

国家星火计划培训丛书  
大众健康系列



# 儿童常见病 治疗与用药实用手册

主编 王素梅



九州出版社  
JIUZHOU PRESS



# 儿童常见病治疗与用药 实用手册

主 编：王素梅

副主编：吴力群 郝宏文 崔 霞

编 委（按姓氏笔画）：

卫 利 王素梅 王 倩 刘 岩 刘晓芳 李 瑛

吴力群 单海军 陈自佳 陈美娟 郝宏文 胡利军

崔 霞 薛小娜 霍婧伟 戴志国

## 图书在版编目 (CIP) 数据

儿童常见病治疗与用药实用手册 / 王素梅 主编. — 北京: 九州出版社, 2011. 8

ISBN 978-7-5108-0861-6

I. ①儿… II. ①王… III. ①小儿疾病: 常见病—治疗—手册②小儿疾病: 常见病—用药法—手册 IV. ①R72-62  
中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第160452号

## 儿童常见病治疗与用药实用手册

---

作 者 王素梅 主编  
出版发行 九州出版社  
出 版 人 徐尚定  
地 址 北京市西城区阜外大街甲35号(100037)  
发行电话 (010)68992190/2/3/5/6  
网 址 [www.jiuzhoupress.com](http://www.jiuzhoupress.com)  
电子信箱 [jiuzhou@jiuzhoupress.com](mailto:jiuzhou@jiuzhoupress.com)  
印 刷 北京天宇万达印刷有限公司  
开 本 710毫米×1000毫米 16开  
印 张 13  
字 数 150千字  
版 次 2011年8月第1版  
印 次 2011年8月第1次印刷  
书 号 ISBN 978-7-5108-0861-6  
定 价 25.00元

---

## 致亲爱的读者——



二十世纪70年代后期，我从上海第一医学院毕业后开始从事儿科临床工作。这是我非常热爱的一项工作，因为能够帮助天真可爱的孩子们解除病患之苦一直是我的追求。时光荏苒，在忙碌而紧张的工作中不知不觉已经走过了三十多个年头。在这一段不算短的时光里，曾经为多少个孩子看过病，曾经医治好多少个孩子，我已经数不清了，但孩子们患病时的痛苦表情、家长们的焦灼神情却经常清晰地萦绕在我的脑海中。

我发现其实很多孩子患病与家长们缺乏科学的育儿知识有关，最常见的情形有：孩子明明在发烧，家长却还给捂汗，结果导致体温升得更高，以致发生高热惊厥；孩子只要感冒，不经医生诊断就立刻给吃抗生素，结果导致细菌产生抗药性，使治疗变得复杂；孩子碰见爱吃的食物，没完没了地吃，家长也不限制，结果造成上吐下泻，严重脱水；总认为孩子吃得越多越好，这样才能长得壮，结果造成孩子积食，导致身体抵抗力下降，引发上呼吸道感染。孩子一生病，全家都不安，不仅孩子遭受病痛折磨，正常的生长发育受到影响，同时也给家庭造成一些不必要的经济损失。我想，家长们如果能多掌握一些喂养、护理、防病等方面的育儿科普知识，孩子们也许就不一定会被疾病所扰了。而且，一些小病完全可以在家里处理，没必要顶风冒雪，深更半夜往医院赶。要知道，医院里往往就诊的人很多，候诊时间很长，纷杂的就医环境、污浊的空气有时反而给孩子造成交叉感染。

现今，随着我国科技的发展、经济的腾飞及居民生活水平的提高，人们的自身健康和保健意识也在不断增强，开始向

西方发达国家学习，逐步从治疗医学模式时代跨入预防保健医学时代。也就是说，人们的健康应始于自身主动对疾病进行预防、加强生活保健，而不是像以往那样只在生病后接受医生的被动性治疗。在西方发达国家，很多出色的医生同时也是优秀的科普作家，因而科普水平很高，对人们保持身体健康和保证生活质量很有帮助。在这样的背景下，我认为，我国的科普工作也应与时俱进，紧跟时代的脉搏，加大宣传力度，积极为人们的健康提供有益而又有效的指导。从2000年起，出于对社会的责任感，我利用自己不多的业余时间开始从事儿童健康科普工作。我把自己的专业知识和多年的临床经验结合在一起，尽量以通俗易懂的语言深入浅出地向家长们传授科普知识。

