中耳炎 80

第8节 小儿肺炎 88

第9节 小儿鼻窦炎 95

第10节 小儿贫血 100

第11节 维生素D缺乏性佝偻病 106

第12节 小儿热性惊厥 113

第3章 宝宝常见意外伤害

第1节 烫伤

120

第2节 误食药物

129

第3节 呼吸道异物

134

第4节 鱼刺卡喉

138

第5节 食物中毒

142

第6节 小儿骨折

146

第 1 章



0 ~ 3 岁宝宝保健原则

第 1 节

新生儿期保健

宝宝初来乍到，需要一段时间来适应这个世界，爸爸妈妈也需要一段时间来了解宝。新生儿期就是这样一个特殊的阶段，爸爸妈妈需要知道宝在这个时期的特点及哪些方面需要被关注。下面，小南就要开讲啦！



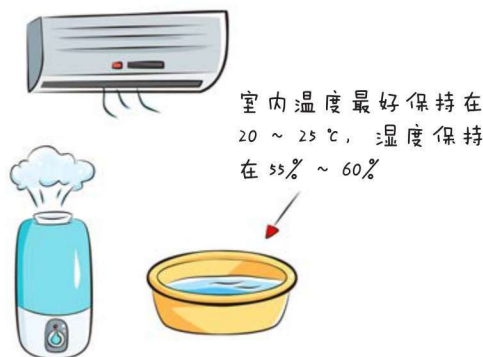
遥想当年，一阵响亮的啼哭，豚豚就这么来了，小南松了一口气，然后同行们各种忙碌：清理掉豚豚口鼻里的黏液，这样能保证他呼吸畅通；消毒、结扎脐带；采集小脚印；记录出生时评分、体温、呼吸、心率、体重、身长；注射维生素 K_1 ……



感觉过了很久很久，护士阿姨才把豚豚裹在小被子里送到小南身边，现在想想，那个所谓的很久很久，连半小时都不到，相对论啊。豚豚趴在我的身上，吧唧着小嘴拱来拱去，护士阿姨很懂豚豚，马上帮他找到了奶头，让豚豚吃上了奶。

在医院住了几天之后，听爸乐颠颠地把我们娘俩接回了家，家里也早在小南的遥控指挥下布置好了。

跟在医院一样，要给豚豚打造一个舒适的小环境。这里建议，不管是冬天还是夏天，室内温度最好保持在 $20 \sim 25^{\circ}\text{C}$ ，湿度保持在 $55\% \sim 60\%$ 。空调、加湿器，甚至放一盆水都行，这个要求应该不难实现。



豚豚呢？小爷当然是舒舒服服躺在有围栏的婴儿床里，像珍稀动物一样被全家小心翼翼围观。温度适宜，小家伙睡得可香了。不需要给宝宝穿太多，也不需要给宝宝枕头，枕块纯棉毛巾即可。宝宝的周围不要放杂物，干干净净就好。

除了吃吃睡睡，宝还要洗澡呐！
倒也不是必须天天洗澡，冬天的话，
一周1~2次也就够了，夏天可以
天天洗。另外，每次豚豚拉臭臭之后，
小南都会用温水给他清洗小屁屁。

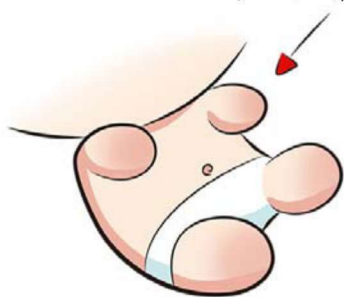


宝宝有湿疹

当然啦，这个次数不是绝对的，
要是宝宝湿疹严重，洗澡次数就要
适当减一减哦。

宝宝的脐带，出生时就被
剪断结扎了，脐带残端一般在
3~7天脱落，也有两周左右
脱落的。脱落前的这段时间，
爸爸妈妈给宝宝洗澡时要注意
些，最好绕开它。另外，爸爸
妈妈每天都要给宝宝的脐带残
端及脐周皮肤消毒哦，这样才
不容易感染。

新生儿的脐带残端，
也要保持干燥



听爸初为人父，总想表示点啥，看豚豚洗澡“出锅”了，一溜烟拿出一摞小衣服。

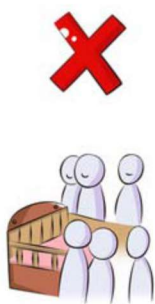


好吧，刚出生的小不点们出汗多，不能给他们穿成小粽子，要是摸摸脖子后面都是汗，那绝对穿多了，摸上去微微有点热就行。嗯，实在要参考点啥的话，看爸爸穿多少，就给宝宝穿多少吧。



