

甜情蜜意

健康文庫⑮

下一代的健康與疾病

王作仁 編著

健康文化事業股份有限公司

序 言

前些時候讀到夏虹年輕時所寫的一首詩：

當我赤足走過風雪

你是畫外的人

正觀賞那茫茫的景致

我突然想到我應是那畫中的人，我不能成為畫外的人。

於是我想到的要寫成這本書，談談當今吾等紙牆之愛之道。衷心盼望我們的下一代更活潑、更健康、更快樂！

本書承健康文化事業股份有限公司慨允出版，特別是林國煌教授、王溢嘉醫師及編輯部全體工作同仁鼎力相助，復承內人彭雅美藥師協助校閱，謹深致敬意及謝意。同時特別感念家嚴王日昇先生及先慈王張素娥女士永恆的愛。

國立臺灣大學醫學院小兒科

王作仁 謹識

民國七十四年初春

又及：書中有關疾病之診斷及治療僅供參考，家中兒童有任何異狀時，請及早就醫為要。

目錄

第一篇 我國民間常用醫學術語試釋 / 11

第二篇 兒童・兒童時期 / 27

第三篇 胎兒・新生兒・乳兒・幼兒 / 31

3 1 胎兒的由來 3 10 新生兒黃疸症

3 2 新生兒的生理特點 3 11 新生兒破傷風

3 3 新生兒頭上的包 3 12 新生兒常見的皮膚病

3 4 新生兒窒息與顱內出血 3 13 新生兒的幾種「腦病」

3 5 新生兒嘔吐 3 14 免疫預防接種的意義

3 6 新生兒的「月經」・白帶及乳房膨大 3 15 小兒時期的免疫預防接種

3 7 嬰幼兒的睡眠 3 16 使用球蛋白的幾點常識

3 8 新生兒晚上不睡覺的原因 3 17 小兒用藥的常識

3 9 嬰幼兒哭鬧及夜啼

第四篇 餵食及營養 / 61

4 1 嬰兒・乳兒之餵食及營養 4 4 輔助食品的引介

4 2 母乳哺育 4 5 養成良好的飲食習慣

4 3 奶瓶哺育

第五篇 牙齒保健 / 83

- 5 \ 1 小朋友口腔及牙齒的發育
- 5 \ 2 長牙(乳牙萌出)
- 5 \ 3 牙齒萌出異常
- 5 \ 4 換牙
- 5 \ 5 齒列不齊
- 5 \ 6 齲齒(蛀牙)
- 小朋友的牙齒衛生保健

第六篇 成長及發育 / 97

- 6 \ 1 成長與發育
- 6 \ 2 發育與性徵
- 6 \ 3 性徵發育的控制
- 6 \ 4 青春發育時間表
- 6 \ 5 男女兩性在體格發育上的差異
- 6 \ 6 乳核
- 第一次來月經
- 小朋友腰痛
- 學童肚子痛
- 頸部淋巴結腫大
- 怎樣鍛鍊

第七篇 胃腸疾患 / 117

- 7 \ 1 回奶·吐奶
- 7 \ 2 小寶寶腹絞痛·疝痛
- 7 \ 3 急性腸套疊
- 7 \ 4 急性闌尾炎
- 7 \ 5 嬰兒(病毒性)胃腸炎
- 7 \ 6 兒童胃腸炎
- 7 \ 7 傷寒與副傷寒
- 7 \ 8 乳兒便秘
- 7 \ 9 兒童便秘
- 7 \ 10 肛門線蟲·蛭蟲病
- 7 \ 11 蛔蟲病

