

让病魔 远离宝宝

小儿常见病的防与治

总策划 杨建峰
主 编 柴瑞震



28 种小儿易发症状、53 种小儿常见疾病、14 种儿童常见意外伤害

看妈妈用巧手将危害宝宝的病魔一网打尽！

江西科学技术出版社



让病魔远离宝宝

小儿常见病的防与治



| 总策划 杨建峰 主 编 柴瑞震 |



妈妈再也不用
担心我的健康

图书在版编目 (CIP) 数据

让病魔远离宝宝：小儿常见病的防与治 / 柴瑞震主编. — 南昌：江西科学技术出版社, 2014.4
ISBN 978-7-5390-5025-6

I. ①让… II. ①柴… III. ①小儿疾病—常见病—防治 IV. ①R72

中国版本图书馆CIP数据核字 (2014) 第045718号

国际互联网 (Internet) 地址：

<http://www.jxkjcs.com>

选题序号：KX2014022

图书代码：D14034-101

让病魔远离宝宝：小儿常见病的防与治

柴瑞震主编

出 版 江西科学技术出版社

社 址 南昌市蓼洲街2号附1号

邮编：330009 电话：(0791) 86623491 86639342 (传真)

印 刷 北京新华印刷有限公司

总 策 划 杨建峰

项目统筹 陈小华

责任印务 高峰 苏画眉

设 计  松雪图文 王进

经 销 各地新华书店

开 本 787mm × 1092mm 1/16

字 数 260千字

印 张 16

版 次 2014年6月第1版 2014年6月第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-5390-5025-6

定 价 28.80元 (平装)

赣版权登字号-03-2014-78

版权所有，侵权必究

(赣科版图书凡属印装错误，可向承印厂调换)

(图文提供：金版文化 本书所有权益归北京时代文轩)

目录

CONTENT



Part 1

宝宝出现这些症状该怎么办

呼吸道症状

咳嗽.....	014
呼吸困难.....	020
喘鸣.....	022
鼻塞或流涕.....	024
鼻血.....	026
咽喉疼痛.....	028

消化系统症状

食欲低下.....	030
呕吐.....	036
腹痛.....	038
腹胀.....	040
便秘.....	044
腹泻.....	050
便血.....	056
血尿.....	058

皮肤症状

湿疹.....	060
皮肤青紫.....	066
虫咬皮炎.....	068
出血或瘀斑.....	072
瘙痒.....	074
黄疸.....	078
水肿.....	080

运动系统症状

生长痛.....	084
背部疼痛.....	087
肌肉疼痛.....	088

其他常见症状

发热.....	090
头痛.....	094
多汗.....	096
牙痛.....	098



Part 2

常见呼吸系统疾病

急性上呼吸道感染

大多是由病毒引起.....	102
上呼吸道感染主要症状.....	102
妈妈应该这样护理.....	102
预防以增强体质为主.....	102
增强体质、抗病毒食疗方.....	103
萝卜炖排骨.....	103

蘑菇豆腐汤.....	103
虾米姜丝粥.....	103
冬瓜银杏粥.....	104
白菜玉米粥.....	104
生菜鸡丝面.....	104
蘑菇海鲜浓汤.....	105
鲈鱼西蓝花粥.....	105





