

最新育儿系列丛书

刘学易 编著



4 育儿保健月月谈

中国医药科技出版社

登记证号(京)075号

内 容 提 要

婴儿的健康成长是刚当上父母的人极为关心的问题,而且,孩子越小,疾病与健康的问题就越突出,也就更加引起人们的关注。本书主要是让家长了解孩子生长发育的基本知识,常见疾病的预防和简单诊治方法,学会怎样科学育儿,以保障婴儿健康茁壮成长,一旦婴儿有病也会心中有数,知道如何正确处理。

婴 儿 保 健 月 月 谈

刘学易 编著

*

中国医药科技出版社 出版

(北京西直门外北礼士路甲38号)

(邮政编码100810)

北京中煤新大印刷厂 排版

北京昌平精工印刷厂 印刷

全国各地新华书店 经销

*

开本 $787 \times 960 \text{mm}^{1/32}$ 印张 $7\frac{1}{2}$

字数 148 千字 印数 1—5500

1994年12月第1版 1994年12月第1次印刷

ISBN7-5067-1366-7/R·1206

定价:7.50元

前 言

父母关心孩子的问题不外生理及心理的健康成长，而防病治病及教育正是解决这一问题的关键所在。孩子越小，疾病与身体健康的问题越突出，教育则是次要的问题。

本书主要让家长懂得一些孩子生长发育的生理知识，了解一些常见疾病的简单诊治方法，学会如何以科学的方法带孩子，使孩子健康茁壮地成长。一旦有病也会心中有数，知道如何处理，什么时候去医院看病。

家长不可能是儿科医生，但掌握初步的儿童保健及治疗常识是必需的，掌握不掌握又不完全一样。我们相信，科学知识会使你和你的孩子受益匪浅。

作者

1994.7

目 录

婴儿第一个月 (新生儿期)

一、生理与保健	(1)
胎龄与出生体重	(1)
早产儿及小于胎龄儿的护理	(2)
什么是初乳	(3)
生后第一次尿	(4)
新生儿胎便	(5)
生理性黄疸	(6)
新生儿感染	(7)
二、新生儿疾病	(9)
新生儿皮下坏疽	(9)
硬肿症	(10)
脓疱病	(11)
新生儿破伤风	(12)
新生儿肺炎	(13)
败血症	(14)
新生儿窒息	(15)
颅内出血	(17)
头颅血肿与产瘤	(18)
新生儿高胆	(19)
新生儿溶血症	(20)

婴儿第二个月

一、生理与保健	(22)
---------	------

怎样喂奶?	(22)
人工及混合喂养	(23)
牛奶要稀释吗?	(24)
牛奶要加糖	(25)
奶粉与炼乳	(27)
糕干粉与面糊	(28)
二、常见疾病	(30)
婴儿呕吐	(30)
婴儿腹泻	(31)
小儿腹疼	(33)
消瘦	(34)
多汗	(36)
食欲不振	(37)
营养不良	(38)
鸡胸及漏斗胸	(39)
嗜异症	(40)

婴儿第三个月

一、生理与保健	(42)
身长与体重	(42)
生长与发育	(44)
孩子的哭	(46)
健美的体形	(47)
二、常见疾病及表现	(48)
咳嗽	(48)
喘憋	(50)
透视	(51)
止咳药	(52)
上呼吸道感染	(53)
疱疹性咽炎	(54)

扁桃体炎	(55)
急性喉炎	(56)
先天性喉鸣	(56)
气管炎	(57)
支气管肺炎	(58)

婴儿第四个月

一、生理与保健	(60)
婴儿皮肤保健	(60)
怎样抱孩子?	(61)
尿布的学问	(62)
婴儿衣着	(64)
二、常见疾病检查及处理	(65)
就近就医好	(65)
病毒性肺炎	(66)
大叶肺炎	(67)
金黄色葡萄球菌肺炎	(67)
脓胸	(68)
支原体肺炎	(69)
结核病	(70)
结核菌素试验	(71)
支气管哮喘	(72)

婴儿第五个月

一、生理与保健	(74)
旺盛的新陈代谢	(74)
生命之水	(75)
劳苦功高的消化系统	(76)
孩子为什么肝大	(78)
生理性贫血	(79)

二、常见疾病及检查	(80)
血常规化验	(80)
血沉	(81)
骨髓穿刺	(81)
婴儿营养性贫血	(82)
血小板减少性紫癜	(83)
白血病	(85)
尿、便常规化验	(86)
急性肾炎	(87)
肾病综合征	(88)
泌尿系感染	(89)

