

健康警钟丛书



儿童防病术

农村读物出版社

儿童防病术

主编 贺振泉

编写 贺振泉 李虎林 徐 瑞
邵极宁 崔建成

农村读物出版社

主编 贺振泉

编写 贺振泉 李虎林 徐 瑞

邵极宁 崔建成

健康警钟丛书

儿童防病术

责任编辑 任 鹤

*

农村读物出版社 出版

国防科工委印刷厂 印刷

各地新华书店 经销

*

787×1092毫米 1/32 · 5.5 印张 126千字

1992年3月第1版 1992年3月第1次印刷

印数：1—7400

ISBN 7-5048-1758-9/R · 30 定价：3.45元

(京)新登字 169号

目 录

一、新生儿常见病预防.....	1
护理新生儿注意事项.....	1
注意新生儿的变化.....	2
新生儿如何喂药.....	3
防止新生儿发生意外事故.....	4
防止新生儿的智力障碍.....	5
如何防止新生儿夜间哭闹.....	5
怎样保持新生儿正常体温.....	6
怎样预防新生儿颅内出血.....	7
保护好新生儿脐带.....	7
预防新生儿脐病.....	8
谨防新生儿低血糖.....	9
寒冬谨防乳儿猝死综合征	10
盛夏应防新生儿中暑	10
新生儿预防感染须知	11
怎样预防新生儿败血症	12
如何预防新生儿冷伤	13
警惕核黄疸的发生	13
怎样保护新生儿皮肤	14
襁褓婴儿防红臀	15
如何预防新生儿皮下坏疽	16
怎样防止新生儿硬肿症	17

防治新生儿肛门周围感染	17
谨防新生儿奶癣	18
警惕新生儿肺炎	19
乙肝母亲怎样保护新生儿	19
新生儿要接种乙肝疫苗	20
怎样防治新生儿鼻塞	21
二、小儿常见传染病预防	22
打预防针前后注意事项	22
怎样防治流行性腮腺炎	23
流行性腮腺炎要防并发症	24
如何预防麻疹	25
怎样预防百日咳	26
怎样防治猩红热	27
怎样预防白喉	28
怎样防治婴儿鹅口疮	29
如何预防流行性脑脊髓膜炎	30
怎样预防蛔虫病	31
怎样知道孩子肚里有蛔虫	32
小儿蛲虫病的防治	32
当心婴儿染上钩虫病	33
三、小儿常见内科病预防	35
怎样防止婴幼儿窒息	35
谨防小儿气道异物	36
预防婴幼儿屏气发作	37
如何防止小儿高热抽风	37
警惕高热惊厥后癫痫	39
经久流涕值得注意	40

预防哮喘始于胎儿	40
预防婴幼儿营养不良	41
预防婴儿脚气病	42
小儿厌食原因多	43
预防儿童感染性腹泻	44
怎样预防小儿腹泻	44
小儿伤食泄泻症状	45
如何知道儿童是过敏体质	46
防止婴儿牛奶过敏	47
警惕小儿食物过敏	48
婴儿便秘防治	49
防止习惯性便秘	50
预防婴幼儿营养过剩	50
儿童溃疡病因	51
警惕婴儿吞气征	52
警惕婴幼儿牛奶贫血症	52
如何尽早发现心脏病	53
怎样预防先天性心脏病	54
怎样预防先心病的并发症	55
小儿病毒性心肌炎防治	56
小儿心脏病能不能动手术	57
防治儿童血管性水肿	57
应从儿期预防高血压病	58
防止婴幼儿缺血	59
谨防肾病患者复发	60
防治小儿急性肾炎	60
谨防儿童神经衰弱	61

早期发现弱智儿	62
防止小儿行为异常	63
儿童挤眉眨眼谨防舞蹈病	64
警惕小儿成人病	65
警惕小儿睡眠障碍	66
夏日防苦夏	67
防止风湿热复发	67
警惕小儿患癌症	68
小儿防癌不嫌早	69
预防小儿佝偻病需从怀孕做起	70
预防儿童缺钙	71
怎样防治小儿癫痫症	72
四、小儿外科及皮肤科疾病预防	73
注意发现异常及防止意外	73
警惕自行车车轮绞伤孩子脚	73
谨防孩子发生车祸	74
小儿外伤警惕脾破裂	75
防止孩子烫伤和烧伤	75
防止孩子跌伤	76
练哑铃防止畸形	78
警惕小儿颈部扭伤	78
早期发现先天性肌性斜颈	79
早期发现先天性髋脱位	80
防止儿童肋骨外翻	80
防止学生脊柱变形	81
防治小儿八字脚	81
谨防小儿脸长歪	82

