

关注田野

——《湖南农村文库》总序

当我们满怀信心准备迈进又一个千年之门时，中国改革开放20年展现的一幅幅壮美画卷令世人瞩目。蓦然回首，我们为之骄傲；昂首展望，我们充满憧憬！

在历史的长河中，20年仅仅是一个瞬间，但对中国这个长期徘徊在农业文明的国家来说，这20年所走过的路却是如此的不平凡。源于农民伟大创造的家庭联产承包责任制极大地解放和发展了生产力，农民的主动性、积极性和创造精神得到了空前的发挥；乡镇企业异军突起，农村经济实力不断壮大，农民生活水平迅速提高；生产方式、生活方式正在改变，价值观念正在更新，科技思想、市场观念、开放和法制意识逐步增强，农村和农民发生了令人欣喜的巨大变化。然而，无须讳忌，摆在人们面前的另一方面的事实同样令人惊诧：地区发展不平衡；城乡差别在扩大；农民的科学文化素质还很低，闯市场、致富奔小康的本领还不高，全国还有数千万农民尚未“脱贫”。对于湖南来说，更是需要给予关注，湖南农村人口占全省人口的80%以上，土地肥沃，资源丰富，但资源的综合利用和农产品的深度开发不够，农村经济效益偏低，农民收入增长缓慢，全省至今仍有290多万人没有“脱贫”，文盲和半文盲在成年农民中也

还占有较大比例，农民素质亟待提高。

农村的相对贫困，固然源于经济发展水平的落后，同时又是文化落后的必然结果。摆脱贫穷，走向富裕，既要改善经济条件，更要提高农民的思想道德和科学文化素养，使他们适应市场经济的规范和运作方式，实现从传统向现代、从封闭向开放的根本转变。可以毫不夸张地说，农民自身素质不提高，脱贫致富就没有希望，即使一时一地脱了贫，也仍然存在返贫的可能性。从一定意义上讲，精神上的贫困比物质上的贫困更加可怕。因此，文化扶贫就成了扶贫工作的重要内容，也是引导农民脱贫致富的前提条件。

去年，在省委、省政府领导高度重视和各方面的大力支持下，省文化扶贫委员会正式成立了。一年来，省文化扶贫委员会按照实施文化扶贫工程、总结文化扶贫工作经验，指导、协调全省文化扶贫工作的服务宗旨，配合全省农村精神文明阵地建设“五个一工程”（乡镇一个文化站、一个广播站、一个图书室、一个业余剧团、一个电影队；村级一个学习室、一个广播室、一个图书室、一个文艺活动室、一个篮球场）的实施，不断推出文化扶贫项目，加大文化扶贫力度，做了一些实实在在的工作，使农村精神文明建设不断朝着务实、规范、有序的方向发展。

现在，农民普遍反映，书店里、地摊上书很多，但真正适合农民口味、适应农业和农村需要的书却很少，而随着农村物质生活条件的改善，农民对精神文化生活提出了越来越高的要求，为了满足农民群众日益增长的精神文化生活的需要，为农民提供更多、更好的精神食粮，这次省文化扶贫委员会又推出了《湖南农村文库》大型系列丛书，这套丛书以邓小平理论和党的十五大精神为指导，立足于当前湖南农业生产和农民生活

的实际需要，突出农业、农民、农村特色，既有农业科技方面的，又有农村社会文化方面的，作者在写作上，始终坚持内容简明扼要，论述通俗易懂的原则，注重操作性，直接回答农民所关心和需要解答的问题，力求使农民看得懂、学得会、用得上、买得起，帮助农民增强脱贫致富的本领，懂得生活做人的道理。出版这套丛书，是我省文化扶贫工作的重要举措，也是全省农村精神文明建设的一件实事、好事，必将在三湘大地产生深远的影响。作为农民的儿子，我为此事感到特别高兴。同时也相信，这套丛书的出版，一定会得到广大农民朋友的热烈欢迎。借此机会，希望全省各级党委宣传部门、文化扶贫委员会的成员单位、农业和农村工作部门、全省各级新华书店发挥各自的优势，宣传好、发行好、使用好这套丛书，使之进入全省乡村图书室，进入千千万万农户家中，让更多的农民了解它、学习它，真正成为农民生活的伙伴，致富的帮手。

