

求医问药十万个为什么

第二版 何晓霞



婴幼儿喂养与保健

中国医药科技出版社

婴幼儿喂养与保健

缪正来 黄建民 主编

中国医药科技出版社 出版
(北京西直门外北礼士路甲38号)
山西省新华书店 发行
万荣县国营印刷厂 印刷

开本: 787×1092mm 1/32 印张: 4.625

字数: 100千字 印数: 1—11000册

1991年7月第1版 1991年7月第1次印刷

ISBN7-5067-0450-1/R·0390 定价: 3.05元

前 言

孩子是父母的心肝宝贝。凡是父母都希望把自己的孩子哺养好，让孩子长得虎虎有神，活泼可爱。

可是，有些父母对此常常苦于缺乏科学知识和实际方法。比如：孩子在月子里怎样护理好？婴儿哺乳期如何喂养最合理？为什么要给孩子作预防接种？孩子得了病怎样选用西药或中药？种种问题，心中没有数，往往为如何养护婴幼儿而感到不知怎么办。

的确，婴幼儿的哺养与保健，既不容易又非常重要，因为它将直接关系到孩子未来的几年、几十年的身心健康。

有些人受世俗旧观点的影响，说孩子长得好不好是天生注定的，这是非常错误的。可以说，一个人的体质和智力如何，在很大程度上取决于从小的养护和教育。事实证明，科学的调理，可以补救孩子从娘胎里带来的某些不足。这用古代医学家的话来说，叫做“先天不足”可经“后天调补”而得到纠正。

如此说来，孩子好比“幼苗”，若不懂得合理地“施肥”、“浇水”……是难以茁壮成长的。因此，父母应该懂得婴幼儿需要吃什么，怎么吃，如何吃更有营养，哪些食物有益于孩子的智力发育，孩子的日常生活怎样照料，孩子生

了小毛病如何给予简易治疗，孩子体质娇嫩，容不得半点差池。

本书从实际出发，用通俗易懂的语言，深入浅出地解释了婴幼儿哺养与保健中的163个“怎么办”和“为什么”，这些都是父母经常碰到的迫切需要解决的问题。如果本书面世之后，能够在肩负抚育婴幼儿的父母、长辈以及婴幼儿工作者中引起反响，能够起到增长科学知识、答疑解惑的作用，这便是我们的莫大快慰！

编 者

一九九一年四月于南京

目 录

1. 婴幼儿的年龄阶段是怎样划分的? (1)
2. 新生儿有哪些生理特点? (1)
3. 新生儿的体重为什么会下降? (2)
4. 新生女婴阴道流血是何因? (3)
5. 新生儿整天睡觉是正常现象吗? (3)
6. 新生儿乳房增大正常吗? (4)
7. 新生儿的“马牙”、“螳螂嘴”是怎么回事? (4)
8. 新生儿皮肤为什么发黄? (5)
9. 新生儿黄疸有几种?
为什么有时需用中药治疗? (6)
10. 婴儿有哪些生理特点? (7)
11. 婴儿囟门什么时候闭合? (7)
12. 婴儿的情绪有哪些特点? (8)
13. 婴幼儿的呼吸、心跳有何特点? (9)
14. 正常婴幼儿的头围和胸围有多大? (9)
15. 婴幼儿的视力发育有什么规律? (10)
16. 婴幼儿的动作和智力发育有哪些衡量标准? (11)
17. 婴幼儿的体格发育有什么规律? (12)
18. 婴幼儿什么时候出牙? (13)
19. 为什么有的婴儿初生就有牙? (14)

20. 幼儿有哪些生理特点?	(14)
21. 如何理解婴幼儿的“稚阴稚阳”?	(15)
22. 为新生儿准备什么样的衣服好?	(16)
23. 新生儿怎样保暖?	(16)
24. 用哪种尿布比较合适?	(17)
25. 新生儿脐带如何护理?	(18)
26. 怎样养护早产儿和小样儿?	(18)
27. 要不要给新生儿“打包”?	(19)
28. 为什么要经常给新生儿喂水?	(20)
29. 怎样给新生儿洗澡?	(20)
30. 防治婴儿肺炎的常用便方有哪些?	(21)
31. 新生儿要解“胎毒”吗?	(22)
32. 剃“满月头”好不好?	(22)
33. 给婴幼儿剪眼睫毛好不好?	(23)
34. 新生儿什么时候开奶好?	(24)
35. 为什么说初乳是个宝?	(24)
36. 母乳喂养有什么好处?	(25)
37. 如何提高母乳的质和量?	(26)
38. 给婴儿喂奶应注意哪些问题?	(26)
39. 母亲生病了可否喂奶?	(27)
40. 婴儿患“奶癣”可否再吃母乳?	(28)
41. 婴儿脂溢性头疮、苔癣选用哪些中药?	(28)
42. 吃奶的婴儿还应该吃些什么?	(29)
43. 母乳不足或无奶时如何喂养婴儿?	(30)
44. 奶瓶喂奶要注意些什么?	(31)
45. 麦乳精为什么不能代替奶粉?	(32)