姜糖茶..... 105

急性感染性喉炎

喉炎是喉头感染所引起..... 106

喉炎起病急, 症状重..... 106

护理以保护咽喉为主..... 106

怎样才能做好预防..... 106

防治急性感染性喉炎食疗方..... 107

胡萝卜汁米粉..... 107

白茅根冬瓜汤..... 107

杏仁豆浆..... 107

猩红热

病因..... 108

红疹发热为主症状..... 108

隔离是妈妈护理的关键..... 108

通风换气防传染..... 108

防治猩红热食疗方..... 109

柠檬油菜汁..... 109

黄瓜鸽蛋汤..... 109

淮山绿豆汤..... 109

小儿结核病

由结核杆菌引起..... 110

以低热和中毒症状为主..... 110

妈妈应该这样护理..... 110

小儿结核重在预防..... 110

防治结核病食疗方..... 111

夏枯草瘦肉汤..... 111

核桃银杏粥..... 111

牛奶面包粥..... 111

百日咳

百日咳杆菌是其病因..... 112

百日咳症状分三期..... 112

从以下方面着手护理..... 112

预防以疫苗为主..... 112

防治百日咳食疗方..... 113

川贝蜜瓜..... 113

菊花雪梨黄豆浆..... 113

马蹄汁..... 113

急性支气管炎

支气管发生炎症..... 114

咳嗽是主要症状..... 114

保护支气管免受刺激..... 114

急性支气管炎的预防..... 114

润肺止咳食疗方..... 115

白萝卜汤..... 115

枸杞川贝花生粥..... 115

金橘柠檬苦瓜汁..... 115

支气管肺炎

以病毒或细菌感染为主..... 116

主要症状..... 116

妈妈的日常护理..... 116

宝宝预防重在锻炼..... 116

防治支气管肺炎食疗方..... 117

无花果红薯黑米粥..... 117

甘蔗雪梨牛奶..... 117

大米百合马蹄豆浆..... 117

支气管哮喘

大部分哮喘是过敏性的..... 118

以反复发作的喘息为主..... 118

妈妈应该这么做..... 118

避免接触过敏原..... 118

防治支气管哮喘食疗方..... 119

雪莲果银耳甜汤..... 119

肉末丝瓜..... 119

核桃冰糖炖梨..... 119

百部白果炖鸭肉..... 120

黄芪牛肉蔬菜汤..... 120

润肺乌龙面..... 120





Part 3

常见消化系统疾病

肠套叠

引起肠套叠的原因.....	122
腹痛是主要表现.....	122
肠套叠的日常护理.....	122
健康饮食是预防的关键.....	122
防治肠套叠的食疗方.....	123
香煎牛奶糊.....	123
果味麦片粥.....	123
豆腐酪.....	123

急性阑尾炎

引起急性阑尾炎的原因.....	124
定点腹痛是特征表现.....	124
急性阑尾炎的护理.....	124
急性阑尾炎的预防.....	124
防治急性阑尾炎的食疗方.....	125
果汁白菜.....	125
什锦菜粥.....	125
冬瓜火腿片汤.....	125

急性细菌性痢疾

细菌感染是主要原因.....	126
腹泻是主要症状.....	126
细菌性痢疾的日常护理.....	126
增强免疫力是预防关键.....	126
防治细菌性痢疾的食疗方.....	127

大蒜金银花茶.....	127
蓝莓山药泥.....	127
黄花菜马齿苋汤.....	127

轮状病毒性肠炎

由轮状病毒引起的肠炎.....	128
腹泻是主要表现特征.....	128
主要从饮食方面做护理.....	128
注意卫生是预防的根本.....	128
抗轮状病毒感染的食疗方.....	129

胡萝卜肉末粥.....	129
黄连白头翁粥.....	129
木耳菜山楂粥.....	129

幽门螺旋杆菌感染

幽门螺旋杆菌感染引起.....	130
消化道症状是主要表现.....	130
日常护理.....	130
大便通畅是预防的关键.....	130
防治幽门螺旋杆菌感染的食疗方.....	131

焦米党参护胃茶.....	131
生姜米醋炖木瓜.....	131
玉米虾仁汤.....	131
鲈鱼笋块汤.....	132
山药芡实猪肉粥.....	132
鲜虾蛋粥.....	132



Part 4

常见循环系统疾病

病毒性心肌炎

病毒感染是主要原因.....	134
心脏不适是主要表现.....	134
保证休息是护理要点.....	134
提高免疫力是预防关键.....	134

防治病毒性心肌炎的食疗方.....	135
-------------------	-----

蒸苹果.....	135
乳酪香蕉羹.....	135
黄芪鸡汁粥.....	135





川崎病

引起川崎病的相关因素	136
出疹是主要表现	136
川崎病的日常护理	136
川崎病的主要预防	136
防治川崎病的食疗方	137
紫菜虾米粥	137
柏子仁大米羹	137
苹果葡萄干牛奶	137

儿童风湿热

与溶血性链球菌有关	138
儿童风湿热的多种表现	138
儿童风湿热的家庭护理	138
预防感染	138
防治儿童风湿热的食疗方	139

什锦芦笋	139
阿胶牛肉汤	139
鸭肉玉米粥	139

先天性心脏病

先天性心脏病的病因	140
要勤观察，早发现	140
宝宝在家的护理	140
孕期保健是预防的根本	140
强心壮体食疗方	141
凉拌嫩芹菜	141
龙眼鸡片	141
茶树菇红枣乌鸡汤	141
鸡丁玉米粥	142
鸡蛋炒土豆	142
复方鱼腥草粥	142