农业、农村和农民问题，始终是中国革命和建设的关键问题。铁的事实反复昭示人们：没有农村的小康，就没有全社会的小康；没有农村的稳定，就没有全社会的稳定；没有农村的文明，就没有全社会的文明；没有农村的现代化，就没有全社会的现代化。让我们更密切地关注田野，让它永远充满生机，永远充满希望！

是为序。

文选德

1998年10月于长沙蓉园

目 录

产后常见疾病	(1)
● 在产褥期哪些属正常表现	(1)
● 会阴部的伤口要紧吗	(2)
● 会阴伤口出现异常时如何处理	(3)
● 有会阴伤口者要注意什么	(3)
● 怎样判断恶露是否正常	(4)
● 产后恶露不干净怎么办	(5)
● 为什么会发生子宫复旧不良	(5)
● 子宫复旧不良有何表现	(6)
● 产后尿失禁及尿频怎么办	(6)
● 为什么会产后排尿困难	(6)
● 产后排尿困难如何处理和预防	(7)
● 月子里发热常见有哪些原因	(8)
● 月子里生殖器感染怎么办	(8)
● 月子里感冒怎么办	(9)
● 月子里患乳腺炎怎么办	(9)
● 月子里反复发热怎么办	(10)
● 产后发热可不可以哺乳	(10)
● 为什么会产后流血不止	(11)
● 产褥中暑是怎样发生的	(12)

● 怎样预防产褥中暑	(12)
● 产妇冬季为什么易发生煤气中毒	(13)
● 如何预防煤气中毒	(13)
● 月子里泌尿道感染怎么办	(14)
● 产后乳汁过少怎么办	(15)
● 产后乳汁自出怎么办	(15)
● 产后乳房胀痛如何处理	(16)
● 为什么会发生乳腺炎	(17)
● 怎样预防急性乳腺炎	(17)
● 如何辅助医生治疗乳腺炎	(18)
● 乳头皲裂怎么办	(18)
● 母亲患哪些病时不能喂奶	(18)
● 为什么哺乳期母亲要注意科学用药	(19)
● 产后便秘如何防治	(19)
● 产后多汗怎么办	(20)
● 产后关节疼痛怎么办	(21)
● 如何预防育儿神经官能症	(21)
新生儿疾病	(23)
● 新生儿先锋头是怎么回事, 如何治疗	(23)
● 新生儿头皮血肿如何处理	(24)
● 新生儿头皮蜂窝组织炎有何特点, 怎样治疗	(24)
● 新生儿头皮脓肿有何特点, 如何治疗	(25)
● 新生儿脑膜脑膨出是怎么回事	(25)
● 发现新生儿颈部淋巴结肿大怎么办	(25)
● 为什么新生儿会出现生理性黄疸	(26)
● 新生儿为何会患溶血性黄疸	(27)
● 什么叫新生儿核黄疸, 如何防治	(28)

● 新生儿乙型肝炎是如何得的	(28)
● 新生儿乙型肝炎有何表现	(29)
● 乙型肝炎如何预防	(29)
● 什么是新生儿硬肿症	(30)
● 为何新生儿易发生硬肿症	(31)
● 新生儿硬肿症有何表现	(31)
● 新生儿硬肿症如何预防	(32)
● 新生儿硬肿症如何治疗	(32)
● 新生儿肺炎有什么特点	(33)
● 新生儿肺炎如何预防	(34)
● 新生儿肺炎怎样治疗	(34)
● 新生儿脐炎如何发现	(35)
● 如何防治脐炎	(36)
● 新生儿破伤风(脐风)是怎么回事	(36)
● 怎样治疗新生儿破伤风	(37)
● 新生儿“马牙”是怎么回事	(38)
● 如何防治红臀	(39)
● 新生儿乳房为什么会增大	(40)
● 刚生下的女婴为什么会有“白带”和“月经”	(40)
● 两性畸形的孩子怎样识别	(41)
● 新生儿呛奶、憋死是什么原因	(41)
● 小儿生后背部皮肤有青斑是怎么回事	(42)
● 新生儿为什么容易吐奶	(42)
婴幼儿常见疾病	(43)
● 为什么会出现儿童营养不良	(43)
● 怎样预防儿童营养不良	(44)
● 如何治疗儿童营养不良	(44)

