



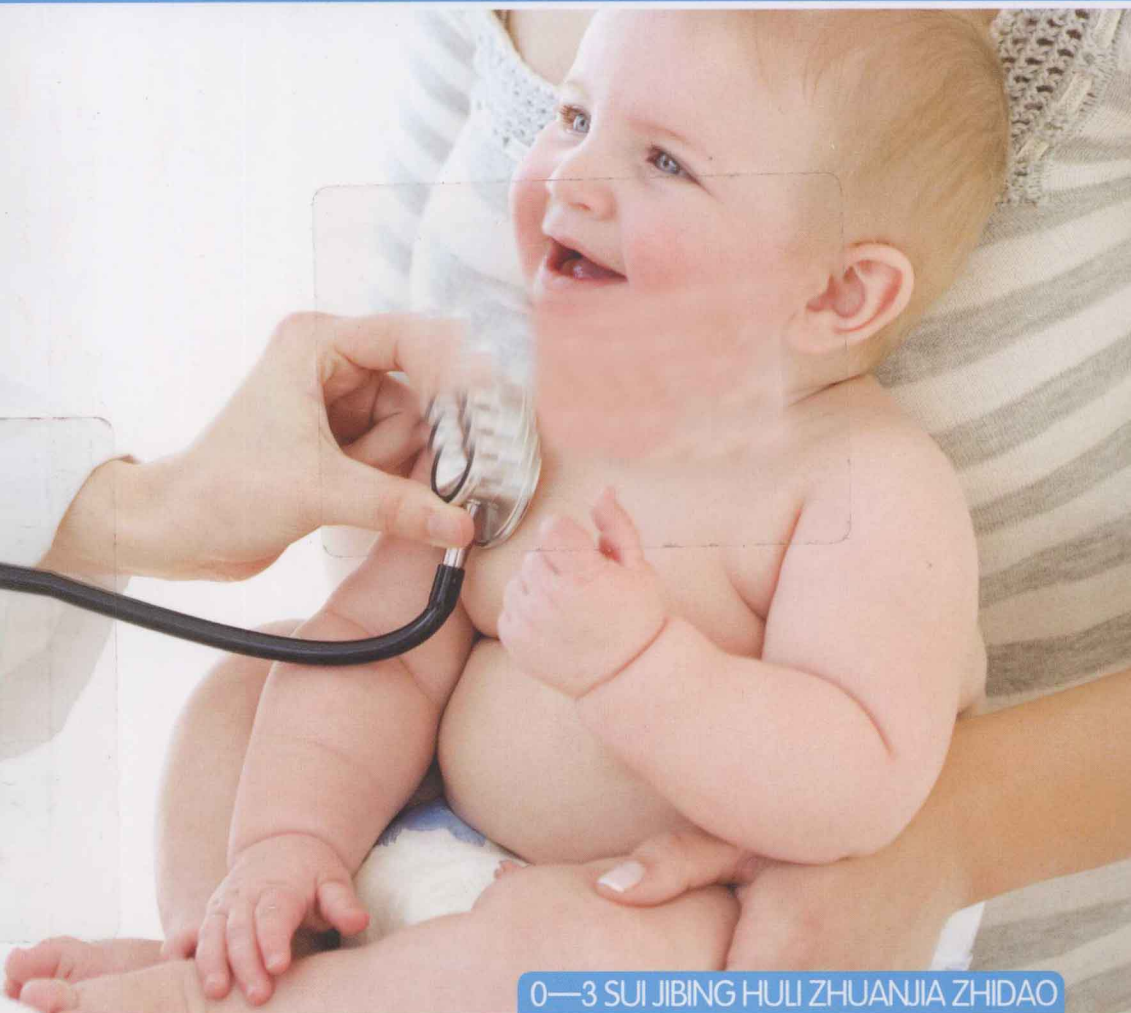
家藏天下

0—3岁



疾病护理专家 指导

关爱全家人的身心健康 ■ 缔造新生命的快乐成长 ■ 引领优质生活的时尚指南 ■ 开创完美的阅读空间
■ 做您身边的健康顾问 ■ 为您答疑解惑常伴身边



0—3 SUI JIBING HULI ZHUANJIA ZHIDAO

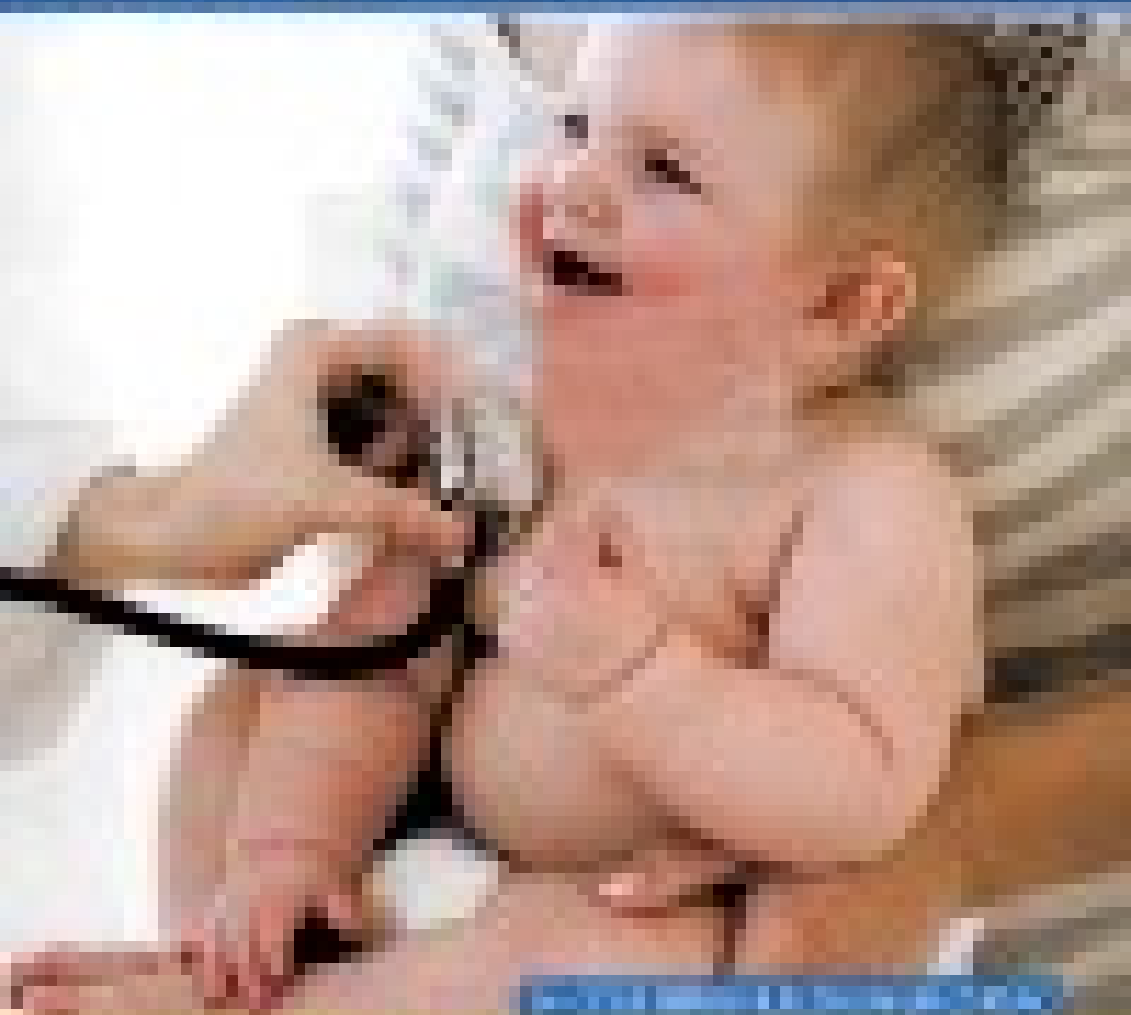


哈尔滨出版社

家庭天下

疾病护理与预防

1. 新生儿护理 2. 婴幼儿护理 3. 儿童护理 4. 青少年护理 5. 成人护理 6. 老年护理 7. 慢性病护理 8. 急救护理 9. 心理护理 10. 康复护理 11. 社区护理 12. 临终关怀 13. 传染病护理 14. 肿瘤护理 15. 器官移植护理 16. 围手术期护理 17. 疼痛护理 18. 临终关怀 19. 安宁疗护 20. 临终关怀