46. 怎样加工婴儿的辅助食品? (32)
47. 怎样为孩子断奶? (34)
48. 咀嚼食物喂宝宝有什么害处? (34)
49. 要不要给婴幼儿吃人参? (35)
50. 鸡蛋吃得越多越好吗? (36)
51. 孩子不爱吃蔬菜怎么办? (36)
52. 过多饮用橘汁为什么不好? (37)
53. “若要小儿安,常受三分饥与寒”,
有没有道理? (37)
54. 睡觉前给婴幼儿进食为什么不好? (38)
55. 婴儿为什么不宜食蜂蜜? (39)
56. 为什么婴幼儿不宜多吃菠菜? (40)
57. 幼儿多吃巧克力好不好? (40)
58. 小儿厌食中医有何好办法? (41)
59. 唇裂或腭裂的婴儿喂养时要注意什么? (42)
60. 新生儿夜里不睡觉怎么办? (43)
61. 婴儿怎么睡卧合适? (44)
62. 婴儿要不要垫枕头睡觉? (44)
63. 怎样培养婴幼儿良好的睡眠习惯? (45)
64. 婴幼儿使用电热毯好不好? (46)
65. 幼儿同大人睡一个被窝好不好? (47)
66. 抱孩子有什么讲究? (47)
67. 怎样保护婴幼儿的听力? (48)
68. 怎样保护幼儿的嗓子? (49)
69. 为什么婴儿学坐不宜太早? (50)
70. 婴幼儿怎样进行体格锻炼? (50)

71. 婴幼儿晒太阳时应注意什么？	(52)
72. 怎样识别婴幼儿的听觉、语言发育是否正常？	(52)
73. 幼儿吐字不清是否都与舌系带过短有关？	(56)
74. 又颠又抛地逗孩子有什么不好？	(57)
75. 为什么不要常带孩子到马路边游玩？	(57)
76. 婴幼儿该用何种护肤品？	(58)
77. 怎样帮助孩子改掉吮手指的坏习惯？	(59)
78. 怎样让婴幼儿安度炎夏？	(60)
79. 孩子“疰夏”怎么办？	(61)
80. 塑料玩具有毒吗？	(62)
81. 预防接种为什么能预防传染病？	(63)
82. 孩子要进行哪些预防接种？	(63)
83. 为孩子预防接种时家长应注意哪些问题？	(65)
84. 怎样给婴幼儿试体温？	(66)
85. 婴儿的“胎热”与“胎寒”是怎么回事？	(67)
86. 为什么说婴幼儿疾病的特点是“易虚易实”？	(68)
87. 婴幼儿有病为什么要看指纹？	(69)
88. 怎样通过婴儿的哭声来辨别疾病？	(69)
89. 如何早期发现新生儿硬肿症？	(71)
90. 如何预防新生儿硬肿症？	(71)
91. 新生儿败血症是怎么回事？	(72)
92. 新生儿感冒后鼻子不通怎么办？	(73)
93. 孩子感冒为什么会腹痛？	(73)
94. 孩子“猪头风”是怎么回事？	(74)
95. 婴幼儿为什么易患肺炎？	(75)