当心小儿牵拉肘	83
扁平足的防治	84
预防胆结石应从儿童开始	84
防治小儿颌面部淋巴结炎	85
怎样预防肠套叠	86
当心婴幼儿肠套叠	86
怎样发现小儿急性阑尾炎	87
谨防注射性臀肌挛缩症	87
孩子尿床训练治疗	88
警惕儿童前列腺炎	89
警惕小儿疝气嵌顿	90
谨防婴幼儿尿路感染	91
谨防女孩外阴炎	92
谨防男孩阴茎损伤	93
警惕睾丸扭转	93
警惕包茎之害	94
清除小儿包皮垢	95
谨防包皮阴茎头炎	95
预防阴茎疾患	96
怎样保护小儿皮肤	97
保护孩子头发	98
佩挂香袋可防虫咬皮炎	99
儿童玩沙土谨防皮炎	99
怎样防治痱子	100
皮肤皱褶带来的危害	101
如何预防脓疱疮	101
湿疹的饮食防治	102

五、五官科常见疾病预防	104
注意儿童口腔卫生	104
关心孩子换牙	105
牙齿保健八个三	105
小儿长牙迟原因	106
切忌盲目用橡皮圈矫正牙列	107
如何预防儿童龋齿	108
谨防奶瓶龋齿	109
预防儿童牙釉质发育不全	109
预防儿童牙疳	110
儿童口疮防治	111
婴幼儿地图舌防治	111
注意婴幼儿眼睛保健	112
警惕小儿先天性青光眼	113
预防婴儿先天性眼病	114
怎样预防斜眼	115
警惕猫眼出现	115
预防近视眼要从儿时起	116
从小保护听力	117
如何早期发现聋儿	118
防治小儿感染性耳聋	119
谨防儿童药物性耳聋	120
点鞭炮莫忘防耳聋	121
保护聋儿残存听力	121
怎样使耳聋孩子不成哑巴	122
外耳道疳肿防治	123
鼻出血的家庭预防	124

不可忽视儿童鼻畸形·····	125
孩子打鼾并非睡得甜·····	126
幼儿嗓子如何保护·····	127
变声期如何保护嗓音·····	128
警惕小儿急性喉炎·····	129
六、其他防病须知·····	130
周岁内婴儿防病十则·····	130
如何增强孩子抵抗力·····	131
婴儿得病十大原因·····	132
婴幼儿疾病早期发现·····	133
婴儿病前有信号·····	134
婴儿健身四要·····	135
怎样保持小儿体型美·····	136
影响身高发育因素·····	137
儿童偏食的心理防治·····	138
防止孩子不合理进食·····	139
让小儿睡好的诀窍·····	139
婴幼儿衣物卫生十要·····	141
警惕枕头影响孩子健康·····	142
与孩子逗乐有讲究·····	143
当心童车病·····	144
孩子的头打不得·····	145
警惕家庭不良感染·····	145
避免儿童家源性疾病·····	147
克服孩子习惯性抽搐·····	148
如何保障儿童心理健康·····	149
防止溺爱措施·····	149

儿童谨防恐怖症·····	150
腹中儿防失聪·····	151
如何避免行为畸形儿·····	153
胎教热中防胎害·····	154
幼儿口吃矫正·····	154
教会孩子保护自己·····	155
女孩青春期卫生·····	156
警惕交叉腿综合征·····	157
怎样防止小儿居室综合征·····	158
防止小儿晒太阳抽筋·····	159
谨防儿童首饰病·····	160
如何防止小儿夜啼·····	160
怎样预防幼儿中毒·····	161
提防婴儿缺水·····	162
谨防老鼠伤害婴儿·····	162
让小儿安度严冬·····	163
警惕外用使婴儿中毒·····	164
防治小儿维生素 D 中毒·····	165
防治小儿维生素 A 中毒·····	165
补铁要当心急性铁中毒·····	166

一、新生儿常见病预防

护理新生儿注意事项

新生儿皮肤娇嫩，抵抗力弱，如果护理时动作过重，容易擦伤皮肤而致感染。精心地护理则可减少感染。如沐浴时，对腋下、颈下、腹股沟等皱褶处不要擦得太重，洗好后要擦干，并均匀扑粉。如果发现皮肤等处有脓疱、疖子等感染性病灶时，应及时就医。尿布湿了要勤换，尤其是带有粪便的尿布更要及时换去，因粪便中的细菌能使尿液中的尿素分解而产生氨，氨刺激皮肤可发生红臀。如果每次换尿布时在臀部涂些鞣酸软膏，可防发生红臀。此外，在尿布外面最好不要用塑料布或橡皮布垫裹，否则，会使臀部湿度过大，容易感染霉菌。