“怎么有小米样的小疙瘩？”听爸想象中的新生儿，皮肤光洁无瑕，越看这些小疙瘩越碍眼。等等，不要去挤也不要涂药，过些天自己会退掉的，这是新生儿粟粒疹，啥都不去处理就没事，一挤两挤的，反而会挤出事情来。

另外，有的宝可能还有新生儿痤疮、“马牙”、新生儿红斑等情况，这些也一样，都不需要处理，爸爸妈妈别纠结就好。

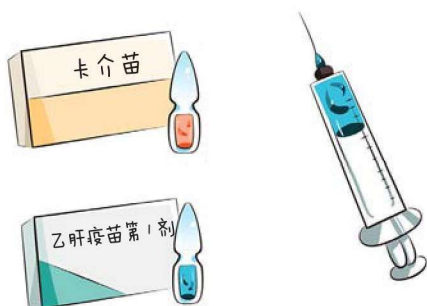


豚豚一回到家，亲戚朋友们都想来参观一下。来吧来吧，生娃的快乐要一起分享，不过不要很多人一起挤进豚豚的房间哦，想要抱抱他的也要先洗洗手。

有个阿姨洗干净双手，还戴上口罩才肯进屋，说自己有慢性呼吸道疾病，怕传染给豚豚，嗯，给她点个赞。如果你们家亲戚朋友也有这方面疾病，知道该怎么让他看望小不点了吧？



宝宝出生第一天



宝宝用的奶瓶啊,奶嘴啊,小勺啊……每天都要消毒哦!家里也要经常通风换气,让宝宝多多呼吸新鲜空气。对了,还有一件很重要的事情,宝宝出生第一天,就要接种两种疫苗,一个是卡介苗,另一个是乙肝疫苗第1剂。

小南是分娩之前就听爸爸记录下来,看看医生有没有给豚豚做一些疾病的筛查,比如听力筛查、代谢病筛查、先天性髋关节发育不良的筛查等,就怕自己生完之后太虚弱,或者被别的事情影响忘记了这茬事。



这些筛查,你们的宝也都做了吧?

鱼小南
特别提示

新生儿期是一个很特别的阶段,宝宝面临初来这个世界的各种考验,爸爸妈妈也要面对照顾这个小不点的各种压力。总的来说,爸爸妈妈们要多观察,多关注,遇到不明白的多咨询医生,不确定需不需要去医院的,还是去医院走一趟最保险!

第 2 节

婴儿期保健

从宝宝出生到1岁的这个阶段是婴儿期，宝宝在这一年里长得非常快，婴儿期也是宝宝的第一个生长高峰期。自然，这一年里，宝宝需要的营养很多。但是，这个阶段的宝宝，消化功能尚不成熟，所以，喂养上需要爸爸妈妈多花心思。



小南每次忙完，手机里总会有那么一些留言，都是关于宝宝的各种问题，要选一个大家问得最多的啊：补钙。

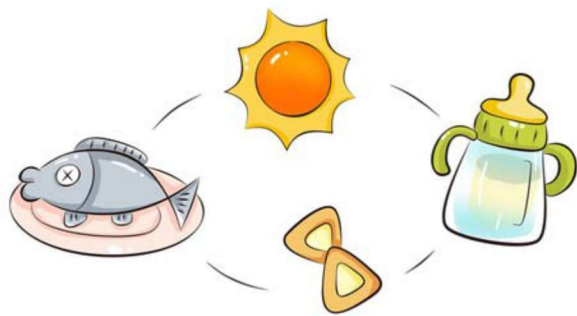
补钙说到底就是补充维生素D，不管是母乳喂养还是配方奶喂养，宝宝出生2周后，就要每天摄入400IU的维生素D，至少到两岁。



当然了，如果是早产儿、低出生体重儿、双胎儿，那点量是远远不够滴，小南就刚刚电话指导了一个朋友，建议她家的早产儿宝宝一出生就补充维生素D，先每天800 ~ 1000IU，3个月后再降到每天400IU。