第八篇

發燒及熱性疾患 / 135

8 \ 1 寶貴的體溫

8 \ 1 \ 1 肛溫(自腸溫度)體度要領

8 \ 1 \ 2 腋溫體度要領

8 \ 1 \ 3 口溫體度要領

8 \ 1 \ 4 讀出體溫計的要領

8 \ 2

8 \ 3

8 \ 4

8 \ 5

新生兒發燒的處理

六個月以上小朋友的發燒及其退燒法

夏季熱

熱性痙攣

第九篇

呼吸系統疾患 / 149

9 \ 1 傷風感冒

9 \ 2 急性咽喉炎及扁桃腺炎

9 \ 3 急性肺炎・急性喉頭氣管炎

9 \ 4

9 \ 5

9 \ 6

毛細支氣管炎

支氣管炎

肺炎

第十篇

皮膚疾患 / 165

10 \ 1 尿布濕疹

10 \ 2 嬰兒頭屑

10 \ 3 傳染性膿疱疹・膿疱瘡・膿疱病

10 \ 4 癬子

10 \ 5 痱子・痱・粟粒疹

10 \ 6 皮膚發癢

10 \ 7 麻疹

10 \ 13

10 \ 14

10 \ 15

10 \ 16

10 \ 17

10 \ 18

10 \ 19

日光曬傷(日光直射所引起的皮膚發炎)

髮癬・禿髮癬

圓癬・錢癬

香港腳・足癬

股癬・股間癬・洗衣癬・邊緣性濕疹

花斑癬・白癬風

蟲病・蛆病

12
13

蜜蜂・黃蜂・螫傷

12
13

蠱豆病——一種急性溶血性貧血

第十三篇 小朋友的眼、鼻、耳疾患 / 251

13
13

小朋友眼睛的保護

13
13

小朋友鼻竇的發育

13
13

結膜炎

13
13

鼻竇炎

13
13

沙眼

13
13

盯障・耳垢

13
13

針眼・麥粒腫・淚腺炎

13
13

外耳炎

13
13

鼻淚管阻塞

13
13

中耳炎

13
13

流鼻血・鼻衄

第十四篇 男、女孩泌尿生殖器疾患 / 271

14
14

男孩子的尿路感染症・腎盂腎炎

14
14

包皮過長・包莖

14
14

隱辜症・辜丸未降

14
14

女孩子的尿路感染症・腎盂腎炎

14
14

鼠蹊部疝氣・腹股溝赫尼亞・腹股溝突遠

14
14

女孩子的膀胱炎

14
14

陰囊水腫

14
14

陰道炎

第十五篇 中毒、意外傷害及安全守則 / 287

15
15

小朋友安全須知

15
15

嬰兒傢俱（尤其是臥床）之選擇及

15
15

防止意外吞食及中毒

15
15

使用

15
15

防止意外傷害

15
15

七個月至十二個月

15	自行車安全	15	滿一歲到二歲
15	防止火傷及燙傷	15	如何防範意外中毒事件
15	燙傷・火傷處理法	15	滿一歲到三歲
15	外科縫線傷口的照護	15	玩具的選擇
15	玩水・游泳的安全守則	15	滿三歲到六歲
15	頭部外傷及腦震盪	15	六歲到十二歲的學童
15	汽車安全	15	青少年期
15	如何保護您的小寶寶	15	家中發生火災時之逃生方法
15	出生到六個月	15	

第十六篇 教誨、訓練、行為與習慣 / 331

16	對小朋友的教誨與訓練	16	小朋友暴怒・發脾氣
16	大小便訓練	16	小朋友脾息
16	尿床	16	兄弟姊妹間的敵對行為
16	吮吸指頭或大姆指	16	兒童及青少年之手淫問題
16	小寶寶及小朋友的睡眠問題	16	

第十七篇 遺傳諮詢 / 347

17	遺傳諮詢的方法
----	---------

第十八篇 兒科常用的診療方法 / 351

17	羊膜腔穿刺診斷法
----	----------

18	1	頸靜脈抽血法	18	1	心包膜穿刺法
18	2	股靜脈抽血法	18	7	靜脈輸液法
18	3	手腕部橈動脈抽血法	18	8	靜脈穿鞘輸注法
18	4	腰椎穿刺法	18	9	氣管內管放置法
18	5	硬腦膜穿刺法			