Part 5

常见泌尿系统疾病

肾病综合征

肾病综合征的主要病因	144
三高一低是主要表现	144
饮食护理是重点	144
增强免疫是预防的关键	144
防治肾病综合征的食疗方	145

牡蛎豆腐羹	145
柠檬红枣炖鲈鱼	145
猪腰山药薏米粥	145

泌尿道感染

主要由细菌感染引起	146
主要表现	146
泌尿道感染的日常护理	146
多饮水是预防的关键	146
防治泌尿道感染的食疗方	147

西红柿炒鸡蛋	147
银芽烩蛤蜊	147
薏苡仁煮土豆	147

上汤黄花菜	148
菊花猪肝汤	148
干贝蔬菜粥	148
白果猪肾粥	149
红枣菊花羹	149
西瓜芦荟汁	149

急性肾小球肾炎

溶血性链球菌感染	150
排尿异常是主要特点	150
护理方法	150
防治感染是预防的根本	150
防治急性肾小球肾炎的食疗方	151

薏米瓜皮鲫鱼汤	151
糯米黑豆粥	151
杜仲桂枝粥	151
芙蓉嫩蛋	152
山药莲子米浆	152
核桃枸杞五味子饮	152





Part 6 | 常见神经内分泌系统疾病

癫痫

引起癫痫的原因	154
抽搐是主要表现	154
保证安全是护理的关键	154
癫痫的预防	154
镇静安神的食疗方	155

花生核桃猪骨汤	155
红枣柏子仁小米粥	155
养心安神茶	155

化脓性脑膜炎

由脑膜炎球菌引起	156
颅内压增高是主要表现	156
呼吸道通畅是护理要点	156
预防感染是关键	156
防治化脓性脑膜炎的食疗方	157

花生香菇煲鸡爪	157
鱼末豆腐粥	157
蔬菜蛋黄布丁	157

遗尿症

心理因素是主要原因	158
尿床是遗尿症的特点	158
遗尿症的日常护理	158
纠正尿床是预防的关键	158
遗尿症的食疗方	159

乌药缩尿茶	159
白果玉竹猪肝汤	159
绿豆三仁小米粥	159

矮小症

引起矮小症的原因	160
矮小症表现	160
矮小症的日常护理	160
预防为主	160
防治矮小症的食疗方	161
虾仁海带汤	161

黄豆大骨汤	161
排骨青菜粥	161

甲状腺功能减退

甲状腺功能减退的原因	162
代谢减慢是主要表现	162
生活护理是关键	162
甲状腺功能减退的预防	162
防治甲状腺功能减退的食疗方	163

排骨海带煲鸡	163
奶香水果燕麦粥	163
虾仁馄饨	163

甲状腺功能亢进

主要原因	164
突眼是表现特征	164
心理支持是护理的要点	164
甲状腺功能亢进的预防	164
防治甲状腺功能亢进的食疗方	165

猪肝肉饼	165
芝麻花生杏仁粥	165
芹菜芦笋汁	165

儿童1型糖尿病

主要病因	166
主要表现	166
控制血糖是护理要点	166
儿童1型糖尿病的预防	166
防治儿童1型糖尿病的食疗方	167

橄榄油拌西芹玉米	167
冬瓜鲫鱼汤	167
黑芝麻麦仁粥	167

儿童2型糖尿病

肥胖是危险因素	168
主要表现	168
控制饮食是护理要点	168
健康饮食是预防的关键	168

防治儿童2型糖尿病的食疗方.....	169
紫甘蓝拌海蜇丝.....	169
薏米麦仁粥.....	169
鸡蛋燕麦糊.....	169

低血糖

引起低血糖的主要原因.....	170
无力是低血糖的特点.....	170
出现低血糖的急救.....	170
如何预防低血糖.....	170

预防低血糖的食疗方.....	171
----------------	-----

红薯玉米粥.....	171
糙米绿豆红薯粥.....	171
香菜杂粮粥.....	171

高热惊厥

高热惊厥的常见病因.....	172
抽搐是高热惊厥的特征.....	172
降温和安全是护理要点.....	172

及时控制体温预防惊厥.....	172
消暑降温的食疗方.....	173
桑叶菊花饮.....	173
柳橙梨子乳酪汁.....	173
牛奶蛋黄粥.....	173