96. 婴儿百日咳有什么特点? (76)
97. 为什么患百日咳使用中药利多弊少? (76)
98. 麻疹的症状怎样? 预后如何? (77)
99. 怎样护理麻疹患儿? (78)
100. 为什么小儿麻疹中医多主张用透表中药? (79)
101. 麻疹高热能不能使用单纯退热的中药? (80)
102. 怎样识别婴幼儿出疹子? (81)
103. 孩子患肝炎时家庭如何隔离? (82)
104. 婴幼儿水痘与脓疱疹如何区别? (84)
105. 婴幼儿常见的一些传染病应
 隔离多长时间? (85)
106. 婴儿的溢奶和吐奶有什么不同? (86)
107. 引起小儿脾胃病的原因有哪些? (86)
108. 如何预防和治疗小儿脾胃病? (87)
109. 如何防治婴幼儿腹泻? (89)
110. 您知道选用治疗小儿腹泻的偏方吗? (91)
111. 怎样为腹泻患儿制作饮食? (91)
112. 如何知道婴幼儿得了蛔虫病? (93)
113. 孩子的怪食癖是怎么回事? (94)
114. 小儿疳积用割治法有没有道理? (94)
115. 用中药治疗小儿疳积为什么疗效好? (95)
116. 为什么婴幼儿易患缺铁性贫血? (96)
117. 怎样预防小儿佝偻病? (97)
118. 急性肾炎患儿忌盐多久好? (98)
119. 为什么说黑眼球特别大是病态? (99)
120. 孩子的眼睛出现“黄光”是怎么回事? (100)

121. 孩子“斜眼”怎么办? (100)
122. 婴幼儿耳部湿疹如何处理? (101)
123. 发现婴幼儿先天性耳畸形怎么办? (102)
124. 为什么婴幼儿易患急性中耳炎? (102)
125. 为什么婴儿在长乳牙时容易流口水? (104)
126. 怎样维护孩子乳牙的健康? (104)
127. 为什么会发生乳牙晚脱? (105)
128. 孩子出现“地图样舌”怎么办? (106)
129. 如何防治婴儿“鹅口疮”? (106)
130. 小儿鹅口疮宜用哪些中药偏方? (107)
131. 婴幼儿发烧后为什么容易发生
口腔粘膜溃疡? (108)
132. 婴幼儿鼻孔塞进了东西怎么办? (108)
133. 咽部烫伤后怎么办? (109)
134. 耳道里飞进了虫子怎么办? (110)
135. 小儿惊厥怎么办? (110)
136. 西瓜子呛入气管怎么办? (111)
137. 孩子烫伤怎么办? (112)
138. 怎样防止幼儿意外事故? (113)
139. 婴儿斜颈怎么办? (114)
140. 怎样预防小儿“牵拉肘”? (115)
141. 如何预防婴儿肛周脓肿? (116)
142. 小儿隐睾怎么办? (117)
143. 做腰椎穿刺对婴幼儿有害吗? (117)
144. 哪些疾病在婴幼儿时做手术好? (118)
145. 为什么有些孩子不能克制自己的动作? (119)

146. 孩子经常尿床怎么办?	(120)
147. 孩子口吃怎么办?	(121)
148. 婴幼儿为什么不宜长期服用鱼肝油?	(122)
149. 怎样给婴幼儿吃药?	(123)
150. 怎样给婴儿喂服中药煎剂?	(124)
151. 孩子常吃成药好不好?	(124)
152. 小儿腹痛为什么不能轻易用镇痛药?	(125)
153. 如何培养孩子良好的个性?	(126)
154. 怎样丰富婴幼儿的感性知识?	(127)
155. 如何进行婴幼儿的语言训练?	(128)
156. 如何启发婴幼儿的思维能力?	(129)
157. 如何掌握婴幼儿智力发育的最佳年龄?	(130)
158. 如何教育孩子才得法?	(130)
159. 幼儿做什么游戏好?	(131)
160. 怎样为婴幼儿选购玩具?	(132)
161. 怎样教育孩子爱惜玩具?	(133)
162. 婴幼儿乱摔东西怎么办?	(134)
163. 怎样为婴幼儿选购图书?	(135)

1. 婴幼儿的年龄阶段是怎样划分的？

婴幼儿的年龄阶段是依据其生理特点以及生活条件的改变等因素来划分的，其意义是为了便于哺育保健和疾病防治工作的开展。

(1) 新生儿期：从出生到28天为新生儿期。此期的基本特点是：对外界环境的适应能力较差，需要进行一系列的生理调节，一般需时2~3周。

(2) 婴儿期：生后1~12个月为婴儿期，又叫乳儿期。此期的基本特点是：孩子生长发育的速度十分快，满1岁时，体重可增加到初生时的3倍，故容易发生营养不良性疾病，容易患感染性疾病。