附表 / 363

附表一	處方及化驗檢查單上常用的外文縮寫符號
附表二	兒童常見外科疾病手術適宜年齡表(必要時宜作遺傳諮詢)
附表三	溫度(體溫)換算表
附表四	長度(公分對英吋)換算表
附表五	重量(磅及盎司對公克)換算表
附表六	小兒實作息表
附表七	家族譜系表
附表八	家庭醫師・牙醫師・藥劑師・護士地址及電話記錄表
附表九	特殊體質及過敏記錄表
附表十	小朋友預防接種記錄表
附表十一	家庭・辦公處所及急診院所記錄表

我國民間常用醫學術語



甲、一般用語

●陰陽：「靈樞」：「是故內有陰陽，外亦有陰陽；在內者，五臟爲陰，六腑爲陽；在外者，筋骨爲陰，皮膚爲陽。」「素問」：「陰者，藏精而起極也；陽者，衛外而爲固也。」「素問」：「陰勝則陽病，陽勝則陰病，陽勝則熱，陰勝則寒。」「素問」：「陽虛則外寒，陰虛則內熱；陽盛則外熱，陰盛則內寒」。

●五行：「五」指木、火、土、金、水五類事物，「行」是運動也。

●相生：指相互助長。

●相剋：指相互排斥。

●時令：指每一個季節的主要氣候。

●四時：即春、夏、秋、冬四季。

●節氣：五日爲一候，三候爲一節氣，一年共有二十四個節氣：立春、雨水、驚蟄、春分、清明、穀雨、立夏、小滿、芒種、夏至、小暑、大暑、立秋、處暑、白露、秋分、寒露、霜降、立冬、小雪、大雪、冬至、小寒、大寒。

●十二時：即子、丑、寅、卯、辰、巳、午、未、申、酉、戌、亥十二時辰。每一時辰相當於兩小時

。子時相當於晚上十一時越午夜而到次晨一時，丑時相當於清晨一—三時，餘依此類推。

●五臟：指心、肝、脾、肺、腎。

●六腑：指心、肝、脾、肺、腎，心包絡。

●七竅：指頭部及面部的七個孔竅：眼二、耳二、鼻孔二，及口。

●膏肓：膏者，心下之部也；肓者，心下膈上之部也。膏肓意指病位之深隱。古人認為病位深隱之疾不易治療。「左傳」（成一年）：晉侯夢疾為二豎子，曰「彼名醫也，懼傷我焉。」其一曰：「居肓之上，膏之下，若我何？」醫至，曰：「疾不可為也！在肓之上，膏之下，攻之不可，達之不及，藥不至焉。不可為也。」公曰：「良醫也！」厚為之禮而歸之。故形容：「刀不可施，藥不能達」的「難以治療之病」，甚至「不治之症」為「病入膏肓」。

●丹田：計有兩種含義：①我國道家稱人身臍下三寸之地是為丹田，認為這個部位在男子為精室，女子則為子宮也。②氣功之名詞，其部位有三：在臍下者曰：「下丹田」，於心窩部者曰：「中丹田」，位於兩眉之間者曰：「上丹田」。

