

 XIAOER FARE FUXIE FANGZHI 160

小儿发热腹泻防治



主编 张少丹 赵秀勉

160



吉林科学技术出版社

PDG

前 言

儿童，是祖国的花朵，家庭的希望，年轻父母们关爱的重点。家长都希望孩子能够健康、茁壮地成长。但在实际生活中，年轻的家长们遇到自己的孩子出现发热或腹泻症状时，常常不知道该怎么办，不知道在家里该如何护理孩子，更不知道该如何配合医生及时诊治，往往因此十分焦急、紧张、忧心忡忡。

本书针对小儿发热和腹泻这两种最常见的疾病症状，将一些新知识和新概念告诉大家，让年轻的家长们了解一些小儿常见病、多发病的诊治情况，了解一些在家中护理和看护小儿的方法及常识，以便及时发现、及时治疗，以免贻误病情。

本书共分两部分。第一部分为小儿发热，重点介绍了发热的原因，如何及时发现小儿发热，如何去查找发热的病因，如何正确护理发热的小儿，以及纠正一些家长的错误观念。书中还把什么叫 PPA？为什么禁用 PPA 等新知识给大家作了详细的介绍，并介绍了 WHO（世界卫生组织）推荐的退热药的使用方法。

第二部分为小儿腹泻，重点介绍了小儿腹泻发生的常见原因，如何给腹泻的小儿喂药喂饭，如何防治脱水和电解质

紊乱，WHO 推荐的口服补液盐和静脉补液方法，以及如何服用轮状病毒肠炎疫苗来预防肠炎的流行等。

愿本书的出版，能使更多的家长和医生携手，为小宝宝的健康、茁壮地成长共同努力。

作 者

2002 年 9 月

目 录

·小儿发热·

1. 什么是发热	[1]
2. 人为什么会发热	[2]
3. 小儿为什么更容易高热	[3]
4. 小儿正常体温是多少? 哪些因素会造成体温波动	[4]
5. 小儿体温多高为发热	[6]
6. 小儿发热分几期	[7]
7. 小儿发热分几型? 热型能说明什么	[8]
8. 怎样区别短期发热和长期发热	[11]
9. 如何测量小儿体温	[12]
10. 怎样及时发现小儿发热	[13]
11. 为什么说发热是人体的正常防御反应	[15]
12. 高热或长期发热对小儿有哪些不良影响	[16]
13. 高热是病重的表现吗	[17]
14. 哪些疾病能引起发热	[18]
15. 小儿发热时家长应怎样向医生介绍病史	[19]
16. 小儿发热时应做哪些体格检查	[21]

17. 短期发热应给孩子做哪些检查	[22]
18. 长期发热应给孩子做哪些检查	[23]
19. 短期发热常由哪些病引起	[25]
20. 长期发热常由哪些病引起	[26]
21. 小儿发热伴出疹子常由哪些病引起	[27]
22. 小儿发热伴打喷嚏、流涕常见于哪些病	[29]
23. 什么是“上感”	[30]
24. 反复上呼吸道感染怎么办	[31]
25. 什么是“流感”	[32]
26. 什么是急性喉炎	[33]
27. 小儿扁桃体为什么容易发炎	[34]
28. 什么是中耳炎？小儿为什么容易得中耳炎	[36]
29. 小儿急性中耳炎有什么表现？怎样防治	[37]
30. 小儿发热伴咳嗽、喘憋常见于哪些病	[39]
31. 小儿患肺炎时有什么表现	[40]
32. 什么是毛细支气管炎	[42]
33. 什么是支原体肺炎	[42]
34. 小儿支气管哮喘会发热吗	[43]
35. 如何发现胸腔积液	[45]
36. 小儿发热伴胸闷、气短常见于哪些病	[45]
37. 患病毒性心肌炎的小儿发热应注意什么	[46]
38. 为什么患先天性心脏病的小儿容易出现发热	[47]
39. 什么是川崎病	[48]
40. 风湿热和小儿类风湿的发热各有什么特点	[49]
41. 小儿发热伴头痛、呕吐、昏迷常见于哪些病	[51]