中国医药出版社

0—3岁疾病护理
专家指导



图书在版编目(CIP)数据

0—3 岁疾病护理专家指导 / 崔钟雷主编. — 哈尔滨
: 哈尔滨出版社, 2010.7
(家藏天下)
ISBN 978-7-5484-0127-8

I. ①0… II. ①崔… III. ①小儿疾病 - 防治 - 基本知识 IV. ①R72

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 074923 号

家 藏 天 下。

书 名: 0—3 岁疾病护理专家指导

主 编: 崔钟雷

副 主 编: 王丽萍 范秀楠 安 阳

责任编辑: 王乃铮 李毅男

责任审校: 陈大霞

装帧设计: 稻草人工作室 

出版发行: 哈尔滨出版社 (Harbin Publishing House)

社 址: 哈尔滨市香坊区泰山路 82-9 号 邮编: 150090

经 销: 全国新华书店

印 刷: 北京朝阳新艺印刷有限公司

网 址: www.hrbcbbs.com www.mifengniao.com

E-mail: hrbcbbs@yeah.net

编辑版权热线: (0451) 87900272 87900273

邮购热线: (0451) 87900345 87900299 87900220 (传真) 或登录蜜蜂鸟网站购买

销售热线: (0451) 87900201 87900202 87900203

开 本: 889 × 1194 1/16 印张: 13.5 字数: 170 千字

版 次: 2010 年 7 月第 1 版

印 次: 2010 年 7 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5484-0127-8

定 价: 19.90 元

凡购本社图书发现印装错误, 请与本社印制部联系调换。服务热线: (0451) 87900278

本社法律顾问: 黑龙江佳鹏律师事务所

前言

在物质生活越来越丰富的今天,人们在追求物质基础的同时,更加向往获得身体的健康和内心的安宁。的确,让自己拥有健康,让自己保持健康,是一件幸福的事。而让自己和家人生活得快乐、健康,则是每个人送给自己和家人最好的礼物。

怀着这样美好的愿望,我们特地编写了这套《家藏天下》丛书。她像是一位益友,在你身体不舒服的时候,只要牢记她的叮嘱,必定可以使你重新绽放笑颜;她像是一位智者,将她所知道的养生知识倾囊相授,让你为自己的健康负起责任来,树立起“关爱生命,远离疾病”的观念,并且在追求长寿的道路上获益良多;她更像是一位常住家中的私人医生,随时随地为你的健康出谋划策,保证健康常伴左右。因为有了她的存在,家庭主妇再也不必劳苦于厨房之中,学会书中的妙招就能轻松搞定;因为有了她的存在,读者朋友可以通过自我按摩,从此远离亚健康;因为有了她的存在,新手妈妈不再无助,书中的喂养知识和智力开发方法可以让宝宝茁壮成长;因为有了她的存在,中年人可以健康常在,老年人可以笑口常开。

罗丹曾说,生活中不是缺少美,而是缺少发现美的眼睛。生活的美千姿百态,绚丽缤纷,只要你细心观察,用心体验,平淡繁杂的生活就能变得井井有条、情趣丰富。我们衷心地希望读者能在《家藏天下》中感受到生活的一种从容之美。

目录

Contents

PART 1	新生儿疾病及日常护理	13
PART 2	宝宝常见疾病的防治和护理	45
PART 3	宝宝各时期的家庭护理	115
PART 4	宝宝家庭用药常识	157
PART 5	宝宝免疫知识课堂	173
PART 6	宝宝常见意外与急救	185

PART1 新生儿疾病及日常护理

一、新生宝宝的生长发育

1. 新生宝宝的概念	14	10. 新生宝宝对外界刺激的 感觉程度	17
2. 阿普达(Apgar)评分	14	二、新生儿常见疾病的防治	
3. 新生宝宝的头部	15	1. 新生宝宝窒息	18
4. 新生宝宝的皮肤	15	2. 新生宝宝硬肿症	19
5. 新生宝宝的脐带	15	3. 新生宝宝败血症	20
6. 新生宝宝的呼吸	16	4. 新生宝宝化脓性脑膜炎	21
7. 新生宝宝的心率	16	5. 新生宝宝缺氧缺血性脑病 ...	22
8. 新生宝宝的体温	16	6. 新生宝宝破伤风	23
9. 新生宝宝的排便状况	17		

