

加里博士 健康育儿经

Dr. Gary's Pedagogics in
Healthy Child Care

[美] 加里·C·莫乔瓦◎著
李芳 耿丹◎译

中医古籍出版社



父母百宝箱
儿科医生的
专业服务

二炮总医院儿科主任医师李芳
亲自翻译并郑重推荐给中国父母

孩子病了怎么办？

美国著名儿科专家加里·C·莫乔瓦联合43名专家
解答肠胃病、皮肤病、呼吸系统疾病等23种儿童常见病的137种常见病症
帮您列出重要的问题清单，提供针对性的问题解答

加里博士 健康育儿经

DR.GARY'S PEDAGOGICS IN HEALTHY CHILD CARE

[美] 加里·C·莫乔瓦◎著

李芳 耿丹◎译

中医古籍出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

加里博士健康育儿经 / (美) 加里·C·莫乔瓦著; 李芳, 耿丹译. — 北京: 中医古籍出版社, 2011.2

ISBN 978-7-80174-964-2

I. ①加… II. ①加… ②李… ③耿… III. ①婴幼儿—妇幼保健—基本知识②婴幼儿—哺育—基本知识 IV. ①R174②TS976.31

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第015892号

加里博士健康育儿经

(美)加里·C·莫乔瓦 著

责任编辑 孙志波

装帧设计 弘文馆·闫薇薇

出版发行 中医古籍出版社

社 址 北京市东直门内南小街16号 (100700)

经 销 全国各地新华书店

印 刷 北京汇林印务有限公司

开 本 720mm × 1000mm 1/16

印 张 19.5

字 数 250千字

版 次 2011年3月第1版第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-80174-964-2

定 价 36.00元

1001 HEALTHY BABY ANSWERS: PEDIATRICIANS' ANSWERS TO
ALL THE QUESTIONS YOU DIDN'T KNOW TO ASK By GARY C.
MORCHOWER, MD

Copyright: © 2008 BY GARY C. MORCHOWER, MD

This edition arranged with SOURCEBOOKS, INC.

through BIG APPLE TUTTLE-MORI AGENCY, Inc., LABUAN,
MALAYSIA.

Simplified Chinese edition copyright:

2011 Tianjin Chinese-world Books Inc.

All rights reserved.

献给所有曾经为孩子就诊疲于奔命的父母

◎ 加里·C·莫乔瓦

父母是否会经常遇到这样的情况？带着孩子从儿科诊室回家后却不太记得医生嘱咐的话。这或许是因为熬夜照顾生病的孩子，脑子已经麻木得塞不下任何东西；又或者是因为对孩子的病情过于担心，紧张得只记下了医生的只字片语。尽管这位儿科医生阐述得无比详尽，可父母们当时满脑子想的就只是如何让孩子尽快好起来。

其实有如此遭遇的大有人在。在37年的临床实践过程中，我亲眼目睹了医学的巨大进步，以及这种进步对儿科诊室的就诊类型、时长和过程所产生的影响。从传统意义上讲，普通家庭一般都会选择同一名家庭儿科医生来解决孩子在童年时期遇到的各种健康问题，其实这对于孩子和医生

来说都比较好。但现在，随着管理式医疗模式（Managed care，美国重大医疗制度改革中的一个新观念，体现了病人、保险公司和医护人员之间一种新的互动关系。——译注）的出现，普通家庭可自由更换医生，就像公司老板可随时更改自己的保险计划一样。结果，这种就诊方式就像在与“音乐治疗仪”打交道，父母要频繁地调整自己的“按钮”以适应不同的医生，适应他们各异的治疗方式、治疗习惯和个人性格。

不过，儿科就诊的最大改变或许还在于就诊时长的改变。现在的医生们似乎比以前更迫切地需要时间，只要确定了适当的诊疗方案，他们就几乎是迫不及待地将这些计划一股脑地倒给父母。结果，这些父母最后离开诊室时总是一头雾水。

更糟的是，父母们对医生的一大堆嘱咐总是“半信半疑”地无法理解，他们本来应该当场提出一些问题，但却紧张得忘了问。最后，本来应该值得尤其注意的地方没有得到强调，导致焦急的父母们对治疗方案产生了曲解和误会。

我经常听到有些父母这样说，“您的意思是孩子病情好转之后就可以立即停药了是吗”？或者“我是不是应该带着女儿回来复诊”？又或者“我觉得孩子停止腹泻后应该继续只喝纯净水”。其实在某些情况下，某些错误的理