42. 流脑和乙脑的发热各有什么特点 [52]
43. 化脓性脑膜炎和病毒性脑炎的发热各有什么特点
..... [53]
44. 结核性脑膜炎的发热特点 [55]
45. 格林 - 巴利综合征是怎么回事 [56]
46. 颅内出血及颅内肿瘤为什么会发热 [58]
47. 小儿发热伴腹痛常见于哪些病 [59]
48. 小儿发热时为什么常伴有腹痛 [60]
49. 如何根据腹痛的部位判断疾病 [61]
50. 小儿急性阑尾炎的发热特点 [62]
51. 小儿急性胰腺炎会出现发热吗 [63]
52. 小儿发热伴皮肤黄疸常见于哪些病 [64]
53. 小儿发热伴贫血常见于哪些病 [65]
54. 为什么要警惕再生障碍性贫血引起的发热 [67]
55. 小儿白血病的发热特点 [68]
56. 小儿发热伴淋巴结肿大常见于哪些病 [69]
57. 传染性单核细胞增多症的发热特点 [70]
58. 恶性淋巴瘤的发热特点 [71]
59. 艾滋病的发热特点 [71]
60. 小儿发热伴肝脾肿大常见于哪些病 [72]
61. 小儿病毒性肝炎发热特点是什么? 如何预防 [73]
62. 小儿发热伴血尿常见于哪些病 [75]
63. 小儿发热伴惊厥常见于哪些病 [75]
64. 什么是高热惊厥 [76]
65. 小儿高热为什么容易惊厥 [78]

66. 发热时小儿嘴上出水疱是怎么回事	[79]
67. 发热会使小儿烧成肺炎吗	[80]
68. 发热会引起小儿脑损伤吗	[80]
69. 为什么小儿打预防针后容易发热	[81]
70. 哪些孩子暂时不宜打预防针	[83]
71. 出牙能引起发热吗	[84]
72. 过多包裹会引起小儿发热吗	[85]
73. 小儿中暑时为什么会发热	[86]
74. 为什么节日后小儿容易发热	[87]
75. 什么是药物热	[88]
76. 怎样诊断和治疗药物热	[89]
77. 小儿发热的处理原则是什么	[91]
78. 什么是物理降温? 物理降温的方法有哪些	[92]
79. 如何做好小儿发热的家庭护理	[93]
80. 怎样为发热的孩子做冷敷	[94]
81. 怎样为发热的孩子做温水擦浴	[95]
82. 为什么小儿不适宜酒精擦浴	[95]
83. 环境降温能帮助退热吗	[96]
84. 中医如何认识小儿发热	[97]
85. 哪些中药治疗小儿发热效果好	[98]
86. 什么是小儿食积发热? 中医怎样治疗	[99]
87. 推拿怎样治疗小儿发热	[100]
88. 什么情况下可使用退热药	[100]
89. 小儿发热选择哪种退热药	[101]
90. 退热药物有哪些不良反应	[103]

91. 什么是 PPA? 为什么要禁用 [104]
92. 新生儿发热常由哪些病引起 [105]
93. 新生儿发热时如何处理 [106]
94. 幼儿发热时如何处理 [107]
95. 小儿热退时应注意什么 [108]
96. 为什么有时用了退热药后体温还会再升高 [109]
97. 为什么热退后不能立即给孩子停药 [110]
98. 小儿感冒时最好吃什么药 [111]
99. 小儿发热伴出疹子怎么办 [112]
100. 怎样护理患肺炎的小儿 [112]
101. 小儿先天性心脏病伴发热时应如何护理 [114]
102. 小儿发热伴惊厥时怎么办 [115]
103. 如何预防高热惊厥的复发 [116]
104. 小儿发热时不吃东西怎么办 [117]
105. 小儿发热时吃什么 [118]
106. 小儿发热时喝什么 [118]
107. 小儿发热时食谱举例 [120]
108. 小儿发热时输液好得快吗? 看护输液时应注意什么
..... [121]
109. 激素为什么能退热 [123]
110. 激素为什么不能作为退热药反复使用 [123]

·小儿腹泻·

111. 小儿消化系统是如何组成的? 有何特点 [125]
112. 初乳对新生儿消化有什么好处 [127]

113. 母乳喂养对婴儿消化有哪些好处	[128]
114. 正常小儿粪便是什么样的	[129]
115. 如何辨别异常大便	[130]
116. 母乳喂养的婴儿大便次数多是病吗	[131]
117. 小儿一天排几次便才算正常	[132]
118. 什么是“生理性腹泻”	[133]
119. 什么是小儿腹泻	[134]
120. 小儿腹泻是如何发生的	[134]
121. 为什么小儿容易患腹泻	[135]
122. 小儿腹泻有哪些主要表现	[136]
123. 引起小儿腹泻的原因有哪些	[137]
124. 小儿腹泻分哪几类、几期、几型	[138]
125. 小儿腹泻的特殊表现——脱水	[138]
126. 腹泻患儿脱水有哪些表现	[139]
127. 什么是酸中毒	[140]
128. 什么是肠道菌群失调	[141]
129. 小儿腹泻会传染吗	[142]
130. 小儿腹泻对身体有哪些危害	[143]
131. 频繁腹泻是婴幼儿阑尾炎的表现吗	[144]
132. 什么是细菌性痢疾	[145]
133. 细菌性痢疾是怎样传播的	[145]
134. 如何防治急性菌痢	[146]
135. 小孩腹泻时感觉肛门下坠是怎么回事	[147]
136. 为什么患痢疾初期不能用止泻药	[147]
137. 中毒型痢疾是怎么回事	[147]