我一直从事中西医结合临床工作，有机会将博大精深的祖国医学和先进发达的西方医学结合起来，不仅在治疗上有一定的特色，对于儿童科普工作也具有得天独厚的优势。十年来辛勤耕耘，至今我已经撰写过数百篇儿童防病治病的文章。虽然我感到很累也很辛苦，但却让很多的家长和孩子因此而受益：

“女儿总是没胃口，不爱吃饭，我们就按照您指导的方法在家里给她做捏脊治疗，经过一段时间，孩子爱吃饭了，脸色也红润了。”

“有一次，我家宝宝发烧，没想到突然发生惊厥，把家人都吓坏了，但我们马上按您指导的方法给宝贝做了紧急处理，很快就止住了抽搐，避免宝宝身体受到更大的伤害。”

.....

每每看到或听到这些，我的内心既感到欣慰，同时也觉得有责任让更多的医生参与到科普工作的队伍中来，这样才能更快地推动我国儿童健康科普事业的发展。恰逢北京中科健星医药科技研究院和出版社的盛邀，于是我决定与我多年一起工作的同事共同完成此书的编撰工作。本书主要针对儿童成长过程中最容易出

现的问题进行系统总结和整理，指导家长对孩子进行科学护理和喂养，讲解孩子们常见病、多发病的发生、发展，便于家长对这些疾病有初步的了解，并指导家长帮助孩子居家正确防病治病，对于家长该何时带孩子去医院就诊以及家长们共同关心的孩子成长过程中可能出现的问题在此书中也会予以解答。在编写此书时，考虑到其医学专业性较强，我们力求用通俗易懂的语言向大家讲解科普知识，并充分发挥中西医防病治病的特色及优势，尽我们所能为孩子们的健康保驾护航。我坚信通过此书家长们既可以了解和学习很多知识，同时又能获得细致实用的操作性指导。

我们的最大愿望是：希望本书能成为家长们育儿生活中的好帮手，使孩子们在成长过程中得到体贴入微的关怀，健康快乐地长大！

王素梅

2011年3月20日

## 第一章 • 了解孩子身体的成长阶梯

|                   |    |
|-------------------|----|
| 儿童的年龄分期           | 2  |
| 儿童的生长发育特点         | 4  |
| 注意观察宝宝的精、气、神      | 10 |
| 儿童不同季节发病特征及居家护理要点 | 14 |
| 不同年龄儿童养育保健重点      | 17 |
| 早产宝宝的喂养           | 29 |

## 第二章 • 读懂孩子常见病症的“密码”

|     |    |
|-----|----|
| 发 热 | 34 |
| 流 涕 | 37 |
| 咽 痛 | 39 |
| 咳 嗽 | 42 |
| 呕 吐 | 45 |
| 腹 痛 | 47 |
| 便 秘 | 50 |
| 腹 泻 | 53 |
| 黑 便 | 56 |

|     |    |
|-----|----|
| 头 痛 | 58 |
| 惊 厥 | 61 |
| 多 汗 | 63 |
| 夜 啼 | 65 |

### 第三章 • 儿童常见疾病的治疗及用药

|          |     |
|----------|-----|
| 新生儿疾病    | 70  |
| 呼吸系统疾病   | 74  |
| 消化系统疾病   | 90  |
| 泌尿系统疾病   | 100 |
| 营养性疾病    | 110 |
| 传染病      | 120 |
| 五官科疾病    | 141 |
| 其他小儿常见疾病 | 147 |

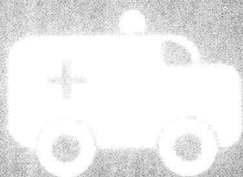
### 第四章 • 儿童科学安全用药知识

|              |     |
|--------------|-----|
| 新生儿用药应注意哪些问题 | 164 |
| 小儿用药应该注意哪些问题 | 165 |
| 儿童家庭常备药物推荐   | 169 |

|           |     |
|-----------|-----|
| 宝宝喂药小窍门   | 171 |
| 小儿中药的煎煮方法 | 173 |

## 附录 • 常见问题答疑

|                  |     |
|------------------|-----|
| 如何给小儿补锌?         | 176 |
| 小儿为什么睡中磨牙?       | 177 |
| 儿童如何正确使用抗生素      | 179 |
| 小儿生病输液一定比吃药好得快吗? | 180 |
| 小儿易患哪些肝炎?        | 181 |
| 什么是食物过敏反应?       | 184 |
| 疫苗接种相关问题         | 186 |
| 关于胎记的疑问          | 191 |
| 宝宝被狗咬伤为什么要尽快打疫苗? | 194 |