小儿瘰病

小儿瘰病的常见病因.....	174
烦躁和痉挛为特征表现.....	174
小儿瘰病的护理.....	174
好的教育是预防的关键.....	174

防治瘰病的食疗方.....	175
---------------	-----

鸡丝炒百合金针.....	175
酸枣仁粳米羹.....	175
百合香蕉饮.....	175
南北杏无花果煲排骨.....	176
当归郁金猪蹄汤.....	176
榛子枸杞桂花粥.....	176



Part 7

常见五官科疾病

手足口病

柯萨奇病毒感染引起.....	178
手足口病的表现症状.....	178
手足口病应该这样护理.....	178
手足口病预防是关键.....	178

防治手足口病的食疗方.....	179
-----------------	-----

蒲公英清凉茶.....	179
山药荷叶大米粥.....	179
芦荟白梨粥.....	179

鹅口疮

白色念珠菌感染是主因.....	180
鹅口疮的症状表现.....	180
护理以保护口腔为主.....	180
鹅口疮的发生重在预防.....	180

防治鹅口疮的食疗方.....	181
----------------	-----

冰糖芦荟羹.....	181
------------	-----

绿豆菊花汤.....	181
雪梨蜂蜜苦瓜汁.....	181

溃疡性口炎

溃疡性口炎的产生原因.....	182
溃疡性口炎的症状表现.....	182
溃疡性口炎的日常护理.....	182
溃疡性口炎这样预防.....	182

防治溃疡性口炎的食疗方.....	183
------------------	-----

苦瓜菠萝汤.....	183
大米绿豆粥.....	183
百合椰奶汁.....	183

疱疹性口炎

由疱疹病毒感染引起.....	184
疱疹性口炎的特征表现.....	184
疱疹性口炎的护理.....	184
疱疹性口炎重在预防.....	184



防治疱疹性口炎的食疗方.....	185
银耳木瓜羹.....	185
薏米小麦胚芽奶.....	185
芦荟汁.....	185
流行性腮腺炎	
由腮腺炎病毒引起.....	186
表现特征.....	186
日常护理.....	186
重在预防.....	186
防治流行性腮腺炎的食疗方.....	187
绿豆菊花茶.....	187
黄连冬瓜鱼片汤.....	187
苦瓜皮蛋枸杞粥.....	187
鼻炎	
鼻炎的常见原因.....	188
鼻炎的症状表现.....	188
妈妈这样护理鼻炎宝宝.....	188
鼻炎的发生重在预防.....	188
防治鼻炎的食疗方.....	189
金橘枇杷雪梨汤.....	189
葱白红枣鸡肉粥.....	189
牛蒡红薯面.....	189
龋齿	
口腔不洁是诱发因素.....	190
疼痛是龋齿的主要表现.....	190
龋齿的日常护理.....	190
如何预防龋齿的发生.....	190
防治龋齿的食疗方.....	191
绿茶.....	191
红烧双菇.....	191
芹菜红枣汤.....	191
结膜炎	
引起结膜炎的原因.....	192
结膜炎的常见症状表现.....	192
结膜炎的日常护理.....	192
结膜炎的发生重在预防.....	192
防治结膜炎的食疗方.....	193
灯芯草雪梨汤.....	193

薄荷西米粥.....	193
苦瓜汁.....	193
近视	
不良生活习惯是主因.....	194
视远物不清是主要表现.....	194
近视眼应该这样护理.....	194
养成良好的用眼习惯.....	194
预防近视的食疗方.....	195
猪肝瘦肉泥.....	195
三色肝末.....	195
胡萝卜柑橘汁.....	195
斜视	
斜视产生的主要原因.....	196
斜视的主要表现.....	196
妈妈应该这样护理.....	196
斜视的预防.....	196
预防斜视的食疗方.....	197
猪肝土豆泥.....	197
核桃枸杞甜粥.....	197
胡萝卜青菜饭卷.....	197
散光	
散光发生的原因.....	198
散光的常见表现特征.....	198
散光的日常护理.....	198
散光的出现重在预防.....	198
防治散光的食疗方.....	199
清炒白灵菇.....	199
三色蔬菜萝卜卷.....	199
芝麻豌豆羹.....	199
苦瓜猪肝汤.....	200
菠菜猪肝煲木耳.....	200
菊花决明饮.....	200