婴儿第六个月

一、生理与保健	(91)
六个月后爱生病	(91)
母乳喂养的利弊	(92)
婴儿辅食	(94)
预防接种	(96)
感觉器官早期训练	(98)
婴儿视觉缺陷早发现	(100)
二、常见疾病表现及处理	(101)
婴儿发烧	(101)
如何测体温	(103)
婴儿发烧怎么办?	(104)
退烧药用法	(106)
麻疹	(107)
水痘	(108)
腮腺炎	(109)
百日咳	(110)
猩红热	(111)

乙型脑炎·····	(112)
流行性脑脊髓膜炎·····	(113)
痢疾·····	(114)
伤寒·····	(115)
病毒性肝炎·····	(116)
婴儿肝炎综合征·····	(117)
肝功与转氨酶·····	(118)
家庭消毒法·····	(119)

婴儿第七个月

一、生理与保健·····	(122)
骨骼发育·····	(122)
蹒跚学步·····	(123)
出牙与换牙·····	(124)
鼓励婴儿咀嚼·····	(125)
养成自食习惯·····	(126)
二、常见疾病的诊治过程及用药·····	(127)
西医大夫怎么看病? ·····	(127)
西医大夫如何用药·····	(129)
打针与吃药·····	(131)
药物的毒副作用·····	(132)
中药与西药·····	(133)
常用中成药(老剂型) ·····	(134)
丸散膏丹·····	(139)
怎样煎中药·····	(140)
中成药的剂型改革·····	(141)
常用中成药(新剂型) ·····	(142)
怎样给孩子喂药·····	(144)

婴儿第八个月

一、生理与保健	(146)
孩子与氧气	(146)
训练婴儿爬	(147)
婴儿保健操	(148)
促进学走	(150)
二、常见疾病及检查处理	(151)
腰椎穿刺	(151)
婴儿惊厥	(152)
晕厥与虚脱	(153)
癫痫	(154)
先天愚型	(156)
小头畸形及脑发育不全	(156)
智力低下的识别	(158)
小儿残疾	(159)
怎样治疗智力低下	(160)
糖尿病	(161)
甲状腺功能低下	(162)
侏儒症	(164)
尿崩症	(165)

婴儿第九个月

一、生理与保健	(167)
呀呀学语	(167)
习惯成自然	(168)
饮食习惯	(169)
排泄习惯	(170)
睡眠习惯	(172)
二、常见疾病及检查	(173)

婴儿为什么脉搏快·····	(173)
怎样数脉搏和呼吸·····	(174)
抗 O 试验与澳抗试验 ·····	(175)
心电图检查·····	(176)
小儿腿疼是何故·····	(177)
先天性心脏病·····	(178)
心肌炎·····	(180)
心律紊乱·····	(181)
风湿病·····	(182)

婴儿第十个月

一、生理与保健·····	(184)
婴儿与玩具·····	(184)
三浴锻炼·····	(185)
防止意外·····	(187)
雪白的牙齿·····	(189)
注意预防近视眼·····	(190)
二、常见疾病及处理·····	(191)
滴鼻法·····	(191)
滴耳法·····	(192)
滴眼法·····	(193)
婴儿“马牙”·····	(193)
鼻异物·····	(194)
外耳道疖肿·····	(195)
化脓性中耳炎·····	(196)
鼻窦炎·····	(197)
耳前瘻管·····	(198)
外耳道湿疹·····	(199)

婴儿第十一个月

一、生理与保健	(201)
早期智力发育	(201)
婴儿睡姿	(203)
饮食与饮料	(204)
个子高矮	(205)
二、常见疾病及处理	(206)
尿布皮炎	(206)
婴儿湿疹	(208)
婴儿痱子	(209)
荨麻疹	(210)
血管瘤	(211)
药物性皮炎	(211)
带状疱疹	(212)
常备外用药	(213)

婴儿第十二个月

一、生理与保健	(215)
人体生长发育最快的时期	(215)
二、常见疾病检查及处理	(216)
活体组织检查	(216)
热敷法	(217)
家庭小护理	(219)
手术年龄	(220)
手术前准备	(221)
手术后处置	(222)
家庭换药	(223)
隐睾	(224)
鞘膜积液与疝气	(225)

婴儿的第一个月

(新生儿期)