7. 新生儿宝宝肺膨胀不全	24	2. 新生宝宝的正确喂养	34
8. 新生儿宝宝肺炎	24	3. 小心为宝宝选择奶嘴	36
9. 新生儿宝宝湿肺症	25	4. 正确应对宝宝吐奶	36
10. 新生儿宝宝脱水热	26	5. 小心处理宝宝打嗝儿	37
11. 新生儿宝宝黄疸	26	6. 新生儿宝宝睡觉的正确体位 ...	37
12. 新生儿宝宝脐炎	28	7. 注意新生宝宝的保暖	38
13. 新生儿宝宝坏死性小肠结肠炎 ...	29	8. 新生儿宝宝五官的护理	39
14. 新生儿宝宝溶血病	29	9. 预防新生儿宝宝感染	39
15. 新生儿宝宝低血糖	30	10. 正确护理早产儿	40
16. 新生儿宝宝尿布疹	31	11. 正确护理小样儿	41
17. 新生儿宝宝鹅口疮	32	12. 正确护理巨大儿	41
18. 新生儿宝宝乳腺炎	32	13. 给新生儿宝宝洗澡时的 注意事项	42
19. 新生儿宝宝腹泻	33	14. 慎重选择新生宝宝的尿布 ...	43
20. 新生儿宝宝克汀病	33	15. 尽早判断新生儿宝宝是否生病 ...	44
三、新生儿宝宝日常科学护理			
1. 新生儿宝宝应及时接种疫苗	34		

PART2 宝宝常见疾病的防治和护理

一、婴儿期的宝宝生长发育特点

1. 1—3 个月宝宝的生长发育 特点	46
2. 4—6 个月宝宝的生长发育 特点	47
3. 7—9 个月宝宝的生长发育 特点	48
4. 10—12 个月宝宝的生长发育 特点	49

二、幼儿期的宝宝生长发育特点

1. 2—3 岁宝宝的生长发育特点 ...	50
2. 4—6 岁孩子的生长发育特点 ...	51

三、宝宝常见疾病

❀ 宝宝营养性疾病 ❀

1. 营养不良	52
2. 肥胖症	53
3. 维生素缺乏症	53

目录

CONTENTS

4. 维生素过多症	55	10. 蛔虫病	74
5. 贫血	56	11. 蛲虫病	76
6. 营养性锌缺乏症	57	12. 便秘	76
* 宝宝呼吸系统疾病 *		* 宝宝泌尿系统疾病 *	
1. 上呼吸道感染	57	1. 泌尿系感染	78
2. 急性支气管炎	59	2. 急性肾炎	79
3. 支气管肺炎	59	3. 肾病综合征	80
4. 哮喘	60	4. 鞘膜积液	81
5. 急性喉炎	61	5. 神经性尿频	81
6. 咳嗽	61	* 宝宝神经系统疾病 *	
7. 扁桃体炎	62	1. 癫痫	82
* 宝宝心血管系统疾病 *		2. 惊厥	83
1. 室间隔缺损	63	* 宝宝内分泌系统疾病 *	
2. 动脉导管未闭	64	1. 侏儒症	84
3. 原发性心内膜弹力纤维增生症	65	2. 甲状腺功能减退	85
4. 感染性心肌炎	65	3. 糖尿病	85
* 宝宝消化系统疾病 *		* 宝宝结缔组织疾病 *	
1. 胃炎	66	1. 过敏性紫癜	87
2. 厌食症	67	2. 川崎病	88
3. 消化性溃疡病	68	3. 风湿热	89
4. 肠痉挛	68	4. 系统性红斑狼疮	90
5. 肠套叠	69	* 宝宝皮肤疾病 *	
6. 中毒性痢疾	70	1. 头癣	92
7. 肠梗阻	71	2. 黄水疮	93
8. 急性阑尾炎	73	3. 痱子	93
9. 美克尔憩室	74	4. 冻疮	94

目录

CONTENTS

5. 荨麻疹	95	9. 细菌性痢疾	112
6. 湿疹	96	10. 急性结膜炎	112
7. 接触性皮炎	96	11. 沙眼	113
8. 血管瘤	97	12. 脓疱疹	114
9. 疣	98	13. 足癣	114

✿ 宝宝五官科疾病 ✿

1. 倒睫毛的基本常识	99
2. 麦粒肿的基本常识	99
3. 斜视的基本常识	99
4. 屈光不正(远视、近视、散光) ...	100
5. 龋齿	100
6. 地图样口炎	101
7. 裂纹舌	101
8. 唇裂	102
9. 腭裂	102
10. 口角炎	103
11. 中耳炎	104
12. 鼻衄	105