(3) 幼儿期：1~3岁为幼儿期。此期小儿的生长发育较婴儿期慢，但中枢神经系统发育迅速，语言、运动能力逐渐加强，与周围环境接触增多。由于对生活还缺乏经验，对外界危险事物没有识别能力，故需防止发生中毒或创伤等意外。此期小儿的发病率虽较婴儿期低，但免疫力仍较差，故应及时预防接种以防传染病。

(4) 学龄前期：3~7岁为学龄前期，又叫幼童期。

2. 新生儿有哪些生理特点？

新生儿刚脱离母体，各器官发育还不完善，生理机能也不健全。为适应新的环境，新生儿体内还要不断地发生一系列的变化。

初生婴儿的呼吸快而浅，常不规则，呼吸频率较快，每分钟可达40次，个别的达到80次，两周后逐渐减慢。有的初生婴儿还会发生呼吸暂停的现象，如若面色不紫、安静如常，就不需要采取什么治疗措施。

新生儿的心跳比较快，血液大都集中在躯干及内脏，四肢较少，因此新生儿肝脾相对地比较大，且四肢容易发冷和出现青紫。

新生儿的胃在腹腔内呈水平位置，胃壁肌肉发育不全，贲门比较松弛，因此容易溢奶和吐奶。若喂奶后抱起婴儿轻拍背部，则可以防止吐奶。新生儿在出生后24小时内应该排出胎便，胎便为粘稠棕褐色或黑绿色。

新生儿体温调节中枢发育不健全，体温调节功能差，加之皮下脂肪薄，易散热，如果室温过低，就容易发生体温不升；又因汗腺发育不全，排汗散热的功能差，如果过份保暖或室温过高，体温又可上升到40℃以上，甚者引起抽风。因此，保持适当的外界温度对新生儿来说是非常重要的。

新生儿的皮肤、粘膜娇嫩，容易破损；抵抗力差，很容易感染，并易扩散至全身引起败血症，这是十分危险的。因此，必须注意对新生儿皮肤的护理，新生儿的洗澡盆、衣服、尿布等要洗净、消毒。

3. 新生儿的体重为什么会下降？

细心的家长会发现这样一个现象：小宝宝出生后2~4天，体重要比出生时减轻0.1~0.2公斤。这是什么原因呢？新生儿体重的这一变化，在民间叫作“掉水膘”。新生儿出

生后，由于进食少，皮肤水分蒸发，以及大小便排泄等，致使体重略有下降，一般比原体重下降3~9%，最多不超过10%，这种体重下降属于正常的生理现象。经合理喂养，至7~10天新生儿的体重即可恢复并开始增长。如果孩子体重下降过多，或迟迟不恢复，而母乳又正常的话，则可能是病态，就应请医生查找原因了。

4. 新生女婴阴道流血是何因？

有的女婴在出生后第5~7天，突然从阴道中排出少量血性分泌物，持续1~2天。年轻的父母十分奇怪，不知道孩子出了什么问题。这种现象医生称之为“假月经”。其形成的原因，要从胎儿期说起：妊娠后期母体内的雌激素进入胎儿体内，至分娩前，雌激素在胎儿体内已有一定数量。胎儿受雌激素的影响作用，生殖细胞增殖、充血，一旦脱离母体，女婴体内的雌激素水平急剧下降，到了生后第5天其含量已是微乎其微了，故而使新生女婴出现了类似成年女性月经的流血。这种现象是新生儿特殊生理状态之一，并非病态，不必处理。若发生了新生儿自然出血症，阴道出血量要增加，则应请医生诊治。

5. 新生儿整天睡觉是正常现象吗？

新生儿由于大脑皮层尚未发育好，出生后除了吃奶外，几乎所有时间都在睡觉，这是正常的。新生儿每昼夜睡眠时间平均为20~21小时，这对他（她）逐步适应新的环境有着

积极的作用。另一方面，新生儿大脑的兴奋或抑制过程很易扩散，故容易发生惊厥，这也是正常的。如果新生儿经常哭闹，睡眠不安或每天睡眠时间不足，那就要检查原因了。

6. 新生儿乳房增大正常吗？

有些新生儿，不论是女婴还是男婴，出生后3~5天，竟发生小乳房圆锥样增大现象，有的甚至还分泌乳汁。这种现象是正常的，父母亲不必为此担心。妇女在怀孕、临产过程中，体内雌激素、孕激素、生乳素和催产素较多，这几种激素是促进乳房发育和乳汁分泌的。胎儿在母体中接受了这些激素，便可能出现乳房增大和泌乳现象。出生后，婴儿就不再受到这些激素的影响了，原来进入体内的那些激素也逐渐破坏分解掉，因此，经过1~2周时间，新生儿的乳房增大和分泌乳汁就会自然消失。仅有少数婴儿可延长至3个月之久。新生儿乳房增大时，千万不要去挤压它，否则易造成细菌感染。不过，假如同时出现乳房皮肤发红和触痛，就要考虑是否患了乳腺炎，这时应请医生加以诊治。