## 第一章

# 了解孩子身体的 成长阶梯





## 儿童的年龄分期

**宝**宝在不同的生长发育阶段，表现出不同的生长发育特点。妈妈了解宝宝的生长发育特点，可以更好地喂养和照顾宝宝。医学上，根据儿童生长发育的特点和不同发育阶段的保健要求，将儿童期分为胎儿期、新生儿期、婴儿期、幼儿期、学前期、学龄期和青春期。

### 1. 胎儿期

这个阶段预示着宝宝生命的开始，指卵子与精子结合直到妊娠40周胎儿娩出。这一时期又分为妊娠早期、妊娠中期和妊娠后期三个阶段。妊娠早期，约12周，指受精卵开始在子宫内着床，宝宝的器官开始形成。如果受到感染、放射线、化学物质或遗传等不利因素的影响，容易导致先天畸形甚至胎儿夭折。妊娠中期，13周到28周，这个阶段胎儿体格生长，各个器官发育迅速，器官的功能也逐渐成熟，28周时，胎儿也有初步的气体交换功能，也就是说假如出生，宝宝还是有存活的可能的。妊娠后期，指29周到40周，胎儿体重迅速增加，分娩后大多能存活。可见胎儿期非常重要，妈妈们要加强孕期营养，做好孕期体检，定期到医院监测胎儿的生长发育，预防感冒，避免药物、烟酒、环境污染等影响，保持良好的情绪，为宝宝日后健康打下一个良好的基础。

### 2. 新生儿期

从胎儿出生后脐带结扎，至生后28天称为新生儿期。此期宝宝经历了巨大的变化，是对新环境逐渐适应的时期。脐带结扎后，宝宝脱离开妈妈，建立起自己的血液循环并开始自己呼吸。这个阶段宝宝各方面的功能还很不成熟，容易受外界各种因素的刺激。

### 3. 婴儿期

出生至满1周岁以前的时期称婴儿期，这个阶段是宝宝生长发育最为迅速的时期，同时也是智力和个性形成的关键时期。每天所需的营养物质相对较多，而宝宝的消化功能还不完善，容易发生消化功能紊乱。宝宝在1年内长高25厘米左右，体重增长约6千克。从会抬头，到翻身，又从会坐到爬，从站发展到迈出生第一步。宝宝的语言也经历着明显的变化，从只会哭泣或身体语言表示需要，到咿呀学语、说出单词。

### 4. 幼儿期

1周岁至满3岁以前的时期为幼儿期。在这个阶段，宝宝的生长速度减慢了，但智力发育开始迅速。宝宝学会说话，为语言发育的关键时期。会走后，宝宝的活动范围逐渐增大，但由于还不具备对危险事物的识别能力和自身保护能力，意外伤害的几率明显增加。

### 5. 学前期

3周岁至满6~7周岁以前的时期为学前期。宝宝的体格发育速度缓慢，智能发育加速，理解能力逐渐加强，对新鲜事物充满了好奇，喜欢模仿，能用语言表达自己的想法和情感。这个阶段宝宝开始进入幼儿园，接受正式学前教育，学习一些简单的文字、图画及歌谣。宝宝的可塑性很强，妈妈应重视对宝宝的思想品德教育，从小培养宝宝优良的品质和良好的生活学习习惯。

### 6. 学龄期

从6~7岁至青春期前为学龄期，又叫小学学龄期。这个阶段除生殖器官外各器官外形均与成人接近，宝宝的智力发育更为迅速，运动能力也逐渐增强。这个阶段要加强孩子各方面的培育，如德、智、体、美、劳的教育。

### 7. 青春期

女孩从11~12岁开始到17~18岁，男孩从13~14岁开始到18~20岁，也称为中学学龄期，这个阶段体格生长再次加速，出现第二个生长高峰。每年约增高

6~8厘米，体重明显增加。生殖系统发育加速并趋于成熟，出现第二性征，男女第二性征的出现，标志着青春期的来临。月经和遗精只是生殖机能开始的信号，并不意味着身体各部分的完全成熟。生殖器官的发育成熟，骨骼完全钙化，心脑血管等重要器官的发育完善，要到25岁左右。

(崔霞)