✿ 宝宝传染性疾病 ✿

1. 麻疹	105
2. 风疹	106
3. 水痘	107
4. 流行性脑脊髓膜炎	107
5. 流行性腮腺炎	108
6. 结核病	109
7. 百日咳	110
8. 病毒性肝炎	111

PART3

宝宝各时期的家庭护理

一、1—3个月宝宝的日常护理

✿ 宝宝穿住玩护理问与答 ✿

1. 问:如何布置婴儿室?	116
2. 问:帮助宝宝穿衣应注意哪些问题?	116
3. 问:怎样才能让宝宝在换尿布时开心呢?	116
4. 问:可以带宝宝出去晒太阳吗?	117

✿ 宝宝饮食护理问与答 ✿

1. 问:怎样才能知道宝宝吃没吃饱呢?	117
2. 问:可以将冲好的奶粉放在保温瓶中保存吗?	118
3. 问:这时候给宝宝喂牛奶应喂多少呢?	118
4. 问:要帮助宝宝多补充水分吗?	118

目录

CONTENTS

❀ 宝宝细节护理问与答 ❀

1. 问:帮宝宝修剪指甲要注意什么? 119
2. 问:是否应多注意宝宝的凶门? 119

❀ 宝宝睡眠护理问与答 ❀

1. 问:怎样安排宝宝的作息时间? 119
2. 问:怎样才能纠正宝宝昼夜颠倒的睡眠? 120
3. 问:宝宝经常夜啼怎么办? ... 120

二、 4—6 个月宝宝的日常护理

❀ 宝宝饮食护理问与答 ❀

1. 问:这时期的宝宝可以吃蛋黄吗? 121
2. 问:宝宝“上火”可以吃蜂蜜吗? 121
3. 问:怎样防止宝宝食物过敏? ... 121
4. 问:怎样帮宝宝补充维生素 D? 122

❀ 宝宝健康护理问与答 ❀

1. 问:宝宝出牙时需要如何护理? 123
2. 问:宝宝口水多怎么处理? ... 123
3. 问:怎样帮宝宝消毒玩具? ... 124
4. 问:怎样训练宝宝大小便? ... 124

❀ 宝宝出行护理问与答 ❀

1. 问:带宝宝乘车时要注意什么? 125
2. 用宝宝推车时要注意什么? ... 125

三、 7—9 个月宝宝的日常护理

❀ 宝宝饮食护理问与答 ❀

1. 问:这一时期的宝宝可以适量补充鱼类和动物肝脏吗? 126
2. 问:怎样锻炼宝宝的咀嚼能力? 126
3. 问:宝宝的饭菜中可以放糖和盐吗? 127
4. 问:宝宝乱吃东西怎么办? ... 127
5. 问:宝宝“偏食”该怎么办? ... 127
6. 问:怎样帮宝宝断奶? 128

❀ 宝宝健康护理问与答 ❀

1. 问:宝宝爱咬东西、爱咬人怎么办? 128



目录

CONTENTS

2. 问:可以帮宝宝剪掉睫毛吗? ... 129
3. 问:怎样帮宝宝选择合适的鞋子? 129
4. 问:如何正确预防宝宝铅中毒? 129
5. 问:逗宝宝要注意什么? 130
2. 问:怎样掌握宝宝的进食心理? 136
3. 问:怎样保证这时期宝宝充足的热量供给? 136
4. 问:给宝宝喝什么水更健康? ... 137

❀ 宝宝健康护理问与答 ❀

四、10—12个月宝宝的日常护理

❀ 宝宝饮食护理问与答 ❀

1. 问:宝宝不肯吃蔬菜怎么办? ... 131
2. 问:应该帮宝宝选择什么样的餐具? 131
3. 问:这时期应该培养宝宝自己动手吃饭吗? 131
4. 问:给宝宝吃冷饮时要注意什么? 132
5. 问:宝宝可以吃巧克力吗? ... 132

❀ 宝宝健康护理问与答 ❀

1. 问:宝宝呕吐时要怎么护理? ... 133
2. 问:怎样护理出水痘的宝宝? ... 133
3. 问:宝宝无理哭闹该怎么办? ... 133
4. 问:怎样对待宝宝的“左撇子”? 134
5. 问:宝宝穿开裆裤好吗? 135