解是可以被弱化到最小程度的，然而结果却总是任由这种误会无限发展，最后导致儿童疾病复发或引起并发症。

写作本书的目的就是要阻止这样的悲剧发生，我想让所有父母拥有一个可以随时解答所有问题的“医生”，即使某些问题听起来有些“幼稚可笑”。当然，最关键的还在于父母要对患儿病情十分了解，这样才能从本书中找到帮助孩子恢复健康的信息。

本书共分为三部分。第一部分是针对新生儿疾病的阐述，即出生后立即出现或在住院期间就开始出现症状的疾病。第二部分是儿童和青少年常见病。第三部分是建议读者父母在选择一名儿科医生时需要询问的几个问题。本书涉及的新生儿疾病会按照字母顺序排列，每种疾病的阐述都会以一系列问题的方式体现。父母无需变成一个专业的医生，他们只需懂得这些问题是否适合自己的孩子。

另外，我还要补充一点：本书中每个问题的答案都只是一个参考，要想获得有关疾病的充分信息，父母还需要咨询儿科医生。本书提供的参考答案均来自于医疗城儿科医院（Medical City Children's Hospital）（德克萨斯州，达拉斯）的儿科专家，每位专家都在其各自的医学领域成就卓著。这些答案将有助于读者父母更好地了解患儿病情，并帮助他们学会如何及时处理孩子随时可能出现的健康问题。

我希望父母每次带着孩子就诊时都能带上这本书，当医生对患儿进行诊断并确定了正规的治疗方案之后，父母可参照本书向医生提出一些问题。如果回家后发现自己已经忘记了医生的话，或者已经记不大清楚，可以拿着本书再次拨通医生的电话，凭借书中的问题来增强自己对医嘱的理解。父母要谨记：就诊时做好笔记，然后结合本书中的专业医学答案，“唤醒”自己对医生口头阐述的记忆。

那么医生又会如何看待父母竟会变得“如此好奇”呢？许多父母担心这些问题可能会让医生感到不快，或者会拉开自己与医生的距离。我完全不同意这样的观点！孩子一旦患病，父母就有权利向医生提出各种问题，并且需要弄清楚这是一种什么样的疾病，以及相应的治疗方案。

事实上，本书所提供的问题和参考答案无非是诊室就诊方式的补充，旨在进一步增强医生想要达到的治疗效果。大多数儿科医生还是非常想让患儿的父母尽可能地理解病情的，因此，我衷心希望本书能够成为拉近父母与医生距离的纽带，从而让父母在未来的日子里能够将自己从就诊经历中获得的信息变得更具建设性且更益于孩子的健康。

平淡为真

◎ 李 芳

大家都知道，从呱呱坠地的新生儿，到牙牙学语的婴幼儿，再到蹒跚走路的学龄前，再到血气方刚的青少年，健康成长的道路是多么的艰辛，父母、医生和社会为此付出的心血是多么的巨大！

近年来，随着科学技术的飞速发展，医院对新生儿、婴幼儿和青少年疾病的诊治效果日益提升，孩子们的健康水平达到了一个前所未有的水平。但同时，我们也不得不看到一个严峻的现实：生活节奏的加快、空气水质的污染、城市交通的拥堵、饮食结构的失调、心理障碍的累积、细菌种类的变异……这一切，又对孩子们造成了新的危害，致使常见病、多发病不断增加，有的已经严重影响到了孩子们的身心健康。为此，我们的医务工作者和科普工作者陆续推出了很多关于儿童疾病治疗的专业著作和儿童健康的科普读物，从不同的角度和侧面，回答了儿童疾

病就诊及保健的若干问题，应该说，这些书籍都是十分有益和有效的。

我们作为坚守儿科一线的医务人员，在浏览浩瀚庞杂辅助读物之余，总有这样一种感觉：仿佛还缺少一本条理清晰、博采众长、通俗易懂、简洁实用的儿科治疗保健手册。一个偶然的机，我们看到了美国医疗城儿童医院加里·C·莫乔瓦医学博士所写的《加里博士健康育儿经》这本书。说实话，翻阅之初并没太在意，因为这种书名见得太多也太普通了，但渐渐地就被深深吸引了。首先讲，它的结构非常简洁，非常平淡。全书结构清晰：“第一部分：新生儿常见病”，主要是针对新生儿疾病的阐述，即出生后立即出现或在住院期间就开始出现症状的疾病；“第二部分：儿童与青少年常见病”，主要是儿童和青少年常见病；“第三部分：附录”，主要是建议患者父母在选择一名儿科医生时需要询问的几个问题，没有任何的堆砌。其次说，它的表述风格颇具特色。它既没有呆板生硬的刻意说教，也没有词不达意的旁征博引，而是像两个人拉家常似的，一问一答把儿童各种病因、症状、治疗方式、复诊及其他相关医学知识用极普通、极朴实的语言娓娓道来，沁入心田。再者看，作者的医德医风令人敬佩。他完全站在患者的立场上去思考疾病，反过来又站在医师的角度去解答问题，这些在字里行间表露无遗。正如他在