7. 新生儿的“马牙”、“螳螂嘴”是怎么回事？

在出生不久的婴儿口中，有时会看到牙床上有白色的小球球，有的孩子大，有的孩子小；有的孩子多，有的孩子少。这不是牙齿，这是胚胎发育过程中上皮细胞的堆积物，多数在几周后自然脱落。由于这种“小球球”很像牙，所以

在民间有“马牙”或“板牙”之称。还有些新生儿的口腔两侧颊部，各有一块隆起的脂肪垫（俗称“螳螂嘴”），它也没有什么害处，能帮助小儿吸奶。“马牙”、螳螂嘴”都是正常现象，大人不必为此而担心，根本不需要作任何处理。但有些父母不了解这些常识，竟用针去挑“马牙”，或用刀去割“螳螂嘴”，这都是很危险的。新生儿的口腔粘膜极柔嫩，唾液分泌又少，容易被损伤；粘膜下的血管又很丰富，细菌很容易从破损的粘膜处侵入血液，引起新生儿口腔发炎、溃烂不愈，还会导致败血症。因此，发现新生儿有“马牙”或“螳螂嘴”时，决不要随便用布擦、用针挑，以免发生不良后果。

8. 新生儿皮肤为什么发黄？

有的新生儿出生后2~3天常有皮肤、粘膜发黄的现象，就像得了急性肝炎一样，但仔细观察，新生儿精神尚佳，吃奶也正常，并无其它症状，这在临床上叫作“生理性黄疸”。

新生儿生理性黄疸的发生是因为新生儿的肝功能尚未成熟，出生后血液里又有较多的红细胞破坏而产生过多的胆红素之故。生理性黄疸大都在孩子出生后第3天出现（最早为第2天，最迟为第5天），并逐渐加深，第5~7天达高峰，然后逐渐消退，7~12天退净；早产儿消退得慢一些，大约需要3周左右。生理性黄疸一般为浅黄色，先见于面、颈，然后遍及躯干和四肢，同时巩膜（眼白）亦有黄染。出现生理性黄疸的新生儿，一般不需要作特殊治疗。

9. 新生儿黄疸有几种?为什么有时需用中药治疗?

有些新生儿出生后, 2~3天开始出现黄疸, 并且逐渐加深, 约近1周时, 黄疸非常明显。父母见此情况, 常常表现惊恐惶惑, 不知小儿得了什么病? 其实此种黄疸, 有生理性和病理性的区别。

(1) 生理性黄疸: 黄疸主要分布在面部及胸背躯干部, 而小腿、前臂及手、足心多无明显黄疸。一般2~3周基本消失。在此期间小儿体温正常, 精神无异常, 吸吮乳汁正常。这主要由于新生儿体内胆红素自然增多, 肝脏细胞对胆红素摄取、代谢能力不足等因素引起。

(2) 病理性黄疸: 黄疸出现较早, 程度较重, 可遍及全身, 手掌心、足底心都有较明显的黄疸。有的黄疸持续不退, 或稍减退后又加重。小儿可有低热, 不思吮奶, 呕吐, 或大便颜色变淡。此时检验血清胆红素, 大多高于同期的正常新生儿。此种黄疸最常见的原因: ①母亲与胎儿血型不合, 引起新生儿溶血病。②感染细菌或病毒, 使肝脏细胞受损害。③出生时产程长, 有过窒息和缺氧, 或出生后胎粪排出迟缓, 亦可引起黄疸, 迟迟不退。

中医认为, 新生儿黄疸, 特别是病理性的, 服用中药, 有促使黄疸消退的作用。常用方: 茵陈蒿9克, 生大黄3克, 藿香5克, 生甘草2克。用清水煎汤100毫升, 于24小时内分6次喂服。如服用此方5~7日后, 小儿黄疸继续加