对了，如果是特殊天气，比如北方寒冬，可以适当补充到每天600 ~ 800IU，南方的梅雨季节也增加到400 ~ 600IU。

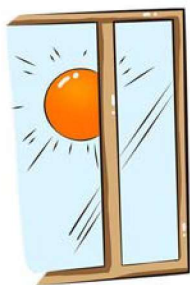


婴儿期的宝宝，及时合理地添加辅食也是很重要的哦！随着宝宝逐渐长大，母乳已经不能满足宝宝生长的需要了。而且，4 ~ 6个月是宝宝学习吞咽、咀嚼的敏感期，这个时候添加辅食有利于宝宝的咀嚼动作发育。先给宝宝添加泥糊状食物，随着乳牙萌出要及时添加固体食物，以促进牙齿生长、锻炼咀嚼能力。



宝宝满月之后，就可以带他出去晒太阳啦！天气好的时候，把宝宝放在可以平躺的婴儿车里，推宝宝出门吧！这样一来可以补钙，二来可以让宝宝多接触一些新鲜事物，有利于宝宝智力、情感等各方面的发育。

听爸有时候偷懒，觉得隔着玻璃在家晒晒也是一样的。哪一样了？玻璃阻拦了紫外线好不好，晒上一天吸收得也很有限，必须无阻隔地和阳光接触才有效果哟。



玻璃阻拦了
紫外线



对了，宝宝的铁贮备也会在4~6个月的时候用完，除了补充维生素D，还要记得补铁哦。

而且，6个月后，宝从妈妈体内获得的抗体也会逐渐消失，而宝宝自身的免疫功能尚不成熟，所以容易生病。可见，4~6个月的阶段还是蛮关键的一个时期，维生素D要继续补充，铁也要补，辅食也要慢慢加，还得注意别感冒。嗯，好多事情啊，爸爸妈妈要记好哦！

婴儿期也是培养宝宝好习惯的一个时期，最起码，要建立起睡眠规律啦！从生理上讲，3个月的宝宝就不需要吃夜奶了，晚上是可以睡个整觉的。但是，每个宝宝的睡眠成熟程度不同，夜醒情况也不一样，很多宝宝做不到这一点。没关系，别着急，需要注意的是，妈妈不要为了自己省事，晚上宝一哭就塞给她乳头。其实，很多时候宝宝只是求安慰，并不是饿了，妈妈拍拍他、哄哄他就可以了。



2 个月——抬头



4 个月——翻身



6 个月——坐



7 个月——滚



8 个月——爬



1 岁——走



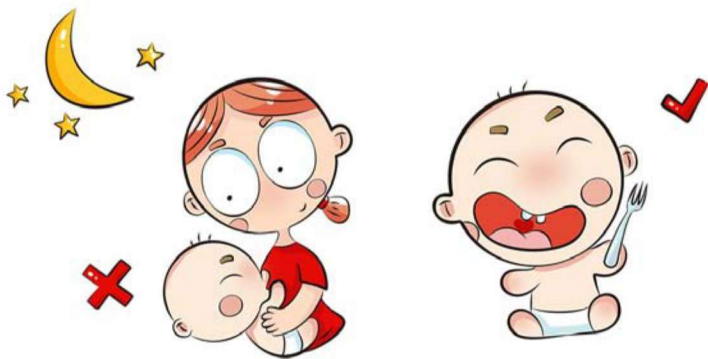
宝宝每个阶段都有要学的本领呢，尤其是大运动能力，要是爸爸妈妈不训练他，宝宝的发育会落后的。怎么看有没有落后呢，不妨对照一下这个发育口诀“二抬四翻六会坐，七滚八爬周岁会走”。

也就是说，宝宝2个月时可以抬头，4个月时会翻身，6个月会坐，7个月会来回滚，8个月会爬，1岁会走。虽说有个体差异，但差得很大的话就是发育异常。

如果宝宝一切都还好，或者只是有那么一点点落后的样子，也还是要多创造机会让他们动起来；如果有明显的运动发育迟缓迹象，就有必要去医院，看看是遗传的问题还是营养或疾病的问题，早点诊断、早点干预，宝宝赶上其他小朋友的概率还是很大的。



除了大运动发育，宝宝的咀嚼能力、感知觉发育、情感发育以及语言发育，都需要爸爸妈妈的帮助呢。



这个阶段还要培养宝宝的一些好习惯啦，像让豚豚3个月之后逐渐不吃夜奶、乳牙长出后就开始刷牙、让豚豚自己用勺吃辅食等。

还有朋友咨询定期体检的事，豚豚1岁之前，小南每3个月就带