

二十一世纪优生优育权威版本

育儿百科全书

李晋庆 编

(下)



让你怀个
健康的宝宝

教你养个
聪明的孩子

新疆人民出版社

二十一世纪优生优育权威版本

R174
31
:2

育儿百科全书

李晋庆 编

新疆人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

育儿百科全书 李晋庆编著 一乌鲁木齐: 新疆人民出版社
2000.8

ISBN 7—228—03685—9

I. 育… II. …李… III. 婴幼儿—妇幼保健—手册
IV. RJ74

中国版本图书馆CIP数据核字(2000)第67920号

育儿百科全书

李晋庆 编

责任编辑: 李明阳

设计: 文心

出版 新疆人民出版社出版发行
地址 乌鲁木齐市解放南路348号
邮编 830001
经销 新华书店
印刷 郫县民政印刷厂
开本 850×1168毫米32开
印张 20
插页 18
字数 420千
版次 2000年10月第1版
印次 2000年10月第1次印刷
印数 1—5000

ISBN 7—228—03685—9/G·346

定价: 45.00元(上、下)

内容提要

由怀孕到分娩,一个新的生命诞生了。

本书上册着重介绍了如何才能达到优生的目的。但是优生不等于优生,先天的健全也不等于后天的优秀。于是,初为人父、人母的夫妻将面对如何教育孩子的问题。

谁不想自己的后代健康又聪明呢!

本书从优生出发,着重介绍了如何哺育自己的孩子;婴儿期和幼儿期孩子的心理、生理特点和发展进程;育儿的生活和医学常识;幼儿期孩子异常情况与处置。以及如何培养孩子养成良好的生活习惯;如何对孩子进行教育和训练,增进孩子的智力发展;如何克服孩子的不良习惯,培养孩子养成良好的行为习惯。

儿童教育要从小抓起,本书定能为初为父母的年轻夫妻提供帮助。

目 录

第七章 育儿医学知识

一、新生儿时期应注意的问题·····	(1)
二、儿童常见的传染病·····	(6)
三、幼儿常见各类病症及对策·····	(16)
四、幼儿身体各器官容易出现的疾病·····	(38)
1. 泌尿、性官的疾病·····	(38)
2. 眼、耳、口的疾病·····	(42)
3. 骨、关节疾病·····	(45)
五、感冒引起的疾病·····	(48)
六、儿童意外伤害的预防及应急处理·····	(51)

第八章 从新生儿到一岁

一、新生儿的生理和特征·····	(67)
二、给新生和取名字·····	(71)
三、新生儿的衣服和用品·····	(75)
四、提倡母亲和婴儿的紧密结合·····	(83)
五、婴儿的睡眠·····	(87)
六、婴儿的喂养·····	(94)
七、婴儿的断奶·····	(117)
八、婴儿的尿布和大便·····	(123)
1. 尿布与更换·····	(123)
2. 大便·····	(131)

3. 可能出现的问题·····	(132)
九、怎样抱孩子·····	(134)
十、怎样为婴儿穿衣服、脱衣服·····	(139)
十一、婴儿的洗浴·····	(141)
1. 给婴儿洗澡·····	(141)
2. 可能出现的问题·····	(150)
十二、婴儿的啼哭·····	(151)
十三、婴儿的发育和玩耍·····	(160)
1. 头部的控制·····	(164)
2. 坐立·····	(166)
3. 爬行·····	(168)
4. 站立与坐下·····	(171)
5. 视力·····	(174)
6. 牙齿·····	(177)
7. 说话能力·····	(179)
8. 关于玩耍·····	(182)

第九章 1—2岁的幼儿

一、特征·····	(188)
二、身体和智力的发育·····	(189)
1. 身体发育·····	(189)
2. 智力发育·····	(193)
三、食物和饮食·····	(195)
四、睡眠·····	(199)
五、啼哭·····	(203)
六、大小便卫生习惯训练·····	(206)

七、衣服及居室·····	(209)
八、家庭安全常识·····	(216)
九、玩具·····	(223)
1. 为何孩子要玩·····	(223)
2. 玩具分类法·····	(224)
3. 0至2岁的特色·····	(226)
十、社会行为·····	(227)

第十章 2—3岁的幼儿

一、特征·····	(242)
二、身体发育与智力发育·····	(243)
1. 体重与身高·····	(243)
2. 运动机能·····	(243)
3. 语言·····	(244)
4. 情绪·····	(245)
5. 玩耍·····	(245)
三、食物和饮食·····	(246)
四、睡眠·····	(248)
五、啼哭·····	(251)
六、大小便及卫生习惯训练·····	(257)
七、社会行为·····	(261)

