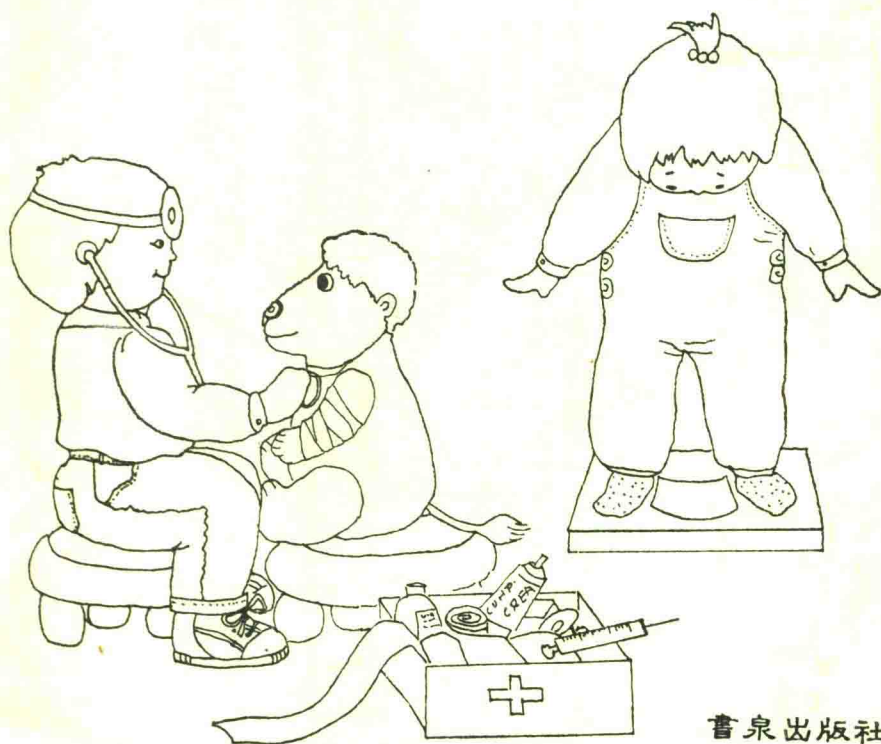


育兒小百科

—孩子的家庭醫生—

劉敏瓊／編譯



書泉出版社
世界圖書出版公司

547676

親子天地

系列

15

沙永玲／主編

育兒小百科

孩子的家庭醫生

表

劉敏瓊／編譯



+

世界圖書出版公司

育儿小百科

——孩子的家庭医生

刘敏琼 编译

书泉出版社出版

世界图书出版公司重印

(北京朝内大街137号)

北京昌平百善印刷厂印刷

新华书店北京发行所发行 各地新华书店经售

1990年7月第1版 787×1092 1/32

1990年7月第1次印刷 印张: 13.25

印数: 00,001-12,000 字数: 242,000

ISBN 7-5062-0722-2/Z·23

定价: 5.40元

世界图书出版公司已向五南图书出版
有限公司购得本书重印权, 1990

限国内发行

我們的話

孩子是人間最美的禮物，

但他也是兩個相愛男女所犯下最美的錯誤。

想想看！

打從小寶寶一出世，您為他操了多少心，費了多少力氣。

怕他不够聰明，功課趕不上；

怕他不够機伶，傻里傻氣的吃虧上當；

怕他身體不好，成為虛弱的藥罐子；

怕他個性內向，到頭來受人排擠……

我們了解，為人父母的您會遭遇到各種棘手的困境，於是特別聘請國內外的教育專家編寫這套「親子天地」系列，希望能幫助您培養出一個聰明、自信、健康、活潑、出類拔萃的

孩子。

我們深信，父母可以給子女兩項最珍貴的寶貝，一項是完整而無私的愛，另一項則是在世界上安身立命的工具。前者即指人格教育，也就是如何以正確的教育方式，來奠定孩子積極快樂的人格；後者乃指智能教育，也就是如何啓發孩子的潛力，成為自己領域中的佼佼者。這兩項對成功幸福的人生而言，都是必備的要件。