Part 8

常见皮肤疾病

痱子

汗孔阻塞引起炎症.....	202
痱子的常见症状表现.....	202
日常如何护理痱子.....	202
皮肤清洁防痱子.....	202
防治痱子的食疗方.....	203

酸奶水果沙拉.....	203
蜜汁苦瓜.....	203
芦笋百合.....	203
芦笋炒银耳.....	204
西红柿焖冬瓜.....	204
白菜冬瓜汤.....	204
排骨冬瓜汤.....	205
枣泥小米粥.....	205
牛奶芦荟稀粥.....	205

荨麻疹

荨麻疹多因过敏所致.....	206
瘙痒是主要表现.....	206
预防重在提高免疫力.....	206
妈妈应该这样护理.....	206
防治荨麻疹的食疗方.....	207

苦瓜豆腐汤.....	207
苦瓜绿豆汤.....	207
白萝卜海带汤.....	207

风疹

风疹病毒引起的传染病.....	208
风疹的症状表现.....	208
护理时要注意避免抓挠.....	208
尽量少去公共场所.....	208
防治风疹的食疗方.....	209

薏米红枣菊花粥.....	209
当归马蹄粥.....	209
苦瓜银耳汤.....	209

麻疹

麻疹病毒引起麻疹.....	210
出红疹丘疹是主要表现.....	210
麻疹的日常护理.....	210

预防重在增强免疫力.....	210
----------------	-----

防治麻疹的食疗方.....	211
----------------------	------------

胡萝卜丝炒豆芽.....	211
百合三豆浆.....	211
胡萝卜瘦肉粥.....	211

婴儿玫瑰疹

HHV-6引起玫瑰疹.....	212
高热是其主要症状.....	212
妈妈应该这么护理.....	212
预防重在增强免疫力.....	212

防治婴儿玫瑰疹的食疗方.....	213
-------------------------	------------

薏米绿豆汤.....	213
香菇薏米粥.....	213
草莓苹果汁.....	213

脓包疮

脓包疮的病因.....	214
脓包疮的症状表现.....	214
保护宝宝皮肤完整.....	214
保持宝宝清洁卫生.....	214

防治脓包疮的食疗方.....	215
-----------------------	------------

杏仁炒苦瓜.....	215
绿豆奶粥.....	215
黄瓜汁.....	215

水痘

带状疱疹病毒引起水痘.....	216
水痘的主要症状.....	216
宝宝在家应隔离治疗.....	216
妈妈要做好预防.....	216

防治水痘的食疗方.....	217
----------------------	------------

马齿苋炒黄豆芽.....	217
芦荟炒玉米粒.....	217
油菜炒鸡片.....	217
金银花绿豆汤.....	218
红枣核桃米糊.....	218
黄瓜苹果汁.....	218



Part 9 | 常见营养性疾病

营养不良

喂养不当是重要原因	220
营养不良的主要症状	220
妈妈应该这样护理	220
合理膳食预防营养不良	220

补充营养食疗方

南瓜盅肉排	221
肉末胡萝卜炒青豆	221
水蜜桃排骨	221
环玉狮子头	222
双笋炒猪肚	222
尖笋炒肝	222
哈密瓜炒牛肉	223
黄花鸡丝	223
素心菜	223
虾仁脆腰果	224
蘑菇炖豆腐	224
四川炖酥肉	224
莲藕排骨汤	225
银耳莲子羹	225
猪肝鱼肉汤	225

肥胖

引起肥胖的原因	226
肥胖症的孩子爱吃	226
孩子肥胖，妈妈怎么做	226
预防孩子肥胖症	226

减肥食疗方

爽口莴笋丝	227
素拌绿豆芽	227
芥末拌娃娃菜	227
蔬菜沙拉	228
彩椒炒黄瓜	228
虾皮炒冬瓜	228
什锦菠菜面	229

菠萝苹果汁	229
-------	-----

芹菜白萝卜汁	229
--------	-----

缺铁性贫血

引起缺铁性贫血的原因	230
缺铁性贫血的主要症状	230
妈妈应该这样做	230
饮食上补充含铁食物	230

补铁食疗方

凉拌菠菜	231
菠菜炖豆腐	231
猪血豆腐青菜汤	231
猪肝炒花菜	232
菠菜炒猪肝	232
菠萝咕嚕肉	232
炖羊肉	233
牛肉罗宋汤	233
鸡肝面条	233