一、生理与保健

胎龄与出生体重

新生儿的胎龄与出生体重是很重要的资料，做爸爸妈妈的应当记住。首先应当明白什么叫胎龄和出生体重，所谓胎龄即胎儿自胚胎形成至胎儿娩出的准确时间，一般月经比较准确的妈妈，可由怀孕时最末次月经算起，直至孩子出生的时间。现在的妈妈一般都做产前检查，在产前检查的记录上都有预产期记录，这个预产期实际上就是计算好的胎龄。如果孩子按期出生就是足月儿，所谓早产即在预产期前出生，过期是在预产期后出生。这里常有些误差，主要是月经期不十分准确，因此出生时间在预产期前后，1—2周都算是正常。出生时所称的体重就是出生体重，这是一个重要标志，说明胎儿在子宫内生长发育的状况，同时也可印证胎龄是否正确。以往医学上都以出生体重作为是否早产的标准，如以3000克为标准出生体重，则2500克以下就是早产儿或未成熟儿。现在有个新概念，不完全依靠出生体重来印证胎龄，如果胎龄足月，而出生体重小于2500克，称为足月小样儿，或称小于胎龄儿。足月产而体重不够造成的原因比较复杂，

最常见的有三种，一种是由于胎盘功能不全，因胎儿期的营养完全通过胎盘供给，胎盘功能的缺陷使胎儿发育大受影响，造成先天营养不良；第二种是妈妈有病，如慢性心脏病、肾脏病、妊娠中毒症，或母亲本身就营养不良；第三种是胎儿本身有病，如先天代谢病、先天畸形等。足月小样儿一般是成熟的，哭声比较响亮，生活能力超过未成熟儿，会吸吮奶头，抚养起来比早产儿容易。不过爸爸妈妈要先找一找原因，如果属前两种，只能在以后的护理喂养上注意，如果是第三种原因，应当积极诊治，以去除发育不良的根本原因。

早产儿及小于胎龄儿的护理

无论是小于胎龄儿还是早产儿，生活能力都差，因此喂养及护理都要格外精心。

首先要注意保暖。有时新生儿体温在 35°C 以下（称为体温不升），这种情况特别容易发生在冬季，如不注意及时保暖，可能发生硬肿症，严重者导致肺出血而死亡。一般室温应保持在 $21-22^{\circ}\text{C}$ 以上，要把孩子包裹好，如手脚仍发凉，可用热水袋增温，但注意不要让皮肤直接接触热水袋，以免发生烫伤。

其次要注意喂养。新生儿一定要用较软的奶头，新奶头可煮几次再用，奶头扎眼要细小些，大小以倒置奶瓶后刚好能滴出为宜。如果奶头眼过大，奶流出过快，孩子来不及吞咽，容易引起呛奶或窒息；奶头眼也不能过小，奶出得过慢，孩子吸吮费力，容易因疲倦而拒食，或吸入过多空气，而引起呕吐。

早产儿及小于胎龄儿的抵抗力都较差，比一般足月新生儿抵抗力还低，很容易发生细菌感染性疾病，特别是一些对婴儿本不致病且毒力较小的细菌，也可引发感染，如大肠杆菌一般是直肠及结肠内的正常寄生菌，却能引发早产儿的大肠杆菌败血症、肺炎、脐炎等。

精心的护理可以预防感染发生，如经常洗澡，脐部的消毒处理，与感冒的人隔离，保持室内空气清新流通等十分重要。一旦发生感染，应及早治疗，以免进一步扩散，加重病情。

什 么 是 初 乳

母亲产后 12 天以内的母乳被称为初乳。婴儿刚一出生，母乳很少，看上去又黄又浓，同平时的母乳不一样，所以有的家长不愿意让孩子吃它，这是错误的做法。实际上，初乳极富营养，初乳含脂肪少，含蛋白质多，每 100 毫升初乳含蛋白质 2.25 克，几乎相当于平时母乳中蛋白质平均量的 1 倍。它对新生儿的生长是十分宝贵的。

一般成年人的血液里，由于经过与病原微生物斗争，一般都含抗体，它是人体防御疾病的有力助手。初乳中含有多种抗体，新生儿可从中获得抵抗各种疾病，特别是抵御一些传染病的能力，如麻疹、水痘等，新生儿时期很少得传染病就是这个原因。

母亲乳汁的分泌是依靠婴儿吸吮这种刺激，如能够每次把乳汁吸空，乳汁就分泌增多。如果孩子早产或一生下来就有病，由于无力吸吮乳汁，母乳的分泌会因吸吮的刺激减弱而逐渐减

少。如果由于某种原因，新生儿不再吃母乳，而母亲又没有按时将奶用人工方法吸尽，那么用不了多久，母乳就会枯竭，这等于自动回奶了。因此应尽量让新生儿吃母亲的初乳，不仅可得到丰富的营养和抗病能力，而且还为日后的母乳喂养打下基础。