## 儿童的生长发育特点

孩子的成长发育始终处于一个连续发展的过程，不同阶段生长发育速度不同。孩子在发育过程中，均会呈现出由上到下，由近到远，由粗到细，由低级到高级，由简单到复杂等一般的生长发育规律，如先抬头，后抬胸，再会坐、立、行、走，从臂到手，从腿到脚，从全掌抓到最后拾取，先画直线，再画图，先会看听感觉事物，认识事物，逐渐发展到能记忆，会思考、分析，并作出判断。在发育过程中各器官的发育不平衡，如神经系统发育较早，脑在生后两年发育较快，宝宝的认知水平在不断提高；淋巴系统包括扁桃体、淋巴结等在儿童时期也发育比较迅速，所以儿童时期宝宝很容易因生病引起扁桃体和淋巴结的肿大，随着年龄的增长，淋巴结的发育逐渐减慢，淋巴结及扁桃体也逐渐缩小；生殖系统呈现先慢后快的发育特点，进入青春期后，生殖系统发育增快。

妈妈们要注意，宝宝的生长发育虽遵循一般的规律，但在一定范围内会受遗传、营养、环境等因素的影响，存在明显的个体差异。在日常生活中，妈妈可通过观察生长发育的各项指标初步了解和判断宝宝的发育情况。宝宝的发育主要包括体格发育和神经心理发育。

### 1. 体格发育

体格发育能直观地反映宝宝的生长发育状况，常用的指标有体重、身高、头围、胸围、囟门和牙齿。

### (1) 体重

正常小儿出生时的体重平均为3kg，前半年每月平均增加700g，3~4个月时的体重约6kg，6个月后体重增长减慢。需要说明的是，宝宝的体重增长为非等速增长，可能某个月份长得快些，有些月份长得慢些，这均属于正常，下面给出的公式只是个参考，不能完全套用公式计算。通常用于粗略估计小儿体重的公式：

1周岁内： $1 \sim 6 \text{个月体重 (kg)} = \text{出生时体重} + \text{月龄} \times 0.7$

$7 \sim 12 \text{个月体重 (kg)} = 4 + 0.5 \times \text{月龄}$

2岁~12岁： $\text{体重 (kg)} = \text{年龄} \times 2 + 8$

### (2) 身高 (高)

指从头顶到足底的全身长度。正常新生儿出生时的身高平均约50厘米，第一年内增长最快，约生长25厘米，1岁时身高约75厘米，第二年增长稍慢，约10厘米。可粗略估计2~12岁孩子的身高公式： $\text{身高 (高) (cm)} = \text{年龄} \times 7 + 70$ 。

影响身高的因素很多，如疾病、营养、遗传、体育活动、生活环境以及各种内分泌因素，身高方面的个体差异要远比体重明显。1岁以内是宝宝生长发育过程中的第一个高峰，妈妈要注意宝宝的喂养，不要让孩子生长发育初期就落后于其他宝宝。早产儿往往在出生时其身高和体重就落后于正常儿童，所以合理的喂养对宝宝非常重要。如果喂养得当，营养摄入充足，宝宝会出现追赶式生长，尤其生后一年，对宝宝非常关键，通过追赶生长，许多早产的宝宝都可回到正常的生长范围之内。2岁以后如宝宝每年的身高增长少于5厘米，要注意寻找原因，必要时带宝宝到医院做个生长发育的健康评估。

### (3) 头围

头围可以反映宝宝脑和颅骨的发育情况，胎儿期脑发育居于全身各系统的领先地位，故出生时头相对较大，新生儿头围平均34厘米，第一年的前3个月和后9个月头围都约增长6厘米，1岁时头围为46厘米，2岁时达48厘米。头围过大过小超过正常范围均为异常。