锌缺乏症

偏食挑食致锌缺乏	234
缺锌宝宝的症状	234
饮食方面补充锌	234
偏食习惯要改正	234

补锌食疗方

虾米白萝卜丝	235
香菜胡萝卜丝	235
海蜇拌黄花菜	235
黄芽青豆瘦肉汤	236
山楂鱼块	236
四宝鳕鱼丁	236
清汤北极贝	237
牡蛎汤	237
果仁粥	237

小儿佝偻病

主因是缺乏维生素D	238
-----------	-----

小儿佝偻病主要症状.....	238
妈妈应该这样做.....	238
多晒太阳防佝偻.....	238
佝偻病食疗方.....	239
软煎鸡肝.....	239

猪肝熘丝瓜.....	239
豆腐紫菜鲫鱼汤.....	239
鳕鱼香菇青菜粥.....	240
鸡肝土豆粥.....	240
蛋黄银丝面.....	240



Part 10 | 儿童常见意外伤害

溺水

溺水的急救措施.....	242
溺水的症状.....	242
引发溺水的原因.....	243
加强安全防范意识是最有效 的预防措施.....	243

烫伤

冷却烫伤部位是急救的关键.....	244
有效预防烫伤的方法.....	244
烫伤的不同程度及其表现.....	244

骨折

识别小孩是否骨折的方法.....	245
小孩骨折的急救处理.....	245
小孩骨折的分类.....	245

扭伤

小孩扭伤的症状.....	246
小孩扭伤的处理方式.....	246
注重生活细节预防小孩扭伤.....	246

触电

小孩触电时家长怎么做.....	247
引起小孩触电的三个原因.....	247
如何防止小孩触电.....	247

气管异物吸入

家长应对异物吸入的急救方法.....	248
异物吸入的现场判断.....	248
异物吸入完全可以预防、避免.....	248

异物入耳

小孩异物入耳的急救办法.....	249
生活中应如何防止异物入耳.....	249

如何辨别是否有异物入耳.....	249
------------------	-----

果冻引发窒息

果冻引发窒息的急救攻略.....	250
如何避免果冻引发窒息.....	250
为什么果冻会引发小孩窒息.....	250

蒙被综合征

如何判断出现蒙被综合征.....	251
蒙被综合征怎样救治.....	251
轻松透气是预防的首要原则.....	251

煤气中毒

煤气中毒的抢救步骤.....	252
引发煤气中毒的原因.....	252
时刻警惕，预防煤气中毒.....	252

食物中毒

小孩食物中毒怎么办.....	253
哪些食物会引起中毒.....	253
注意饮食卫生可预防食物中毒.....	253

药物中毒

小孩药物中毒的常见症状.....	254
如何抢救药物中毒的小孩.....	254
避免小孩药物中毒的几种办法.....	254

宠物咬伤

宠物咬伤的急救方法.....	255
小孩被宠物咬伤的表现.....	255
如何避免宠物咬伤.....	255

中暑

小孩中暑后如何急救.....	256
不同中暑类型的表现.....	256
合理护理，预防中暑.....	256



让病魔远离宝宝

小儿常见病的防与治



| 总策划 杨建峰 主 编 柴瑞震 |



妈妈再也不用
担心我的健康

图书在版编目 (CIP) 数据

让病魔远离宝宝：小儿常见病的防与治 / 柴瑞震主编. — 南昌：江西科学技术出版社, 2014.4
ISBN 978-7-5390-5025-6

I. ①让… II. ①柴… III. ①小儿疾病—常见病—防治 IV. ①R72

中国版本图书馆CIP数据核字 (2014) 第045718号

国际互联网 (Internet) 地址:

<http://www.jxkjcs.com>

选题序号: KX2014022

图书代码: D14034-101

让病魔远离宝宝：小儿常见病的防与治

柴瑞震主编

出 版 江西科学技术出版社

社 址 南昌市蓼洲街2号附1号

邮编: 330009 电话: (0791) 86623491 86639342 (传真)