五、2—3岁宝宝的日常护理

❀ 宝宝饮食护理问与答 ❀

1. 问:宝宝吃饭总含饭怎么办? ... 135

1. 问:怎样正确帮助宝宝护理口腔? 137
2. 问:可以让宝宝多穿点,多吃点吗? 138
3. 问:怎样教宝宝正确地擤鼻涕? 138
4. 问:宝宝口吃怎么办? 138
5. 问:怎样教宝宝正确地刷牙? ... 139

❀ 宝宝的教导问与答 ❀

1. 问:怎样才能让宝宝克服任性的毛病? 139
2. 问:宝宝不合群怎么办? 140

六、4—6岁孩子的日常护理

❀ 孩子饮食护理问与答 ❀

1. 问:应该在孩子的食物中搭配粗纤维吗? 140
2. 问:可以让这时期的孩子吃加工食品吗? 141
3. 问:应该限制孩子脂肪的摄入量吗? 142

目录

CONTENTS

❀ 孩子牙齿护理问与答 ❀

1. 问:孩子发育牙齿应注意什么? 142
2. 问:孩子牙齿外伤脱落怎么办? 143
3. 问:孩子拔牙应注意哪些问题? 144

❀ 孩子的教育问与答 ❀

1. 问:如何对待孩子自言自语? ... 145
2. 问:用餐时训斥孩子是否合适? 145
3. 问:如何正确掌握批评和表扬孩子的尺度? 146
4. 问:噪声对孩子有什么不良影响? 146
5. 问:怎样帮孩子选择合适的服装? 147
6. 问:可以帮孩子打扮吗? 147

七、照顾生病的宝宝

1. 宝宝生病先知道 148
2. 何时应带宝宝去医院 148
3. 带宝宝看病要注意 149
4. 帮宝宝测体温 149
5. 带宝宝打针注意事项 149
6. 从宝宝睡姿看疾病 150
7. 正确数宝宝的呼吸 151

8. 检查宝宝的脉搏 151
9. 帮宝宝物理降温 152
10. 帮宝宝喂药 Tips 152
11. 帮宝宝滴鼻药要注意 153
12. 正确帮宝宝滴耳药 153
13. 帮宝宝通便要注意 154
14. 小心护理病中宝宝 154

PART 4

宝宝家庭用药常识

1. 宝宝服用药物的剂量与时间 ... 158
2. 用药途径及选择 158
3. 药物不良反应的种类 159
4. 药物不良反应的预防 159
5. 宝宝用药特点 160
6. 成人药多数不能给宝宝服用 ... 161
7. 乱吃补药有害处 161
8. 合理使用抗生素 162
9. 家庭药品的保存方法 163
10. 各类家庭药品的特点 163
11. 提高宝宝用药的依从性 165
12. 宝宝常用药物 165
13. 科学补锌法 166
14. 补充铁剂时的注意事项 166
15. 对于药物性耳聋的防范 166
16. 损伤宝宝肾功能的药物 167
17. 警惕潜在的激素威胁 168

目录

CONTENTS

- | | | | |
|---------------------|-----|--------------------------------|-----|
| 18. 宝宝应慎服中成药 | 168 | 14. 宝宝接种后的注意事项 | 183 |
| 19. 正确选用宝宝止咳药 | 169 | 15. 宝宝接种后易出现的不良
反应 | 183 |
| 20. 宝宝慎用磺胺药 | 169 | 16. 正确应对宝宝注射乙肝疫苗后没
抗体 | 184 |
| 21. 宝宝慎用氨茶碱 | 169 | | |
| 22. 宝宝慎用氟哌酸 | 170 | | |
| 23. 宝宝慎用感冒通 | 171 | | |
| 24. 激素类药物的副作用 | 171 | | |

PART5

宝宝免疫知识课堂

- | | |
|--------------------------------|-----|
| 1. 计划免疫 | 174 |
| 2. 宝宝接种疫苗的必要性 | 174 |
| 3. 宝宝常用的疫苗 | 175 |
| 4. 预防接种疫苗程序参考表 ... | 179 |
| 5. 合理选择接种疫苗 | 180 |
| 6. 尽量不要同时让宝宝接种多种
疫苗 | 180 |
| 7. 接种疫苗不会伤害宝宝的免疫
系统 | 181 |
| 8. 宝宝不是接种越多疫苗越好 ... | 181 |
| 9. 接种后的正常反应 | 181 |
| 10. 不要经常注射丙种球蛋白 ... | 182 |
| 11. 曾经抽过筋的宝宝接种要
注意 | 182 |
| 12. 患有先天性心脏病的宝宝接种须
注意 | 183 |
| 13. 宝宝接种前的注意事项 | 183 |