● 小儿肥胖好吗	(45)
● 肥胖症有哪几种类型	(46)
● 小儿肥胖症怎样防治	(46)
● 小儿佝偻病有何表现	(47)
● 吃钙片就能预防佝偻病吗	(48)
● 怎样治疗佝偻病	(48)
● 维生素 D 中毒有何表现	(49)
● 如何预防维生素 D 中毒	(50)
● 怎样治疗维生素 D 中毒	(50)
● 黄昏或较暗的环境中看不清东西是怎么回事	(51)
● 维生素 A 缺乏如何预防	(51)
● 维生素 A 中毒有哪些表现	(52)
● 如何防治维生素 A 中毒	(52)
● 怎样防治小儿贫血	(52)
● 为什么孩子容易感冒	(54)
● 如何防治小儿上呼吸道感染	(54)
● 小儿高热如何处理	(55)
● 小儿抽风送医院前应作哪些准备	(55)
● 高烧抽风能预防吗	(56)
● 如何防治小儿咳嗽	(56)
● 小儿面色发青是怎么回事	(57)
● 小儿面色苍白是怎么回事	(58)
● 为什么婴幼儿容易腹泻	(59)
● 怎样才叫腹泻病	(59)
● 婴儿腹泻时如何安排饮食	(59)
● 如何护理腹泻小儿	(60)
● 如何预防小儿腹泻	(60)

● 只给腹泻的患儿饮用白开水或糖水行吗	(61)
● 腹泻对小儿有什么影响	(61)
● 怎样发现脱水和酸中毒	(62)
● 什么是腹泻的特殊饮料	(63)
● 能否配制对腹泻有效的另一种简便饮料	(64)
● 暂时没有正规饮料怎么办	(64)
● 如何预防婴儿腹泻	(65)
● 婴儿腹泻时怎样进行母乳或牛奶喂养	(65)
● 为什么腹泻患儿需继续进食	(66)
● 为什么一般腹泻不需要药物治疗	(66)
● 腹泻的孩子出现什么情况应立即去医院	(67)
● 腹泻止住后怎样喂养	(67)
● 婴儿为什么容易发生肠套叠	(68)
● 小儿肚子痛怎么办	(68)
● 小儿肩乳白尿是怎么一回事	(69)
● 女婴外阴为什么发红	(69)
● 女婴外阴炎常见病因有哪些	(70)
● 女婴外阴炎的防治	(70)
● 女孩子为什么易得泌尿道感染	(71)
● 小儿泌尿道感染有哪些表现	(72)
● 小儿泌尿道感染怎么办	(72)
● 小儿尿床是病吗	(73)
● 小儿尿床怎么办	(74)
● 怎样确定小儿包茎及包皮过长	(74)
● 包茎和包皮过长有什么害处	(75)
● 阴囊鞘膜积液是怎么回事	(75)
● 小儿睾丸哪里去了	(76)

● 隐睾不治行吗	(76)
● 蛔虫病是怎样得的	(77)
● 蛔虫对人体有哪些危害	(77)
● 如何防治蛔虫病	(78)
● 蛲虫是怎样进入人体的	(79)
● 怎样防治蛲虫病	(79)
● 风疹是什么样子	(80)
● 幼儿急疹是什么样子	(81)
● 患水痘后如何护理	(82)
● 腮腺炎有什么表现	(83)
● 腮腺炎可发生哪些并发症	(83)
● 如何护理麻疹患儿	(84)
● 麻疹高烧可用退烧药吗	(84)
● 接种麻疹疫苗能预防麻疹吗	(85)
● 人的一生中一定要得麻疹吗	(86)
● 细菌性痢疾是怎么得的	(86)
● 细菌性痢疾患儿有哪些表现	(87)
● 中毒性痢疾是怎么一回事	(87)
● 如何防治细菌性痢疾	(88)
● 病毒性肝炎是怎样传播的	(88)
● 得了肝炎有什么表现	(89)
● 肝炎患儿用什么饮食合适	(90)
● 小儿肝大是肝炎吗	(90)
● 什么是乙型肝炎表面抗原,表面抗原携带者是 怎么回事	(91)
● 表面抗原阳性者有传染性吗	(92)
● 小儿携带乙型肝炎病毒怎么办,需要治疗吗	(92)