這套「親子天地」系列，就是以這兩大重點為主，來討論教養子女的各種問題，諸如，如何教孩子唸書，如何與孩子談性問題，如何以營養增進孩子的心智發展，如何管教孩子，如何和孩子一起玩等等……都有深入淺出的探討，並配合國內的環境與現況做進一步的分析說明。因此您買的不只是一本翻譯的書，這其中還包括許多教育專家的研究心得與寶貴經驗。

您也許不能向孩子保證，人生花園的玫瑰會永遠盛開。

但，您却可以給他一片天地，傳授他工具，教導他耕耘的方法，讓他開墾出屬於自己、繁花似錦的人生樂園。

同時，並使孩子知道，

他所享有的，

是人世間最深厚豐富的關愛。

願這套「親子天地」系列，

使您在對孩子付出「愛的關懷」之後，

能獲得「愛的回饋」。

沙
永
玲

寫給父母

某

次在一個新生兒育嬰室中，一位初為人母的女士激動地詢問著小兒科醫生：「我的寶寶情況如何了？」等她得到了醫生肯定的答覆後，她感歎地說道：「噢！我有千百個疑慮想向您請教呢？」毫不遲疑的，醫生馬上回答說：「將這些問題儘可能一個也不漏的記下來，等我回來的時候，再一一爲妳作回答。」

「育兒小百科」並非保證能解決每一個家長的所有問題，但是我們已經在內容上涵蓋了許多包括健康、安全和照顧孩童方面的有關事項，並且進行了兩年的觀察和研究。我們希望所提供的這些解決之道，能提供您有關的知識和放心的保證，並幫助您舒解在這個現代化而

充滿困擾的社會中，因教養兒童所產生的不安情緒。

初爲父母的您，是否不斷地查詢有關問題的資料，並且發現它非常難以分類呢？任何一種問題均可能有好幾種以上的解答，而且可能都是正確的答案呢！當醫生成爲您尋求資料和提供解答的最佳選擇時，那麼您應該具備照料孩子的知識，則是一件刻不容緩的事了，尤其在各種狀況下的應變能力更是如此。一個好的醫生，樂於見到父母在撫育能力和責任上逐漸成熟；正如同父親或母親樂於見到自己的孩子日益茁壯。

您絕對不要認爲向您的小兒科醫生詢問是一件靦覷的事情，而且您更不能畏於發問。本書中的所有問題和困擾，全部都是由一些初爲父母的人們所提出的，當然他們也反映出了一般的恐懼和不信任的懷疑態度。

爲本書提供解答者大都是老練的小兒科權威，他們每一位都從病人處發現了病患及家屬所欲瞭解的許多疑竇，並嘗試去爲這些問題尋求具有建設性的回答。他們的貢獻是爲本書提供了多年來的診療經驗，及對孩童健康與福利的關愛……當然也給了天下父母一份信心和快樂的禮物。

本書有些解答是由小兒科醫生採用醫學觀點來解說的，如果您對本書中所出現的任何勸告有質疑的地方，請向您的小兒科醫生徵詢意見，畢竟他較別人更瞭解您孩子的狀況。

錄

目

寫給父母

第1章	過敏症的種種	一
第2章	貧血和血液的關係	九
第3章	與動物有關的問題	一九
第4章	蚊蟲叮咬和意外傷害的處理	二九
第5章	哺育母乳的一些疑惑	三七
第6章	感冒、發燒及腺體腫大	六一
第7章	便秘與痢疾	七七
第8章	幼兒痙攣(驚風)	九五
第9章	有關尿布使用的一些症狀	九九
第10章	談談耳朵和聽覺	一〇五
第11章	靈魂之窗——眼睛	一二三
第12章	幼兒的餵食問題	一三一
第13章	從寶寶的第一步談起	一五九