PART6

宝宝常见意外与急救

一、宝宝意外伤害急救知识

- | | |
|---------------------|-----|
| 1. 急救的基本知识 | 186 |
| 2. 平时的安全急救 | 186 |
| 3. 识别急症的症状 | 187 |
| 4. 现场急救原则 | 187 |
| 5. 家庭常用伤口处理方法 | 188 |
| 6. 家庭常用止血方法 | 189 |

二、宝宝常见意外急救

- | | |
|---------------|-----|
| 1. 过敏反应 | 190 |
| 2. 骨折 | 191 |
| 3. 烧伤 | 192 |



目录

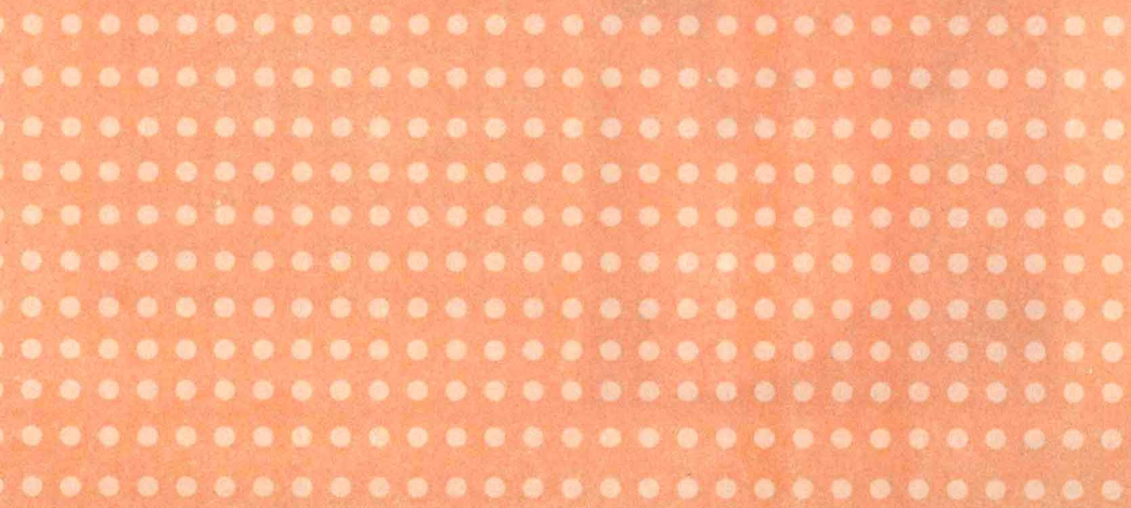
CONTENTS

4. 咬伤	194	14. 晒伤	204
5. 割伤、擦伤和创伤	195	15. 一氧化碳中毒	205
6. 面部受伤	196	16. 噎住	205
7. 冻伤	197	17. 衣服着火	206
8. 阴茎外伤	199	18. 溺水	206
9. 刺伤	199	19. 触电	206
10. 鱼刺哽喉	200	20. 头部受伤	206
11. 扭伤	201	21. 从高处坠落	207
12. 昆虫蜇伤	202	22. 误食有毒物质	207
13. 中暑	203	23. 房屋失火	208