● 何谓结核病	(93)
● 小儿结核病是怎样传染的	(93)
● 什么叫结核感染,需要治疗吗	(94)
● 结核病有哪些表现	(94)
● 什么是原发性肺结核	(95)
● 小儿结核性脑膜炎是怎么回事	(95)
● 使用抗结核药物应注意什么	(96)
● 卡介苗疫苗为什么能预防结核	(96)
● 蚕豆黄是怎么回事	(97)
● 小儿多动症有哪些特点	(97)
● 小儿夜惊和梦游需要治疗吗	(98)
● 有的婴幼儿大哭一声后不醒人事,是怎么回事	(99)
● 小儿为什么口吃	(100)
● 小儿口吃怎么办	(100)
● 弱智儿童是怎样产生的	(101)
● 弱智儿童有哪些常见疾病	(102)
● 扁桃体大就是发炎了吗	(103)
● 扁桃体发炎对小儿究竟有多大影响	(103)
● 扁桃体炎如何防治	(103)
● 为什么会发生婴儿湿疹	(104)
● 婴儿湿疹有哪些特点	(104)
● 婴儿湿疹如何防治	(105)
● 怎样防治沙眼	(105)
● 患红眼病怎么办	(106)
● 近视眼是怎样发生的	(107)
● 怎样防治近视眼	(107)
● 小儿看电视要注意什么	(108)

● 经常给孩子掏耳朵好吗	(109)
● 小儿耳朵为什么会流脓	(109)
● 怎样预防耳朵流脓	(110)
● 耳朵流脓如何治疗	(110)
● 小儿鼻出血有哪些常见原因	(111)
● 鼻出血怎么办	(111)
● 如何防治鹅口疮	(112)
● “虫牙”为什么会发生	(113)
● 怎样预防龋齿	(113)
● 家庭小药箱应注意什么	(113)
● 计算小儿用药量的简便方法	(114)
● 家庭常备口服药物	(115)
婴幼儿意外事故	(118)
● 小儿坠床后怎么办	(118)
● 小儿吞入异物要紧吗	(119)
● 怎样识别误入异物的部位和如何处理异物	(119)
● 如何预防呼吸道及食管异物	(120)
● 小儿鼻内塞入异物怎么办	(120)
● 小儿不慎烫伤如何防治	(121)
● 为什么小儿不宜用口表量体温	(121)
● 口表咬破了怎么办	(122)
● 溺水小儿如何进行紧急处理	(122)
● 放鞭炮会给小儿带来哪些灾难	(123)
● 手足扭伤后怎么办	(123)
● 小儿被异物刺伤后怎么办	(124)
● 小儿被割伤后怎么办	(124)
● 小儿擦破了皮肤怎么办	(125)

产后常见疾病

在产后身体复原过程中,常会出现一些正常的不适感,如腹痛、恶露等等,这些症状与疾病引起的症状区别的要点一是程度轻微,二是经过较短时间自然消失。由于怀孕与分娩,体内营养物质和体力的大量消耗,产后较平时更容易发生疾病。此外,某些产妇分娩时可留下产伤,产后哺乳期乳房疾病的发生率也可能增高。所以,产妇首先应加强自我保健意识,积极预防产后病的发生,一旦患病就应及时就诊治疗。特别要注意的是,产后病诊治时应充分考虑疾病及其用药对婴幼儿哺育的影响,以免损害孩子的健康。

● 在产褥期哪些属正常表现

在产褥期,产妇有些表现是属于身体恢复过程中的正常现象,不可误认为是疾病而惊慌失措,更不可胡乱投药,以免影响产妇及婴儿的健康。这些表现主要有:

1. 下腹包块:分娩后,子宫收缩变小,宫底平脐,以后逐渐收缩复旧。因此,产妇常可触及的下腹包块,实际上是产后子宫。包块上端,产后第一天平脐,以后每天下降1~2厘米。至产后10~14天降入骨盆,腹部就摸不到包块了。

2. 下腹阵痛:产后1~2天,有些产妇会感到下腹部的阵发

性疼痛,同时子宫变硬,恶露增多。这是由于子宫收缩过强引起的。常因哺乳而加重。宫缩痛一般产后3~4天自行消失,无需特殊处理。如果疼痛较剧烈,影响产妇休息,可在下腹部热敷或服去痛片等。

3. 恶露:产后经阴道排出血液、坏死的蜕膜、粘液等排泄物,开始3~7天量多,色鲜红,以后颜色逐渐变淡,为时3~4周。

4. 发热:产后体温一般正常。偶因疲劳或乳房充盈出现低热,体温一般不超过38℃,大多在24小时后恢复,无需特殊处理。

5. 汗多:产后皮肤汗腺排泄功能旺盛,出汗较多,睡眠和初醒时明显,属于正常现象。

6. 尿多:孕期血容量增加,产后机体发挥调节功能,恢复孕前的血容量,需要排出多余的水分,因此,产后常常尿量增多,一般在2~3周恢复到平时量。

● 会阴部的伤口要紧吗

很多妇女怀孕后最大的顾虑是怎样把小孩生出来。剖宫产要在腹部做一个大切口,术后一定很痛;但从阴道分娩,听说要在会阴部剪一个切口,不剪开的话,在小孩生出来时,会阴也可能裂开,同样要在会阴部留下一个伤口。产后这个伤口不会很痛么?如果伤口感染的话,会更伤脑筋。因此顾虑重重。其实,这种顾虑是不必要的。一般来说,会阴部的伤口是容易愈合的。裂开的伤口一般较小而且浅,而剪开的伤口整齐,缝合时对合好,3~5天可拆线,伤口就愈合好了。何况现在有一种波姆光治疗仪,生小孩后24小时用以照射伤口,可促使伤口更快愈合。

● 会阴伤口出现异常时如何处理

产后如果会阴伤口有轻度水肿,2~3天内会自然消退,无需处理。如水肿明显,可用50%硫酸镁溶液,加温后浸湿无菌棉垫作湿热敷。也可设法用装有25瓦灯泡的台灯,放在距伤口约30厘米远处照射伤口,起到红外线照射的作用。如果伤口感染或裂开,可局部用1:5000高锰酸钾液或1:2000新洁尔灭液抹洗伤口,所配成的高锰酸钾液应呈桃红色,不可太深,否则对皮肤有刺激性;亦可继续做红外线照射。产后第8天,开始用1:5000高锰酸钾液坐浴。所谓坐浴,就是坐在盆子里,让会阴伤口完全浸泡在药水里。为什么要在第8天开始坐浴呢?因产后第1周,子宫口没有关闭,坐浴可导致细菌上行感染,引起内生殖器发炎,故必须记住可开始坐浴的时间。裂开或感染的伤口,经过坐浴,一般都能愈合,很少需要再缝合。

● 有会阴伤口者要注意什么

为了保持会阴伤口及会阴部的清洁,大便后用纸揩时,要由前向后揩,切忌由后向前,以免粪便污染伤口。最好能在每次大便后用温开水抹洗外阴,抹洗时注意先洗前面,最后洗肛门。产后阴道排出恶露较多,这些排出物是细菌最好的培养基,细菌能在其中繁殖,故产褥期妇女应养成每天洗1~2次外阴的习惯。一般无感染的伤口,用温开水即可,水内不需加药物,因为任何药物都有刺激性,用得不好可引起化学性或过敏性皮炎。产褥期内避免性生活,也是防止生殖器感染、保护会阴伤口的有效措施,夫妇双方都应重视。