第十一章 3岁的幼儿

一、特征·····	(272)
二、身体与内心世界的发育·····	(272)

三、饮食与营养·····	(279)
四、日常生活·····	(281)
五、教育与训练·····	(288)
1. 关注孩子的性别认同·····	(289)
2. 要善于与孩子沟通、交流·····	(291)
3. 夸奖的艺术·····	(293)
4. 从小培养孩子的自制力和责任感·····	(295)
5. 关注和促进孩子的智力发展·····	(297)
6. 正确对待孩子的不良行为及习惯·····	(298)
7. 儿童孤独症的防治·····	(301)

第十二章 4—5岁的幼儿

一、特征·····	(303)
二、身体与内心世界的发育·····	(304)
1. 身高和体重·····	(304)
2. 扁桃腺肥大·····	(304)
3. 运动机能·····	(305)
4. 内心世界的发展·····	(305)
三、日常生活·····	(308)
1. 让孩子掌握基本生活本领·····	(308)
2. 要让孩子心情开朗、茁壮成长·····	(311)
3. 不可溺爱孩子·····	(312)
4. 要有一个欢乐的家庭气氛·····	(312)

第七章 育儿医学常识

一、新生儿时期应注意的疾病

1 产瘤、脑血肿(胎带的瘤子)

产瘤是新生儿通过产道时,头部受阻,体液积存在头皮内形成肿块的状态。产瘤一般几天到一周就会消失。

脑血肿是头盖骨与骨膜之间出血,血积存下来引起局部肿大。完全消失得几个月时间,大部分新生儿的脑血肿不会造成大的危险。

2 新生儿落屑(皮肤脱落)

孩子出生两三天后,由于皮肤变得干燥,会出现脱落现象,这就是新生儿落屑。新生儿落屑是孩子都存在的一种生理现象,所以不必担心。过期产(超过预产期出生)的孩子特别严重,要持续1—2周。

3 新生儿疹子(脸上的红疙瘩)

出生1周左右,在以脸为主的孩子身上会出现一些红色的小疙瘩,这就是新生儿疹子。它是受母亲荷尔蒙的影响,皮下脂肪分泌过剩造成的。它既不痛也不痒,只要用肥皂洗一下,或用热水擦擦,保持皮肤清洁,1—2个月就可痊愈。

4 斜颈(头向一方倾斜)

孩子的头总是歪向左或右的一边叫斜颈,它与“歪头癖”不同,它的特征是,即使你刻意改变孩子头的方向,也改变不了。

这一症状出现于生后4—5日。头总是歪向固定一边的孩子,倾斜那一侧的头颈处,能够摸到一个有小姆指至大姆指大小的肿块,这个肿块造成肌肉痉挛,久之则成为斜颈。这个肿块,出生后一个月左右会变得越来越大,但以后又会变小,生后3个月时几乎全部消失。即使不积极地去治疗,在1岁之前也有90%会自然痊愈的。

斜颈往往是由于孩子长期歪向同一方向睡觉而形成的。所以斜颈的孩子睡觉时,应在没有肿块的那一侧的肩及背下垫上毛巾或低的枕头,大约以抬起半个身子为宜。这样,孩子就容易纠正睡觉姿势了。俯卧睡觉也是一个好办法。

5 黄疸(会在出生后第二天出现)

新生儿中有90%的孩子会在出生后第二天出现白眼珠及皮肤变黄的现象,这是生理的黄疸,不是什么病。

与之相对应是病的黄疸发生于初生后24小时之内,发展非常快。大部分的原因是由于母亲的血型与婴儿的血型不合所引起的,这在妊娠期可以检查出来。让母亲服药可以预防,如果已发生了,则可用光线疗法和换血等进行治疗。

吃母乳的孩子,生后1—2月还有黄疸的叫母乳黄疸。这是由于母乳中含有妨碍肝脏处理胆汁色素所引起的。此时不要担心,即使母亲接受治疗也不必停止喂食母乳,2—3个月后会消失。

由于长期的黄疸可能诱发新生儿肝炎,所以应到医院进行检查。因先天性胆道闭塞所引起的黄疸,会在生后1个月左右出

现,这种黄疸病的特征为尿液呈茶黄色,大便呈白色。



(6) 肚脐突出(哭泣时肚脐外出)

这就是所谓的出脐,是由于腹部肌肉还较弱,造成肠道的一部分随肚脐一齐露出体外。到1岁左右自动消除,可不必管它。

(7) 脐炎、脐肉芽肿(肚脐渗血)