新生儿脐部伤口一般需包扎10天左右，绷带布被小便浸湿，应及时更换。如有渗出物或脐带有发红等情况，应及时就医。

有的新生儿有乳腺肿大，是受了母亲血液中内分泌的影响，是正常现象，不要去挤压乳部，以免发生感染。有的孩子颊部脂肪垫增厚或牙龈处上皮细胞堆积，这都是生理现象，不要随便去挑割，因为新生儿的口腔粘膜下层淋巴管和血管特别丰富，一旦受损，细菌可侵入淋巴和血液中，有可能发生败血症而危及生命。平时应经常保持新生儿口腔清洁，每

天可用棉花蘸3%苏打水轻拭牙龈、舌部及上下腭，以防发生霉菌性口腔炎。

注意新生儿的变化

新生儿神经中枢发育不十分成熟，调节功能也不完善，有病时症状常不明显，但如果细心观察就会发现，许多微小的变化往往是发现疾病的重要线索。

1. 皮肤。正常新生儿面色红润，如果出现面色苍白或口周、指甲青紫，而且哭闹时加重，就要考虑是否有肺部或心脏方面的疾病，应及时就医。新生儿皮肤皱褶处有糜烂、破溃、脓点表示有感染，也不可忽视，因为这有可能招致败血症。生后2~3天可出现轻度黄疸，第10~14天自然消退，如生后20天黄疸不退，同时大便发白，可能是肝胆系统有病。

出生后4~10天脐带脱落，脐窝应是干燥的。脐窝潮湿、有渗液或脐周红肿有脓都是感染，要及时请医生处理。

2. 哭声。正常新生儿哭声响亮，一般喂奶、换尿布后环境适宜即能安静入睡。哭闹不止、哭声微弱或哼哼不安，说明小儿感觉不舒服，常见原因有口渴、没吃饱、尿布不洁、过冷、过热或患有疾病。

3. 吃奶。早产儿吸吮、吞咽功能差；人工喂养的孩子，奶头质硬、孔洞过小造成小婴儿吸吮费力疲劳；妈妈奶头过小、过大、扁平或没有帮助孩子张口，没把乳头全部伸入口内，都可影响小儿吃奶。口腔糜烂、鹅口疮、呼吸道感染、鼻塞，也是造成小儿拒奶的原因。

4. 呕吐。新生儿胃呈水平位，进食后常有溢奶。改变喂奶方法，这种症状即会减轻，对小儿无碍。呕吐也可因喂奶

过多、次数过频，喂奶时吸入大量空气、食后活动过多或冬季保暖不够、服药等原因引起，呕吐如伴有发烧、哭闹、抽搐、体重不长等可能是由某些疾病引起，应注意呕吐发生时间、呕吐方式、呕吐物颜色和数量等，以供医生诊断参考。

5. 腹泻。新生儿每天大便 1~4 次，正常时为黄色糊状或成形软便。如便稀量多、有奶瓣及酸臭味或蛋花汤样便、呈黄色或绿色，多见于消化不良。如有泡沫状粘液便、带脓血便、水样便、便中有鲜血均为病态，应立即就医。

6. 呼吸。鼻塞、呛咳伴有发烧，可能为上呼吸道感染，吐泡沫、口周发紫、呼吸表浅、鼻翼煽动，表示婴儿呼吸困难，可能为支气管炎、新生儿肺炎等。

7. 惊厥。新生儿抽搐多不典型。正常新生儿由睡眠转为清醒时，可有突然惊跳样动作；饥饿时可有激动和震颤样运动，不能认为是惊厥。但是，如果肢体出现阵挛性和强直性抽搐，阵发性咀嚼、眨眼、眼白上翻，面色苍白或青紫，应认为是小儿抽搐，要引起重视。

8. 体温。发热或体温过低。新生儿体温调节中枢不完善，常受环境影响。体温高于 37.5°C 为发热，常见于室温过高、衣被过厚，出汗过多而饮水不足，也可能为疾病所致。体温低于 35°C 为体温过低，可见于早产儿、室温低而保暖不好、饥饿、营养不良等。

新生儿如何喂药

有些药物只有口服或口服疗效高，就需给新生儿吃药。为了顺利地喂药应注意以下几点，药物若味苦，应放糖减少苦味；喂药前不应喂饱奶，以免饱后拒食；喂药时不应捏住鼻

孔强行灌入，以免发生药物呛入气管。

新生儿与儿童不同，不会因看见药就产生恐惧感，一般可用小匙喂入嘴内，喂时顺口腔面颊的一侧慢慢倒，这样不易呛。另一更好的方法是先用空橡皮奶头放入新生儿口中，然后把所需要的药物水倒入空橡皮奶头内，此时新生儿像吃奶一样。若一次吃的中药水很多，则可直接放在奶瓶内吮吸。若是少量药粉，可把药粉直接放入口中（不必先水溶），然后喂糖水或温开水。有的药粉特别少，不必饮水冲下。