138. 幼儿急疹也可伴有腹泻吗 [148]
139. 小儿呼吸道感染时伴有腹泻吗 [149]
140. 什么是小儿迁延性腹泻 [150]
141. 小儿迁延性腹泻如何治疗 [150]
142. 小儿患霉菌性肠炎有哪些表现? 应如何治疗 ... [151]
143. 什么是秋季腹泻 [152]
144. 为什么小儿受凉后容易发生腹泻 [153]
145. 小儿细菌性食物中毒有什么特点 [153]
146. 小儿腹泻需要禁食吗 [155]
147. 小儿腹泻该如何预防 [156]
148. 为什么口服轮状病毒活疫苗是预防小儿秋季腹泻
的有效方法 [157]
149. 小儿腹泻时吃什么好 [158]
150. 为什么胡萝卜是小儿腹泻时的良好食物 [158]
151. 小儿腹泻时不宜吃什么 [159]
152. 吃加水的牛奶可防止腹泻吗 [160]
153. 婴儿腹泻时可以喝酸奶吗 [160]
154. 小儿腹泻时必须使用抗生素治疗吗 [161]
155. 小儿腹泻时如何进行针灸疗法 [162]
156. ORS 是什么意思? 它能代替静脉输液吗 [162]
157. 如何采用 ORS 治疗轻中度腹泻 [163]
158. 慢性腹泻患儿的食疗方法有哪些 [164]
159. 如何为婴幼儿添加辅助食品 [165]
160. 如何照顾腹泻的孩子 [167]



·小儿发热·

1. 什么是发热

发热，也叫发烧，是指孩子的体温超过了正常范围的 0.5°C 。正常范围就是通常所说的正常体温，是指小儿腋下温度保持在 $36.5\sim 37.4^{\circ}\text{C}$ 之间。超过 37.4°C 即为发热。

保持 $36.5\sim 37.4^{\circ}\text{C}$ 的这种正常体温对人体是非常重要的。因为人体生命活动的基础是细胞内的各种生物化学反应，这些生物化学反应基本上是在一些酶的帮助下完成的，这些酶必须在正常体温范围内才能正常发挥作用。当体温过高时，这些酶类便可能发生变性或失活，使生物化学反应不能够正常进行；当体温过低时，则酶的活性降低，反应速度缓慢，生命活动也不能正常进行。可见保持相对稳定的体温是非常重要的，是机体能够进行正常生命活动的必需条件。

所以，年轻的家长们要经常注意观察孩子的体温，记录下正常情况时孩子的体温，以便作为基础对照。一旦发现孩子的体温超过正常范围，就可以及时请医生诊治，避免高热惊厥等严重情况的发生。

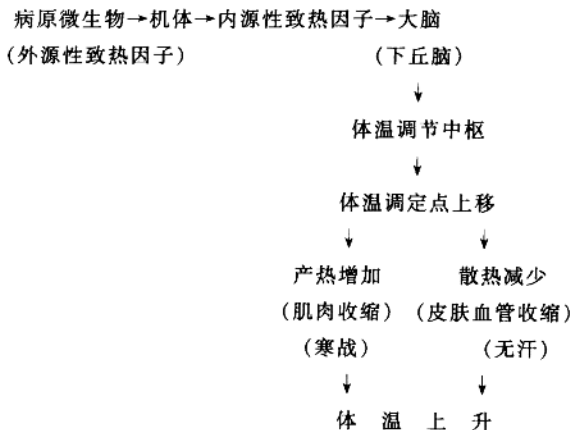
2. 人为什么会发热

小儿在健康情况下保持 $36.5 \sim 37.4^{\circ}\text{C}$ 的正常恒定体温，对机体是非常有利的，这样可以保证机体内各种生物化学反应正常进行。当细菌、病毒等病原微生物侵入机体，破坏了这种平衡状态时，人就会出现发热反应。