肚脐因脐带剪去,伤口被细菌感染所引发的炎症称为脐炎。脐带剪去的末端结块称为脐肉芽肿。二者都会渗出血液,要注意此炎症,一有发生应立即到小儿科接受治疗。

(8) 新生儿吐血症、维生素 K 缺乏症

新生儿吐血症是由于胎儿在母体内维生素 K 不足所引起的,出生1—3天内,婴儿会突然吐血及解出带血的焦状大便。

与因维生素 K 不足引起的真性吐血症状相同,还存在一种

出生后不久会吐血的假性吐血症。这是由于孩子在通过产道时吸进了母亲的血液所引起的,不用担心。

维生素 K 缺乏症会引发生 15 日—1 个月之间婴儿的消化管出血及脑内出血,这种现象在吃母乳的孩子中约占 90%。出现这种症状的原因是由于母乳的维生素 K 不足,与吃奶粉的婴儿相比,吃母乳的婴儿很容易造成维生素 K 不足,因此,很难使血液凝结起来。

治疗维生素 K 缺乏症可以采用维生素 K 的皮下注射或喝糖浆。维生素 K 不足与妊娠及哺乳中母亲的饮食问题也有关系,应力求作到营养平衡。

(9) 鼻泪管闭塞(流不出泪)

眼睛表面通常是湿润的,眼泪可以通过鼻腔进入喉咙然后排泄出去。这条泪水通过的管道叫鼻泪管。如果婴儿生下来鼻泪管就闭塞的话,流不出来的泪水会在眼与鼻骨之间的泪囊内积存下来,很容易让细菌感染诱发泪囊炎。

婴儿的脸较小,脂肪相对多,鼻泪管很容易被堵塞。

如果注意到孩子很少流泪或眼屎过多的话,应到眼科接受检查。

(10) 上皮真珠肿(6 个月前的孩子较多)

婴儿的牙床上,有时会有一些发白光的颗粒状东西,大约有半个米粒大小,一般是 1—2 个(当然有的也很多)。这就叫上皮真珠肿。上皮真珠肿是牙床的上皮角质化的产物,上皮真珠肿很像是长出来的牙齿,但用手摸非常柔软,则可明白不是牙齿。

上皮真珠肿不疼不痒,对身体无害,1—3 个月内就会自然脱落,脱落时即使被孩子吞下去也不用担心。

(11) 幽门狭窄症(像吐水一样)

胃的入口称贲门部,出口则称幽门部。幽门部如果太厚实的话,胃中的食物不能很好地流出,因此会造成婴儿频繁地吐奶。这一症状大约在出生后2—3周时发生。

开始婴儿呕吐与生理呕吐没什么区别,但逐渐越吐越厉害,像吐水一样,就不是自然的呕吐了,体重也不增加。

如果从婴儿呕吐的方式诊断可能是幽门狭窄症时,应马上送医院。

(12) 巨大结肠症

该病是由于生下来缺少直肠及S形结肠蠕动的神经节所引起的。由于肠的运动较弱,粪停滞,因此肠壁扩大,孩子的肠有时也会巨大化。其症状特征是便秘较严重,腹胀,呕吐等。

如果便秘较严重,想了各种办法也无法解决,得赶紧去找医生。做一下X射线或肠压力检查就可明白。确诊之后,原则上应用手术治疗。

(13) 感冒症候群(发热,流鼻涕及咳嗽)

新生儿及婴儿的疾病中最多的感冒,因感冒引起发烧的可能要占80—90%。其诱发的症状有咽喉疼痛,打喷嚏、流鼻涕、发烧、咳嗽、鼻塞等。有时还伴有痢疾及腹痛、呕吐等胃肠症状。

感冒症候群大多是因病毒所引起,病毒种类不同症状也不同。RS病毒等形成的感冒,多伴有咳嗽及哮喘;还有的病毒形成的感冒伴有呕吐、痢疾及腹痛等。

病毒的种类有很多,症状也就各种各样。对一般的感冒则

不要着急,几天内就会退烧,其他症状也会自然消失。

病毒感染经过一定时间后,体内会产生病毒抗体,能够自然治愈,可怕的是细菌感染引起的疾病。

细菌感染的疾病中有代表性的有化脓性扁桃炎、急性咽喉炎、尿道感染等,这些病不仅有发烧现象,还有其他症状出现。如果被细菌感染,必须用抗菌素来治疗。因此做妈妈的对感冒不可忽视,如出现发高烧,咳嗽较厉害时,应对症下药。有因感冒引发扁桃炎、支气管炎等二次感染时,要使用抗菌素药。

重要的是保持居住环境的温暖及安静,这是比任何方法都好的治疗法。

感冒时,孩子食欲下降,应设法补充孩子体内水分。因为发高烧,排汗量增加,反过来食欲衰减,很容易形成脱水状态。

二、儿童常见的传染病

顾名思义,传染病很容易经不同途径,由一个人传染给另一个人,尤其是小孩的抵抗力弱,较成年人更易感染。这一节特别为各位妈妈介绍常见的十种传染病,希望当妈妈的多知道、多了解、早预防!