● 怎样判断恶露是否正常

产后,子宫创面未恢复之前,可经阴道排出含有血液、坏死蜕膜组织及粘液的分泌物。这种分泌物叫恶露。产妇应自己观察恶露的排出情况,并根据恶露的排出量、颜色、性状、气味等正常与否,及时了解子宫的康复情况和疾病信号,以便采取相应措施。



正常的恶露在产后2~3天为鲜红的血液,常有小血块及少量的胎膜、胎脂、胎毛等,医学上称为血性恶露。这种恶露有血腥味,但不臭。4~5天后恶露逐渐变成粉红色,主要来源于宫颈及阴道的分泌液,含有少量血液及细菌等,称为浆液性恶露。7天以后,恶露颜色变得更淡,主要含大量粘液、白细胞、坏死蜕膜,夹杂有细菌,称为白色恶露。恶露大约在产后3周左右干净。恶露的量、性状、持续时间均能提示子宫是否恢复正常。如果血性恶露持续时间延长,表明子宫恢复不好。如果恶露有臭味,颜色晦暗,甚至为脓性,表明子宫有感染,均应去医院检查治疗。

● 产后恶露不干净怎么办

血性恶露一般在产后 3~4 天内排出,继而颜色变淡,略带黑色,量也逐渐减少。如 10 天、半月仍淋漓不净就应该引起重视。出现这种情况时,一是加强抗炎;二是加用子宫收缩剂,如催产素、麦角、益母膏。通过上述处理,若仍然不干净,则应到医院进行身体检查或 B 超检查,若有胎盘残留物,则需进行清宫术,仍无效就需排除有没有绒癌的可能。所以,对恶露不止,千万不能掉以轻心。

● 为什么会发生子宫复旧不良

分娩以后,在妊娠期增大的子宫体积逐渐缩小,直到恢复未怀孕状态的过程,称为子宫复旧。体表检查子宫底,大约每天下降一横指。产后第 5 天,子宫底一般在脐与耻骨联合之间,产后 10~14 天,子宫降入骨盆腔,则经腹部检查摸不到子宫底。

当子宫未能按正常情况收缩、恢复时,医学上称为子宫复旧不良。影响子宫复旧的因素有产妇的年龄、全身健康情况、分娩的次数、分娩时产程的长短、分娩的方式以及是否实行母乳喂养等。一般来说,产妇年龄偏大,尤其是高龄初产妇,全身健康情况差、分娩次数多、产程长、难产等都将使子宫复旧不良。产后及时哺乳可以促进子宫复旧。因为婴儿的吸吮,反射性的引起母亲的垂体产生催产素,促进子宫收缩,所以母乳喂养对于母婴双方都有好处,应该提倡。

● 子宫复旧不良有何表现

子宫复旧不良的主要表现是血性恶露明显增多,有时可以多得像流水一样,腹部正中可以摸到一个“包块”(子宫),这时就要积极处理,否则后果可能不堪设想。出现这种情况首先不要慌忙,可用手按摩子宫,在医生指导下可先肌内注射催产素或麦角,随后立刻送医院,由专科医生查明原因,积极治疗。

● 产后尿失禁及尿频怎么办

产后由于盆腔底部组织和尿道括约肌松弛,当膀胱充满尿液时,小便自行溢出,称为尿失禁。特别是在咳嗽、打喷嚏、负重等腹压增加的情况下极易发生。产后保健操可促进宫底组织及早恢复功能,这是防治产后尿失禁的好方法。尿频伴有尿急、尿痛或发热,多由膀胱炎、尿路感染所致,产妇可多饮水,及时在医生指导下使用抗生素。

● 为什么会产后排尿困难

常有一些产后妇女,诉说不能自解小便,产后7~8天还需要导尿,这是为什么呢?我们知道,膀胱前面的骨叫耻骨联合,后面是子宫。当胎儿在子宫内生长时,膀胱就被夹在耻骨联合与胎头之间,受到这两个硬东西的挤压,特别是在生小孩过程中,胎头逐渐下降,膀胱受到的挤压就更加厉害了,以致它的内层——膀胱粘膜层充血、水肿,膀胱肌张力降低。膀胱张力差,则可缺乏尿意,加上产妇经过分娩,已很劳累,会阴伤口又痛,产