正常情况下，人体大脑中存在一个叫“体温调节中枢”的司令部，由产热中枢和散热中枢组成。通过发布命令，调控产热和散热的平衡，来维持体温相对恒定。如果产热过多或散热减少，使相对平衡的关系发生障碍，则引起发热。当体温超过正常体温 0.5°C 以上，就称为发热。那么，人为什么会发热呢？

现代医学认为，发热主要是由于外来的“敌人”入侵，即肉眼看不见的细菌、病毒、抗原抗体复合物、肿瘤细胞等致病因子，它们作为“外源性致病因子”侵入机体，刺激和动员机体产生和释放一种叫“内源性致热因子”的物质。这些“内源性致热因子”作为信使，通过血液循环把消息传递到大脑，作用于大脑丘脑下部的“体温调节中枢”。这个“体温调节中枢”接到消息后，立刻把自己提高到一个新水平上，然后发布命令，强迫机体产热增加，如出现肌肉强烈收缩、寒战、代谢增加；或使机体散热减少，如全身皮肤血管收缩，面色苍白无汗，从皮肤丢失热量减少。这样产热多于散热，全身的体温就升高了，人体就出现了发热反应。

整个过程实际上是在“体温调节中枢”的控制下，人体的产热与散热达到了一个新的平衡。如下所示。



3. 小儿为什么更容易高热

小儿和成人相比更容易发热，且多为高热，这主要是由于小儿的基础代谢率本身比成人高，在安静睡眠状态下小儿所需要的热量比成人高，这样小儿的基础体温就比成年人略高些；再加上小儿大脑的体温调节中枢发育不完善，皮肤汗腺发育不完全，产热和散热容易发生不平衡现象，所以小儿的基础体温就偏高。随着年龄的增长，其体温有逐渐降低的趋势。

再因为小儿正处于生长发育阶段，身体各个部分的抵抗力较弱，皮肤黏膜的屏障功能较差，细菌、病毒等“敌人”更容易侵入小儿身体。而且，小儿本身具有的免疫功能较弱，对侵入的“敌人”不能够有力地控制或消灭，这样就容易感染，感染后容易扩散，刺激“体温调节中枢”引起发热

甚至是高热。

所以，小儿在患病时很容易发热，而且往往容易高热不退。但一般对小儿的精神状态影响不大。因此，家长了解了小儿体温调节的这一特点，在遇到孩子发热时就不必过于紧张了，也不要急于退热，要请医生检查，明确了发热的原因后再做适当的降温处理。

4. 小儿正常体温是多少？哪些因素会造成体温波动

一般认为，正常小儿体温：腋下温度为 $36.5 \sim 37.4^{\circ}\text{C}$ ；口腔温度为 $36.7 \sim 37.7^{\circ}\text{C}$ ；肛门温度接近人体体内的中心温度，波动于 $36.9 \sim 37.9^{\circ}\text{C}$ 之间。

小儿的正常体温是一个范围，会有 1°C 左右的波动，这主要是由以下几个因素造成的。

(1) 年龄因素 新生儿体温调节中枢发育不完善，调节能力较差，很容易受环境温度的影响而发生变化。如外界环境温度低，新生儿体温就低；外界环境温度高，新生儿体温就随之升高。新生儿刚出生时，由一个温暖湿润、 37°C 恒温的子宫内来到一个冷暖无常、较为干燥的环境中，半小时内皮肤温度就可能降低 4.6°C 。所以，要特别注意新生儿的保暖，防止体温过低给孩子带来的伤害。但是，环境温度过高，保暖过度，也可以造成小儿发热，严重者甚至也可以致死。

小儿由于基础代谢率高，体温往往偏高。随着年龄的增长，其体温会逐渐下降，大约每增加一个年龄段（10 年），平均体温降低 0.05°C 。

(2) 个体差异 每个小儿都有自己的标准体温。个别小

儿可低于 36.2°C ，也有的小儿可高于 37.4°C 。所以，细心的家长应该在孩子健康情况下就观测一下孩子的正常体温，做一下记录，以免将正常体温当作发热来处理。青春期后一般女孩体温可略高于男孩，而且还会随着月经周期而出现规律性的变化。行经期体温较低，排卵后体温会逐渐升高，甚至超过 37°C 。故不能把这时的体温升高误认为是“慢性低热”，带着孩子做很多不必要的检查，甚至吃很多不必要的药物。

(3) 日间变化 正常小儿一般上午体温偏低，清晨 4~5 时是最低点；下午稍有升高，接近黄昏时体温最高，一天中体温波动可达 1°C 。这可能与人体昼夜间活动不同有关，也可能与生物钟的调节以及激素代谢水平高低有关。