1. 流行性感胃

流行性感胃是由过滤性病毒感染而引发的疾病,它通常每隔一段时间周期性地流行。

症状:浑身疲软、头痛、流鼻涕、咳嗽、喉咙痛、肠胃差、无食欲等。

潜伏期:2—3天。

传染途径：●空气传染；●呼吸道的分泌物如唾液传染。

严重性：●会增加细菌感染的机会，间接造成肺炎和支气管炎等并发症；

●流行性感冒也可以扩散至呼吸道以外如中枢神经系统和心脏，造成脑膜炎和心肌炎等严重并发症。

预防方法：婴儿6个月以后可接种预防流行性感冒疫苗。

2. 水痘

水痘是一种常见的儿童高度传染性疾病，由水痘带状疱疹病毒引起。多发生在5—10岁儿童身上。

症状：有红点、发烧、头痛、疲倦、气喘、有水疱。

潜伏期：11—21天

分布：水痘最初出现于头皮、发沿、面部、身体，然后手臂和腿。面部及躯体特别多，手脚较少。

过程：出水痘有几个阶段：

(1)发病第1天出现红点，24小时内变成水疱，开始时颜色呈清亮，后变混浊，有很痒的感觉。

(2)水痘会连续出4天。

(3)自然穿破。由于很痒，小孩可能会因用手搔抓患处而弄破水痘，当母亲的应避免小孩搔抓。

(4)穿后变干结痂。

整个过程约为时1—3星期，要视病情严重程度而定。

传染途径：●空气传染；●接触传染；

●出水痘前24小时有传染性，结痂后不会传染。

严重性：●绝大多数症状都属轻微，患童会自然痊愈；

●抵抗力弱的患童产生并发症如脑炎、肺炎及中

耳炎等的机会较高。

预防方法：●注射水痘疫苗；

●免疫系统能力差者，当接触水痘后可接种以防传染。

3. 肺结核

肺结核的病程可短可长，有可能于幼童时患有肺结核，但到年纪稍大时才发作，亦可能从身体的不同部份如骨、肾发作。

症状：可能没有明显症状，但大部分咳嗽有痰、食欲不振、晚上出冷汗、吐血等。

潜伏期：不定，可持续很久。

传染途径：●空气传染；●飞沫传染。

严重性：严重者吐血，可引发肾病、骨病、肺癆等。

预防方法：●出生后 24 小时接种卡介苗；

●由于传染性高，一人患上肺结核，全家人都应进行肺部检查或皮下测试。

4. 麻疹

麻疹是由过滤性病毒引起的传染病，较德国麻疹严重。

症状：流鼻涕、红眼、浑身疼痛、口腔有白点，发烧 3—4 天后出红疹等。

潜伏期：8—14 天。

传染途径：●空气传染。（出疹前 2 至 3 天及出疹后 5 天内有传染性）

严重性：部分病重者会出现并发症，如脑膜炎、脑炎等。

预防方法：注射 MMR 疫苗（麻疹 Measles、流行性腮腺炎 Mumps、德国麻疹 Rubella Vaccine 预防疫苗混合针）

5. 德国麻疹

德国麻疹是由过滤性病毒引起的传染病。

症状:疲倦、发烧、淋巴核肿大,关节痛、出红疹等。

潜伏期:14—21天。

传染途径:空气传染

过程:发病时出现伤风感冒症状、发烧和出疹。

严重性:妊娠期妇女尤为严重,若受到感染,会对胎儿造成严重损害,包括失聪、失明及先天性心脏病等。

预防方法:注射 MMR 预防疫苗。

6. 乙型肝炎

乙型肝炎是由一种过滤性病毒所引起的,有部分受感染者不能将体内的乙型肝炎病毒排除,而成为乙型肝炎长期带菌者。

症状:腹右上方有胀痛感觉、面黄、小便深色等,小孩子可能没有明显症状。

潜伏期:2—5个月

传染途径:性接触、血液或亲密接触、带菌母亲在生产时候传染给胎儿。

严重性:患急性肝炎、慢性肝炎和肝癌,成为乙型肝炎长期带菌者。

预防方法:初生婴儿接受乙型肝炎疫苗注射。

7. 红眼症

红眼症是一种传染眼睛的疾病,可以由细菌感染发炎。如皮肤细菌、过滤性病毒。也可由敏感影响和受到化学物质刺激