第14章	幼兒的營養添加物·····	一六七
第15章	成長到自主的歷程·····	一七五
第16章	關於免疫和疫苗接種所應注意 的事項·····	一八九
第17章	稚齡兒童的養育·····	一九九
第18章	各種感染病症的處理·····	二〇七
第19章	遺傳的特徵·····	二二三
第20章	孩子受傷了！怎麼辦？·····	二三一
第21章	新生兒的有關事項·····	二三九
第22章	有毒的常春藤·····	二八三
第23章	有毒物品的處理及認識·····	二八七
第24章	與呼吸有關的問題·····	二九三
第25章	寶寶的皮膚上長了什麼？·····	三一
第26章	幼兒的社交發展與安全·····	三二七

第27章	蜂螫、寄生蟲和扁蟲·····	三三九
第28章	縫合的傷口與燒傷的處理·····	三五一
第29章	孩子吞下了異物，怎麼辦？·····	三六一
第30章	牙牙學語·····	三六七
第31章	幼兒的牙齒和出牙期所應注意 的事項·····	三七一
第32章	如何照顧剛學走步的嬰孩·····	三八三
第33章	怎樣訓練小孩如廁·····	三九九
第34章	使用維他命及氟化物的注意事 項·····	四〇九

第 1 章

過敏的種種

我的孩子將我給他的一顆阿斯匹林嘔了出來，這是否表示他對阿斯匹林產生過敏呢？

答

答案是否定的。阿斯匹林對於胃壁內側具有刺激性，同時也很少有讓一個小孩子吞服一整片的阿斯匹林錠劑的必要，特別是當他在空著胃時給他服用，是很不恰當的一件事。

阿斯匹林過敏症對一個小孩童而言，幾乎微乎其微。當有這種過敏症狀發生時，通常明顯地會產生呼吸困難、氣喘及皮膚上出疹等狀況，並且是在於服用阿斯匹林的幾分鐘到幾個鐘頭內產生上述的狀況。

問

我會聽說很多人對雞蛋產生過敏。那麼，我要如何將雞蛋配合我孩子的飲食呢？並且又如何去分辨有沒有產生過敏的狀況呢？

答

的確是有許多人對於雞蛋產生過敏，而且甚至於蛋黃或蛋白均能引起過敏的現象。無論如何，蛋白所引起的過敏現象較蛋黃來得普遍。在一枚雞蛋中，蛋黃部份是最富含營養成分的食物，它含有豐富的蛋白質、鐵質和許多十分有利的營養成份，對於寶寶的飲食供需是十分適用的。蛋黃往往是滿月後到六個月大之間的幼兒一種安全營養品。

只要有節制而且是少量供給幼兒蛋白的部份，要引起過敏的現象也是相當罕見的。由於蛋白的成份易於導致過敏，所以在孩子至少一週歲前，請儘可能不要在他的飲食中摻加蛋白的部份。

蛋黃和蛋白可以用很多種方法使之完全分離。最簡單的方法便是將雞蛋完全煮熟，然後剝開蛋白，將蛋黃取出，把蛋黃搗碎後摻入其他的食物中便可，例如摻入穀物等嬰兒食品。假使生的蛋黃和蛋白能夠徹底分離，生蛋黃亦可用以製成軟凍及布丁，這是滿六到九個月的幼兒非常好的食品。

雞蛋所引起的過敏和一般食物所引起的過敏並沒有什麼不同，它可能導致偶發性的腹瀉及嘔吐，也可能產生皮膚疹，甚至於呼吸狀況上的問題。而雞蛋過敏和其他食物過敏的差異可能只是在於嘔吐或腹瀉的過程不同罷了。

假如過敏的徵候尚未消失，我們在寶寶的飲食中便不能再加入雞蛋了；待沒有過敏的狀況時，才可以再供給雞蛋。但是如果我們發現再次供給雞蛋仍引致過敏時，我們應立即再度停止餵食雞蛋，而在停止餵食後發現過敏的症狀隨即消失時，便可以確定，引起過敏的原因的確是源自於雞蛋。當然要再去尋求可以代替雞蛋而不會引起寶寶過敏的營養食品，以補充孩子的營養需求。