新生宝宝疾病及

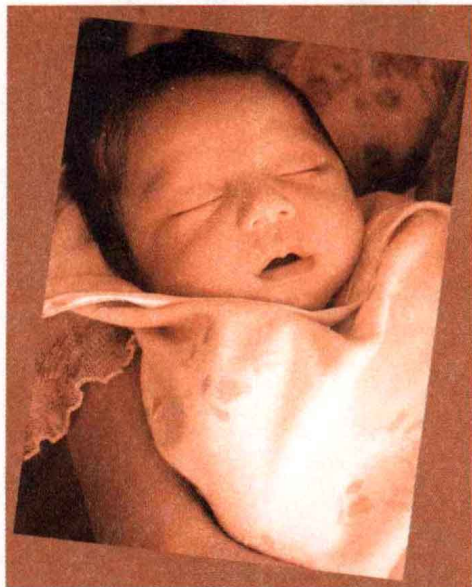
日常护理



一、新生宝宝的生长发育

1 新生宝宝的概念

新生宝宝通常指出生4周以内的宝宝。正常新生宝宝的体重应在2 500—4 000克之间，身长在46—52厘米之间，头围大约34厘米，胸围比头围略小1—2厘米。新生宝宝离开母体后来到陌生的世界，内外环境都发生了巨大的变化。而新生宝宝自身的适应能力和生理调节能力还不够完善，易产生生理和病理变化，导致新生宝宝发病率高，死亡率也高，因此父母及医护人员应特别重视对新生宝宝的护理。



2 阿普达 (Apgar) 评分

阿普达 (Apgar) 评分是由维吉尼亚·阿普达医生制定的，针对新生宝宝对子宫外环境的适应程度而进行的评价，是测试新生宝宝出生后身体状况的参考。测试要在新生宝宝出生后三个特殊的时间段进行：出生后1分钟，出生后5分钟，出生后10分钟。

医生给出阿普达评分需要参考以下5个因素：

- ①新生宝宝的外表和颜色。
- ②新生宝宝的脉搏和心率。
- ③新生宝宝是否会对施加在脚心的刺激产生应激反应、抓握反射。
- ④新生宝宝的灵活性和肌肉的力量。
- ⑤新生宝宝的呼吸作用和呼吸的效果。

根据以上每个因素打分，分数从零分到两分不等。零分意味着新生宝宝未达到标准，而两分是最高分。医生会对3次测试情况的变化进行评估，他们希望分数在第一次测试到最后一次测试间会有所增长。当然，分数低并不能说明新生宝宝的身体健康一定有问题，但这会提醒医护人员对新生宝宝进行严密的观察。

3 新生宝宝的头部

新生宝宝的头部大约要占出生时身长的 1/4。新生宝宝的颅骨由柔软的组织连接，以便头部可以顺利地通过产道。因此有些新生宝宝在出生后很短的时间内头部有些像圆锥形，对此父母不必担心，几天之后新生宝宝的头部就会恢复为正常的圆形。新生宝宝的头部有两个“柔软的点”，这是囟门，是因为新生宝宝的头部骨骼没有长合而形成的。前囟是菱形的，位于头顶处，前囟通常在宝宝 1 岁的时候才闭合，还有的宝宝在 15—18 个月时还有空隙。后囟呈三角形且比前囟要小很多，位于头部后面突起部分的上方，通常在宝宝两个月大时闭合。有时父母在照顾新生宝宝时会发现这些柔软的地方在跳动，不要担心，这些部位都有结实的隔膜，而且一般的触摸是不会造成危险的。

4 新生宝宝的皮肤

有些宝宝生下来时全身由乳白色的覆盖物包裹着，这种覆盖物叫做胎脂或胎垢，其作用是在子宫中保护宝宝的皮肤。皮肤上的这种覆盖物在宝宝出生后数小时内就会消失。新生宝宝生下来后，肩膀和后

背还会有茂密的毛发，这些毛发叫做胎毛，通常在宝宝 3 个月大时就会消失。

新生宝宝皮肤柔嫩，有弹性，表面角质层发育不良，出生后与外界环境接触，皮肤受到刺激很容易充血，出现手脚微带青色的情况，这种现象叫做新生宝宝红斑，一般持续 1—2 天后便可逐渐消退。

新生宝宝的肤色应该是细腻柔和的粉色或者桃色。经过最初的适应期后，有些新生宝宝因为新陈代谢缓慢，肤色会显浅，手足可能有轻微的发白现象并会持续几天。肤色较深的新生宝宝，手足可能会显得有些苍白，但这和新陈代谢没有关系，是受新生宝宝自身色素含量影响的。

在新生宝宝的骶尾部及臀部往往可以看到灰蓝色的色素斑，多为圆形或不规则形状且边缘明显，用手按压时不退色。这是皮肤深层堆积了色素细胞的缘故。这种色素斑在宝宝 5—6 岁时会自行消退，无须治疗。

5 新生宝宝的脐带

正常情况下，新生宝宝的脐带会在结扎后 3—7 天内干燥脱落，血管闭锁形成韧带，脐带外部伤口向