### (4) 胸围

代表肺和胸廓的发育。出生时宝宝的胸围平均32厘米，小于头围，新生儿的胸形类似圆筒状，前后径与横径相近，随着年龄增长，横径增长迅速，逐渐与成

人相近。1~1.5岁时头围胸围相等。如果胸围发育慢，超过头围的时间比较晚，提示宝宝可能营养不良，胸部肌肉和脂肪的发育较差。

#### (5) 卤门

宝宝前卤在出生时大小约1~2厘米，以后随颅骨发育而增大，6个月后逐渐骨化而变小，约在1~1.5岁时闭合。

#### (6) 牙齿

牙齿分为乳牙及恒牙两种。大约6个月（4~10个月）左右，宝宝开始长牙，2岁以内乳牙的数目约为月龄减6。乳牙共20个，最晚2岁半出齐。乳牙萌出的顺序多先出下中切牙，其次为上中切牙，然后为上下侧切牙，自前向后顺序出牙。6~7岁乳牙开始脱落换恒牙。17~30岁恒牙出齐，共28~32个。12个月尚未出牙可视为异常。乳牙萌出时间个体差异较大，与遗传、内分泌、食物的性状有关系。健康的牙齿也需要充分的蛋白质、钙、磷、维生素C、维生素D等营养素，宝宝出生时乳牙的牙蕾就已隐藏在颌骨中，新生儿期恒牙已经开始骨化，所以妈妈无论是在宝宝胎儿期还是出生后都要保证营养物质的充分摄入。另外，食物的咀嚼对宝宝也是非常有益的，有利于宝宝的牙齿发育。

## 2. 神经心理发育

宝宝的神经心理发育和体格发育一样重要，包括感知觉、运动、语言和心理功能的发育，妈妈们也应了解。

### (1) 感知觉的发育

感知觉的发育包括视觉发育、听觉发育、味觉和嗅觉发育以及皮肤感觉发育四个方面。

①视觉 新生儿已有视觉感应功能，瞳孔有对光反应，但视觉不灵敏，只能短暂注视较近处（15~20厘米内）缓慢移动的物体，可出现一时性斜视和眼球震颤，3~4周内消失。1个月可凝视光源，开始有头眼协调；3~4个月看自己的手；4~5个月认识母亲面容，初步分辨颜色，比较喜欢温馨、艳丽的颜色，尤其是红色；1~2岁喜看图画，能区别形状；5岁能区别颜色。

②听觉 宝宝出生时听力较差，3~7日后听觉已相当好。3~4个月时头可转向声源；7~9个月时能确定声源；1岁时能听懂自己的名字；2岁后能区别不同声

音；4岁听觉发育完善。由于宝宝具备了视觉听觉功能，可以对宝宝做些视听反射的训练，比如在宝宝的小床附近挂些鲜艳的带有声响的玩具，逗引宝宝。雷鸣或者巨响宝宝若无惊吓表现如哭或惊跳等，很少学说话，说话不清，提示宝宝可能有听觉障碍。

③味觉和嗅觉 宝宝出生时味觉发育已很完善，可对不同的味觉产生不同的反应，4~5个月时对食物微小的味道改变已很敏感，是味觉发生的关键时期。宝宝的嗅觉出生时也发育成熟，3~4个月就可以区别愉快和不愉快气味。由于宝宝味觉嗅觉发育比较早，所以对于辅食的添加要早，以便宝宝逐渐适应接受不同味道食物，这不仅为今后断奶做好必要的准备，也有利于断奶后的喂养。

④皮肤感觉 皮肤感觉包括触觉、痛觉、温度觉等。宝宝出生时就具备痛觉，但不敏感；触觉高度敏感，尤其眼、口周、手掌、足底部位，2~3岁可辨别东西的属性，如冷、热、软、硬等，因此建议妈妈每天多对宝宝进行身体的抚触。抚触不仅能促进宝宝的健康成长，让宝宝感觉安全，有助宝宝的睡眠，同时对外界环境的应激能力降低，可促进神经系统的发育，还可增进母子之间的亲情交流。

## (2) 运动的发育

小儿运动发育的规律是自上而下（头→躯干→四肢）、由近及远（先抬肩、伸肩，再对手握物至手指取物）、先取后舍（先握物而后放手）、从不协调到协调（3~4个月婴儿看到玩具会手足乱动但拿不到，5个月以后就能一把抓住）。小儿运动分为粗运动和精细运动两种。

①粗运动 如抬头、翻身、坐、爬、站稳、走、跑、跳等。一般小儿3个月俯卧时可以抬头，6~7个月能独自坐稳，8个月会爬，9个月可以站立，10个月可以扶物行走，1岁能走，2岁会跳，3岁才能快跑。妈妈可以根据宝宝大运动的发育规律，适当训练孩子。另外特别提醒妈妈，爬是运动发育中的一个重要阶段，一定不要让宝宝错过，所以，7个月左右时，可以有意识地训练宝宝爬行。通过爬行，不仅可以锻炼宝宝胸背、腰腹、四肢的肌肉，还有助于宝宝感觉系统的统合，促进脑的发育。

②精细运动 指手指的精细动作。宝宝3~4个月可以胸前玩手；4个月时两手可以握物；6~7个月出现换手与捏、敲等动作；9~10个月时食指和拇指可以