防止新生儿发生意外事故

1. 卧床喂奶母亲睡着了，乳房压住了含着乳头的新生儿的鼻子，闷住了呼吸，最后缺氧死亡。故卧床喂奶，母亲不应睡着。

2. 喂奶后新生儿吐奶，呕吐物吸入气管，可引起呛及新生儿吸入性肺炎，重者可窒息死亡。所以，新生儿头部应侧睡，并应在奶后略直抱轻轻拍背，使其吐出吸入的空气，可减少呕吐。

3. 保暖使用的热水袋、汤婆子。由于疏忽瓶盖未拧紧，热水流出烫伤皮肤。或由于热水袋、汤婆子太烫、太近而烫伤。所以，暖水器中的水温应小于 60°C ，暖水器外包布。

4. 新生儿跌伤。由于未抱牢、包被松开未抓牢，洗澡时肥皂手很滑未抱牢等原因均可引起小儿跌伤，应引起重视。

5. 灯照烫伤。为了使红臀较快恢复，有时采用大电灯泡或红外线灯照臀部。若灯光太热，照射距离过近，照射停留时间过长，均易引起局部充血、起泡，严重者脱皮，坏死。故照射时要守后在旁，照光不要太近，并要不时地移动光圈。在

照射中常用手试照，以免过热。

防止新生儿的智力障碍

1. 注意孕期保健。防止孕妇营养不良，定期进行产前检查，及时治疗妊娠并发症，避免使用对胎儿有害的药物，避免近亲结婚。

2. 加强产前遗传病的诊断。通过羊水检查可发现某些遗传性疾病及畸形，从而终止妊娠。以往生产有染色体异常患儿、畸形儿或在妊娠早期受过射线、吃过某些致畸药物、病毒感染、高龄产妇等，都应做产前检查。

3. 早期发现早期治疗。如果新生儿患甲状腺功能低下，苯丙酮尿症，都可以通过在新生儿中进行筛选而发现这种病人，对其均有治疗办法，如苯丙酮尿症在生后2个月内即开始给予低苯丙氨酸饮食。若6个月以上才治疗则有1/3患智力低下。若甲状腺功能低下，则应在3个月内开始给予甲状腺素的长期替代疗法。对于半乳糖血症应限制乳类食品，对于黄疸应早期控制，完全可以预防核黄疸，由于染色体改变而引起的智力低下，目前还无理想的治疗方法。

如何防止新生儿夜间哭闹

新生儿睡眠时间长，差不多一天要睡20个小时，分不清白天、黑夜，只是自觉饿了或有外界刺激或有疾患就啼哭。因此，在新生儿期间，要有意识的训练小儿夜间睡眠的习惯。在夜间应减少1次喂奶和换尿布，让新生儿能有6小时睡眠，不要不分昼夜机械地3小时弄醒1次，或者白天小儿睡觉多久

也不叫醒，这样会造成新生儿日夜颠倒，白天睡大觉，吃的少，尿尿也少，一到夜里反而清醒，吃的多，尿尿也多。饿了哭，尿布湿了也哭，躺着不舒服也哭。这样反复多次，便形成夜间啼哭的不良习惯，使大人得不到休息，甚至扰得四邻不安。发现这种情况，检查小儿有无疾患，如腹胀、畸形等，如无其他原因，白天不要让睡得太多，按时喂奶，换尿布，让小儿吃饱。特别注意临睡前喂饱，如晚 11 点喂饱，换好尿布，再不要打扰小儿睡眠，直到早 5 点再喂奶、换尿布。几天后新生儿就习惯晚上睡觉了，甚至早晨 6 点才醒，使大人也能有安宁的睡眠。如果 5~6 天还纠正不过来，可在医生指导下晚上连续几天吃镇静药，如连续 2~3 个晚上给小儿服鲁米那每片 30 毫克的 1/6 片，或苯海拉明 25 毫克的 1/10 片。配制方法是将 1 片药分别溶在 6 或 10 茶匙的糖水中，每次服 1 茶匙。以纠正白天黑夜颠倒。吃少量镇静药，对孩子不会有什么不良影响，不必有什么顾虑。

怎样保持新生儿正常体温

新生儿皮下脂肪少，排汗散热能力弱，身体对外界温度变化的调节能力差，所以，新生儿的体温极不稳定。在过分保暖的情况下，体温可上升到 40℃，甚至引起抽风。在寒冷的冬季，如果保暖不好，体温就会下降，全身冰凉，甚至皮肤板僵硬肿。因此，对新生儿应保持适当的温度。外界环境要暖和，冬天室内温度保持在 16~22℃。夏天室内要通风，避免直接吹小儿，也可在地上洒水或放盆冷水吸热。新生儿不要包的太紧，捂的太严。寒冬季节，室内要有取暖装置，如暖气、升炉火、烧热炕等。如果室温不够，小儿手脚冰凉时，