书中所说，“亲爱的父母们，您有没有过这样的经历？带着孩子从医生诊室里走出来后反而更加迷惑、一头雾水？或者已经有了诊断结果，但回到家后才发现自己还有十个问题没有问？”莫乔瓦身处医学界显赫地位，积37年临床经验为底蕴，完全可以居高临下、颐指气使，但他却把患者当成自己的儿女，关心备至，体贴入微。我们作为同行，深为他的学识所折服，更为他的爱心所感动。

文章自得方为贵，平平淡淡才是真。我们愿意把《加里博士健康育儿经》郑重地推荐给大家。同时，也衷心地希望，今后能看到类似的更多的新作品面世，以飨读者，造福社会。

由于翻译水平有限，加之成书付梓时间比较仓促，遗漏错误在所难免，恳请专家读者不吝赐教，批评指正。

特别鸣谢 23个病种 43名医学专家

过敏与免疫学 艾略特·J·金坎斯基，医学博士 罗伯特·W·苏格曼，医学博士 理查德·L·威瑟曼，医学博士	儿科发育学 丽莎·W·吉恩考维，医学博士
心脏病学 简·考，医学博士 W·小佩诺克·莱尔德，医学博士	内分泌学 艾伦·S·舍，医学博士
颌面外科 杰弗里·A.弗朗，医学博士 大卫·吉恩考维，医学博士	肠胃病学 杰克·安，医学博士 埃里克·阿高，医学博士 肯德尔·O·布朗，医学博士 安妮特·惠特尼，医学博士
皮肤病学 K·罗宾·卡德，医学博士	遗传学 安吉拉·斯切瓦勒，医学博士
血液学 卡尔·雷纳斯基，医学博士	妇科医学 凯莉·沃特金斯，医学博士
传染病学 张温迪，医学博士 斯图亚特·W·厄瑞特，医学博士 格里高里·R·伊斯特尔，医学博士	足病学 唐纳德·布拉姆
新生儿学 克莱尔·史考温德曼，医学博士	精神病学 但丁·博格斯，医学博士

肾脏病学 阿尔伯特·奎恩，医学博士	肺脏病学 安德鲁·S·杰尔范德，医学博士 彼得·N·斯琼斯特，医学博士 理查德·B·希尔弗，医学博士
神经病学 罗伊·D·艾尔特曼，医学博士 史蒂文·L·林德，医学博士 大卫·B·欧文，医学博士	睡眠医药学 希拉里·皮尔森，医学博士
眼科学 约尔·利夫勒，医学博士 小大卫·斯泰哲，医学博士	外科 凯文·M·凯蒂斯基，医学博士 约翰·L·拉诺，医学博士
矫形外科 罗德里克·卡佩罗，医学博士 W·巴里·休姆纽克，医学博士	泌尿学 亚当·G·贝斯曼，医学博士 大卫·埃沃尔特，医学博士 威廉·斯特兰德，医学博士
耳鼻喉学 保罗·W·鲍尔，医学博士 米歇尔·比阿维蒂，医学博士 蒂莫西·乔恩，医学博士	