生后第一次尿

正常新生儿，生后头几天的尿量很少，有的孩子在生产时或出生后第一泡尿以后，可两天无尿，这并非异常。

新生儿从出生就具备了泌尿系统。人的泌尿系统包括肾脏及泌尿道，肾脏就是平常说的腰子，是尿形成的器官。泌尿道从肾脏开始，依次是输尿管、膀胱、尿道，是把尿排出体外的通道。肾脏由 100—400 个肾单位组成，每个肾单位包括一个肾小球和一个肾小管。肾单位像一个过滤的筛子，血液通过它时，于回收有用之物的同时，将无用的废物滤出，形成尿液排出体外。

新生儿肾脏的滤过能力只有成人的一半，6 个月至 1 岁半时才能达到成人水平。肾小管的回吸收功能也差，如对葡萄糖的回吸收率只有成人的 20—35%。所以，孩子吃糖多了，或静脉输入大量葡萄糖时，会出现暂时性尿糖。新生儿肾脏功能差，如果喂养不当，喂水过多或奶过稀，肾脏就不能适应，结果造成水中毒，体内的水排不出去，聚积在细胞内，使脑细胞水肿，引起抽风及呼吸衰竭。新生儿出生的头几天，喝水与吃奶都少，再加上脱离母体独自生存后，皮肤及肺都蒸发水分，因此体内水分会因丢失增多、入量

不足而减少。新生儿尿中的尿酸盐含量多，可将肾小管堵塞，引起暂时性无尿，这也是新生儿早期尿少的原因。1周后随入量增加，血循环量也增加，此时尿量就开始增多。一般出生后1周内尿量少，每日3—4次。1周后增至20—30次，尿量也有所增多。6个月后，尿量又逐渐减少。有的家长发现孩子生后1天内无尿就急着抱到医院就医，这样做增加了新生儿与病人接触的机会，没有必要。如果家长发现孩子生后的头几天尿量少或无尿，应先给孩子喝些葡萄糖水，尽早喂奶，尿量就会增多。如果生后48小时仍不见尿，再带孩子到医院检查。当然，尿量也受气候、气温、环境条件及饮食饮水的影响，如冬季尿多，夏季尿少。

新 生 儿 胎 便

新生儿出生后的第一次大便称为胎便。因为刚出生的新生儿还未吃东西，所以第一次大便不是真正的粪便，也就是说不是消化食物的结果。胎便是胎儿在产前吞咽了羊水及胎毛，并混有消化液的一种混合物，是黑色的，于新生儿出生后，1—2天内排出。一旦吃奶后再出现的大便就不是胎便了。大便可以说是观察孩子消化功能的一面镜子，人乳喂养婴儿的大便是金黄色，均匀细腻，软膏状，有淡淡的酸味。牛乳喂养的孩子就不一样，大便为淡黄色，呈均匀硬膏状，有一种干酪臭味，多为碱性。加辅食后大便应成形，黄色带有粪臭味。如疾病发生，则大便性状各异。

生 理 性 黄 疸

新生儿有个特殊的生理现象，即出生后会出现黄疸，这称为生理性黄疸。它是在足月新生儿生后2—3天内出现，这时皮肤呈浅黄色，巩膜（白眼珠）以蓝色为主微带黄色，尿稍黄不染尿布，孩子没有什么不适，一般生后2—4天黄疸明显，1周左右就消退了。观察黄疸一定要在自然光线下进行，如果屋子里光线暗或在灯光下就看不清，父母应及时观察这一现象。生理性黄疸的血胆红素约为2—12毫克%。早产儿、低体重儿（<2500克）的生理性黄疸出现较晚，一般生后3—5天出现，6—8天达到高峰，黄疸的程度也比足月儿重，查血胆红素可达15毫克%，而且黄疸消退的时间也比较晚，7—9天开始消退，2—3周才褪净。

为什么会产生生理性黄疸？这主要是因为新生儿出生后开始用肺呼吸，血液中多余的红细胞随之被破坏而产生过多的胆红素，由于肝脏转化、排泄胆红素的能力差，致使胆红素在血中堆积所造成。胎儿为了适应胎内缺氧的环境，它的红细胞体积大，数量多，以便携带更多的氧气和营养，来保障胎儿生长发育的需要。新生儿在头1—2天的红细胞总数可高达每立方毫米500—700万，满月时逐渐下降至450—460万。另外，正常情况下，胆红素在肠道内由细菌的作用，才能变成尿胆元及粪胆素元排出体外，而大便色黄。刚出生的新生儿，肠道细菌少，不能将肝脏所转化的胆红素全部处理掉，这些胆红素也是造成生理性黄疸的又一个原因。再有新生儿的肝脏