印 刷 北京新华印刷有限公司

总 策 划 杨建峰

项目统筹 陈小华

责任印务 高峰 苏画眉

设 计 徽 松雪图文 王进

经 销 各地新华书店

开 本 787mm × 1092mm 1/16

字 数 260千字

印 张 16

版 次 2014年6月第1版 2014年6月第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-5390-5025-6

定 价 28.80元 (平装)

赣版权登字号-03-2014-78

版权所有, 侵权必究

(赣科版图书凡属印装错误, 可向承印厂调换)

(图文提供: 金版文化 本书所有权益归北京时代文轩)

目录

CONTENT



Part 1

宝宝出现这些症状该怎么办

呼吸道症状

咳嗽.....	014
呼吸困难.....	020
喘鸣.....	022
鼻塞或流涕.....	024
鼻血.....	026
咽喉疼痛.....	028

消化系统症状

食欲低下.....	030
呕吐.....	036
腹痛.....	038
腹胀.....	040
便秘.....	044
腹泻.....	050
便血.....	056
血尿.....	058

皮肤症状

湿疹.....	060
皮肤青紫.....	066
虫咬皮炎.....	068
出血或瘀斑.....	072
瘙痒.....	074
黄疸.....	078
水肿.....	080

运动系统症状

生长痛.....	084
背部疼痛.....	087
肌肉疼痛.....	088

其他常见症状

发热.....	090
头痛.....	094
多汗.....	096
牙痛.....	098



Part 2

常见呼吸系统疾病

急性上呼吸道感染

大多是由病毒引起.....	102
上呼吸道感染主要症状.....	102
妈妈应该这样护理.....	102
预防以增强体质为主.....	102
增强体质、抗病毒食疗方.....	103
萝卜炖排骨.....	103

蘑菇豆腐汤.....	103
虾米姜丝粥.....	103
冬瓜银杏粥.....	104
白菜玉米粥.....	104
生菜鸡丝面.....	104
蘑菇海鲜浓汤.....	105
鲈鱼西蓝花粥.....	105





姜糖茶..... 105

急性感染性喉炎

喉炎是喉头感染所引起..... 106

喉炎起病急，症状重..... 106

护理以保护咽喉为主..... 106

怎样才能做好预防..... 106

防治急性感染性喉炎食疗方..... 107

胡萝卜汁米粉..... 107

白茅根冬瓜汤..... 107

杏仁豆浆..... 107

猩红热

病因..... 108

红疹发热为主症状..... 108

隔离是妈妈护理的关键..... 108

通风换气防传染..... 108

防治猩红热食疗方..... 109

柠檬油菜汁..... 109

黄瓜鸽蛋汤..... 109

淮山绿豆汤..... 109

小儿结核病

由结核杆菌引起..... 110

以低热和中毒症状为主..... 110

妈妈应该这样护理..... 110

小儿结核重在预防..... 110

防治结核病食疗方..... 111

夏枯草瘦肉汤..... 111

核桃银杏粥..... 111

牛奶面包粥..... 111

百日咳

百日咳杆菌是其病因..... 112

百日咳症状分三期..... 112

从以下方面着手护理..... 112

预防以疫苗为主..... 112

防治百日咳食疗方..... 113

川贝蜜瓜..... 113

菊花雪梨黄豆浆..... 113

马蹄汁..... 113

急性支气管炎

支气管发生炎症..... 114

咳嗽是主要症状..... 114

保护支气管免受刺激..... 114

急性支气管炎的预防..... 114

润肺止咳食疗方..... 115

白萝卜汤..... 115

枸杞川贝花生粥..... 115

金橘柠檬苦瓜汁..... 115

支气管肺炎

以病毒或细菌感染为主..... 116

主要症状..... 116

妈妈的日常护理..... 116

宝宝预防重在锻炼..... 116

防治支气管肺炎食疗方..... 117

无花果红薯黑米粥..... 117

甘蔗雪梨牛奶..... 117

大米百合马蹄豆浆..... 117

支气管哮喘

大部分哮喘是过敏性的..... 118

以反复发作的喘息为主..... 118

妈妈应该这么做..... 118

避免接触过敏原..... 118

防治支气管哮喘食疗方..... 119

雪莲果银耳甜汤..... 119

肉末丝瓜..... 119

核桃冰糖炖梨..... 119

百部白果炖鸭肉..... 120

黄芪牛肉蔬菜汤..... 120

润肺乌龙面..... 120