問

我和我的丈夫都對於蜂蟄產生過敏症，因此必須隨身攜帶蜂蟄治療箱。請問我們的幼兒有可能也會有這種過敏嗎？我們是否要在他被蜂蟄時也採取和我們同樣的治療法呢？

答

人們或多或少都有過因蜂蟄而產生過敏的經驗，那大概都是在被蟄刺的地方長了個大疱，甚至有可能會因為喉嚨腫了起來而感到呼吸或吞嚥的困難。這些反應可能會對生命

造成威脅，但是如果在被螫刺後立即注射腎上腺素的話，便可解除這種危機。

像這一類型的反應，通常是具有遺傳性的。也就是說新生的幼兒可能因父母會產生過敏而具有相同的特性。對於幼兒的過敏同樣也是在蜂螫後立即予以注射腎上腺素，只是藥劑量要比成人的少得多，而用藥量是取決於孩子體重的輕重與否。而且此種處置的手段如果是唯一可行的話，則必須先和您的內科醫生商議過後才能採用。

有時候甚至於已採取了適當的處置，但高度過敏的孩童仍然有持續呼吸或吞嚥感到困難的現象。當有這種情形發生時，應立即交由內科醫生診治才好。

問 我對盤尼西林會產生過敏反應，不知道我的寶寶是否也會如此？

答 在大多數的病歷中，對於盤尼西林產生過敏的父母們，他們的孩子對這種抗生素反而沒什麼問題。那可能是孩子們如果不需要使用抗生素以預防感染時，有別的選擇藥品可供治療之用。

皮內注射測驗目前是最有效的決定，即使孩童也不例外。事實上，在測試是否對盤尼西林過

敏而言，這種方法的確有效。假如孩子必須接受盤尼西林的特別注射，皮內注射測試的應用是合理的處理方法，這種測試是可以預防過敏的良方，亦是常用的手段。

問 我的寶寶猛打噴嚏，如果沒有其他的任何感冒症狀時，我是否該假設他有某種過敏呢？

答 在這種狀況下，您不能假定您的寶寶正處於一種過敏的狀態。在幼兒保育階段要確定是否爲過敏的診斷是很不容易的。總而言之，假使父母之一或全部都有確實的過敏情形，幼兒便可能會延續而發展成回歸性的呼吸症候羣，例如鼻充血及大量自鼻部排出的噴嚏，那時您便可以約略地察覺出是否有鼻性的過敏存在了。

問 我的幼兒對於牛奶過敏，請問我是否應該將所有的牛奶製品及用牛奶作爲原料的食品，自她的飲食表上刪除呢？

答 倘若您的幼兒發生牛奶過敏的現象，最好的辦法就是乾脆將所有用牛奶製作的食物和產品自她的飲食中刪除。然後您可以漸次的做實驗，每隔一段時間做一次看看，大約是每

隔四到五天，給她嚐試一種新的食品，有時給她餅乾，有時給她奶粉、煉乳、脫脂奶水，或者是改變可用的奶製品——如果它們是可以逐次餵食的話。

您可以遵照醫師的指示，選用一些有效而可利用的非乳性產品，這些產品的種類十分繁多，只要這些產品不會危害到孩子的營養狀態。

對牛奶過敏的孩童通常表現出腸胃消化不良的狀況，持續性的流鼻水或是出皮膚疹（濕疹）。就孩童而言，氣喘和慢性鼻過敏往往便是由牛奶過敏所導致的。

問 我們發現經由過敏測試得知我們的孩子對小麥過敏，請問我們如何才能在她的飲食中加入替代小麥的東西呢？

答

在您寶寶的飲食中應該不可能包括了任何一種的小麥製品。您們可以在所準備的食品的商標上仔細的閱讀，確定那種小麥類的製品在製造過程中沒有經再製造的手續。要知

道，好的營養食品對於孩子的正常成長和發育是十分重要的，而這種目標是有可能須要依賴除了小麥以外的各種食物。像麵包、麥片粥和餅乾是由穀物所製成的，也可以採用裸麥、稻米、大豆