著者序 献给所有曾经为孩子就诊疲于奔命的父母 / I

译者序 平淡为真 / V

特别鸣谢 23个病种 43名医学专家 / VIII

第一部分：新生儿常见病

肠炎 / 002

出生缺陷 / 004

唇腭裂 / 007

低血糖症 / 010

肺破裂 / 012

畸形足 / 013

肩瘫 / 015

呼吸急促 / 017

黄疸 / 019

尿道下裂 / 021

脓毒血症 / 023

染色体异常 / 024

肾肿大 / 026

胎粪吸入 / 028

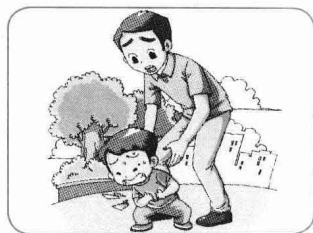
头颅血肿 / 030

先天性心脏病 / 032

新生儿肺炎 / 034

新生儿惊厥 / 035

隐睾症 / 037



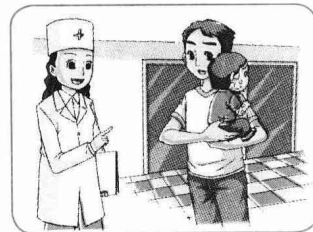
第二部分：儿童与青少年常见病

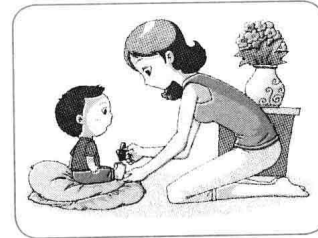
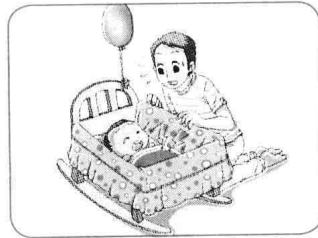
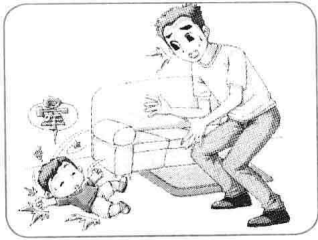
鼻出血 / 040

鼻窦炎 / 042

便秘 / 046

扁桃腺炎 / 048





屏气发作 / 051

传染性单核细胞增多症 / 052

传染性红斑/五号病 / 054

抽动障碍 / 055

痤疮 / 057

刀口 / 061

癫痫 / 063

毒藤皮疹 / 065

鹅口疮 / 066

耳垢栓塞 / 068

发育不正常 / 069

发育迟缓 / 071

肥胖症 / 073

肺炎 / 075

风湿性关节炎（小儿） / 077

腹绞痛 / 079

腹痛 / 081

腹泻 / 083

肝炎 / 084

睾丸扭转 / 086

高血压 / 088

鼓室感染 / 091

花粉过敏 / 094

喉炎 / 097

昏厥 / 099

甲状腺功能减退 / 100

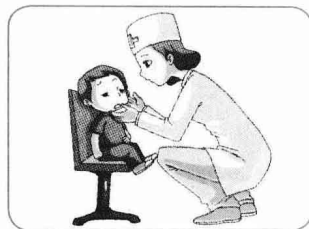
腱鞘囊肿 / 102

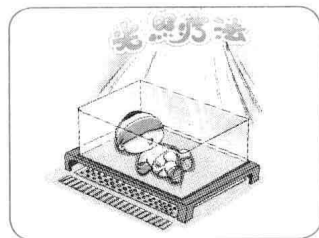
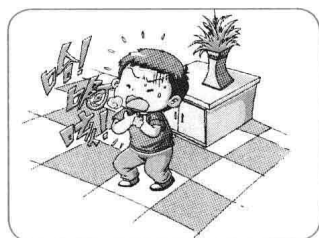
角膜损伤 / 104

脚癣 / 105

疖 / 107

疥疮 / 108
 颈部肌肉收缩 / 109
 克隆氏病 / 111
 口腔炎症 / 112
 髋关节炎 / 114
 昆虫叮咬 / 117
 阑尾炎 / 118
 莱姆病 / 120
 泪腺阻塞 / 122
 淋巴结肿大 / 123
 流感 / 125
 颅缝早闭 / 126
 麦粒肿 / 128
 毛细支气管炎 / 129
 玫瑰糠疹 / 131
 男性胸部异常增大 / 132
 蛲虫 / 134
 脑膜炎 / 136
 尿布疹 / 137
 尿血 / 139
 牛皮癣 / 141
 呕奶 / 143
 呕吐 / 146
 膀胱感染 / 148
 皮肤感染 / 150
 贫血 / 151
 脐带残端感染 / 153
 脐疝 / 154
 嵌甲 / 156
 蔷薇疹 / 157





情绪异常 / 159

青肿 / 161

疝气 / 162

肾病综合征 / 164

身材矮小 / 167

肾炎 / 169

肾脏感染 / 172

湿疹 / 174

食物过敏症 / 179

手足口病 / 182

水痘 / 183

睡眠障碍 / 185

胎腻 / 187

胎痣 / 188

糖尿病 / 190

体癣 / 193

听力障碍 / 194

头大 / 196

头骨不对称 / 198

头虱 / 200

头痛 / 202

头癣 / 204

头小 / 206

脱发 / 207

腿足结构性异常 / 211

外耳感染 / 213

先天性髋关节脱位 / 215

哮喘 / 217

哮吼 / 220

小儿脊柱侧凸 222