(4) 活动环境影响 小儿活动、哭闹 30 分钟，进食 1 小时内可使体温上升；室温过高、天气过热或衣被过厚，也会使体温暂时升高。有的孩子在剧烈哭闹、吃奶后、运动（如赛跑）后、衣被过厚、室温过高等情况下，体温可暂时高于 37.4°C ，通常将这种情况称为过热而不是发热。这属于生理现象，终止运动或环境温度降低后，体温很快恢复到正常水平。相反，运动减少、睡眠过程中、饥饿或体弱儿等体温会偏低。所以，要注意环境温度对小儿的影响。

(5) 季节影响 春、秋、冬三季小儿平均体温上午 36.6°C ，下午 36.9°C ；夏季小儿体温可稍偏高，上午 36.9°C ，下午 37°C ，甚至部分小儿体温会超过 37°C 。所以在夏季，体温稍高于 37.4°C ，但小儿全身情况及精神状态好、饮食好，没有自觉症状，天气凉爽后体温恢复正常，这

部分小儿多不考虑病态，属于功能性发热，经长期随访未发现任何疾病发生，故劝告家长对这部分小儿不要过于紧张。

5. 小儿体温多高为发热

细心的家长发现小儿比平时精神差，或烦躁不安、面色潮红，应注意用自己的手掌心试一试患儿的颈部皮肤温度，感觉比平时高，甚至烫手而无汗，就要及时用体温表试一试，超过以下温度，就要及时到医院就诊。

正常小儿腋下温度一般为 $36.5 \sim 37.4^{\circ}\text{C}$ ，超过 37.4°C 可认为是发热。腋下温度 $37.5 \sim 38^{\circ}\text{C}$ 为低热， $38.1 \sim 38.9^{\circ}\text{C}$ 为中度发热， $39 \sim 40^{\circ}\text{C}$ 为高热，超过 40°C 为超高热。测量腋下温度方便、实用、快捷，容易被家长接受，因此一般家庭里多采用这种方法测量体温，平时我们所说的体温也多指腋下温度。

肛门温度反映的是体内深部温度，受影响因素较少，受到医生的重视程度较大。如果小儿肛温超过 38°C ，可认为是发热。

口腔温度是最原始的测体温方法，目前已不主张用口表测小儿体温。当口腔温度超过 37.5°C 时可认为是发热。

经常遇到一些家长用手掌心一摸孩子头是烫的，手足心在发热，一量体温超过 37°C 就认为是孩子在发热，到处求医寻药，甚至给孩子打针输液。这样不仅给自己经济和时间上造成很多浪费，而且也给孩子造成很多不必要的痛苦和药物副作用。

家长们遇到这样情况不要紧张，先要判断小儿是不是在

发热。先要测一测腋下体温， 37.4°C 以上才是发热。单纯手足心发热，一般中医认为是阴虚火旺，可选用生地、麦冬、沙参、玄参、玉竹、青蒿、丹皮等清热滋阴药品，让孩子多饮水，多吃青菜和水果以及容易消化的食品，饮菊花水等方法，就可起到预防作用。如果确认孩子发热，也要协助医生，寻找发热的病因，找出发热的根源，再对症下药，争取做到有的放矢。

6. 小儿发热分几期

小儿发热从开始一直到热退，都是一个循序渐进的过程，很少能有跳跃。一般有以下三期表现（图1）。

（1）体温上升期 这时小儿体温开始上升，

有的在几小时内就迅速达高峰，缓慢的需几天才能达到最高峰。孩子往往出现畏寒，面色皮肤苍白，干燥无汗，寒战起“鸡皮疙瘩”，这时往往预示着要发生高热。此期是“体温调节中枢”的调定点上移，产热大于散热的阶段，小儿也因中枢神经系统调节不完善容易在此期出现高热惊厥。

（2）高温持续期 往往是体温波动于较高水平的几天。

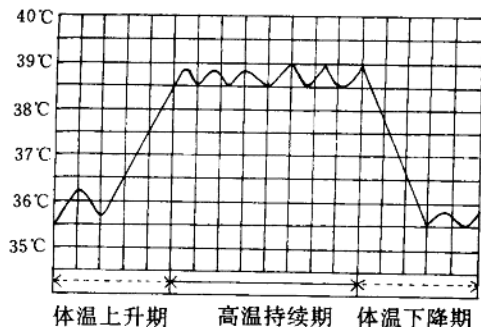


图1 小儿发热过程一般为三期