●風濕：「傷寒論」：「風濕相搏，骨節疼痛，掣痛不得屈伸，近之則痛劇……」。

●七情：指喜、怒、憂、思、悲、恐、驚等各種精神情緒之變化之七種表現，是人生在世對於外在事物之不同反映。

●水土不服：是指人初到一個新的地方，因為各種自然環境及生活習慣之改變，所造成之暫時不能適

應的現象。這些現象包括食慾不振、腹脹、腹痛、腹瀉、失眠、月經不調等。

● 肝火：中醫學家所說由於肝臟機能亢盛所產生之臨床症狀，如頭痛眩暈、眼紅、眼痛、面赤、嘴苦、急躁易怒、舌邊尖紅、甚至嘔血、咯血等現象。

● 中氣不足：中醫學家所指之脾胃虛弱所引致之功能衰退，無力之現象。臨床症狀有食慾不振、食後易脹、眩暈疲怠、面色蒼白、大便稀爛等現象。

● 衄家：指平常易流鼻血的人。

● 喘家：指常有發作氣喘病的人。

● 更衣：原指更換衣服之意，古時士大夫在休息時要更換衣服，後來上廁所也算更衣。所謂「不更衣」，乃指不大便的意思。

● 失神：指神氣喪失，輕者目睛昏暗，形羸色敗，重者暴瀉不止，喘息異常，甚或周身大肉已脫（形容極度消瘦），或兩手循衣摸床，或卒倒而眼開口開，手撒尿遺等，迹近昏迷之症狀均可謂之「失神」。

● 大骨枯槁：指某些慢性消耗性疾病患者到晚期時因極度消瘦而肌肉瘦削，全身骨節關節暴露，骨骼有如枯萎幾至不能支撐軀體也。

● 失音：說話時發不出聲音也。

● 嘶啞：即聲音嘶啞也，見於急、慢性咽喉炎症，聲帶創傷等上呼吸道症狀。

● 譫語：指病患在神志不清的情況下，胡言亂語的症狀。

● 狂言：指患者在病態時言語粗魯狂妄，失去理智控制的症狀。

● 錯語：指患者在病態時雖神志清醒然言語錯亂，但既說之後又自知認錯的症狀。

● 獨語：指患者在清醒的狀態下，並無講話的對象却喃喃自語，但見人反而話止之症狀。

● 睡中呢喃：指人在睡夢中之囁語，旁人聽來但覺咬字不清，意思不明。

● 問診：指醫師詢問病情也。醫師在病者或其家屬或陪診者主訴病情之同時，對病患，或其家屬或陪診者問詢患者病痛之所在，發病之時間、症狀、經過、既往病史、家族病史、既往治療等與疾病有關之各種詳情，為了解病情、病史、及進行檢查、治療之前的重要步驟。

● 平息：正常的、平靜的呼吸。

● 太息：亦即深呼吸也，但以呼氣為主，亦即嘆氣也。

● 敷：中醫療法之一，乃將新鮮植物藥搗爛，或將乾藥碾磨成粉，再加酒、蜜、醋等加以調和，再敷在局部，並定時更換。用於傷科或腫傷之治療。

● 電：即掩覆也，分為冷電法及熱電法，前者以濕冷紗布擰乾後掩覆之；後者則以濕熱紗布輕絞去水，再掩覆於疼痛處。

● 吸入：將某些藥物形成水霧以供病患吸入而治療疾病，多用於治療呼吸器官疾患。

● 膏摩：即以藥膏摩擦局部。

● 含嗽：將藥物製成水液，令患者先含一會，再嗽滌後吐去，通常一日可含嗽數次，用為清潔口腔咽

喉患部之方法。

●導法：將液體性藥物灌入腸中，或將潤滑性之錠劑、坐劑等塞入肛門內，以通下大便或清除大腸中之糞便，又稱灌腸法。

乙、人體表面部位（或即解剖部位之名詞）

●頭顱骨：指頭部覆蓋包圍腦髓的骨骼也，亦可簡稱爲頭顱。今醫學解剖學所稱之「頂骨」，亦稱頭顱骨。

●囱門：位於頭頂部之前方正中央，幼嬰時因各個顱骨間之骨縫尚未完全縫合，故囱門未閉，以乎可觸及該部位之血管跳動，醫師亦常用以判斷幼兒有無脫水現象（此時囱門會凹陷），或有無顱內壓力增高的現象（比如腦膜炎時，囱門會膨出）。

●髮際：亦即頭皮上生長頭髮的邊緣部。又有前後髮際之分，在額部上方者謂之「前髮際」，在後額部上方者謂之「後髮際」。

●印堂：鼻根部上，兩眉之間的部位，又稱「闕」，「闕中」。

●額：指額面上部，頭髮邊緣（髮際）之下，兩眉以上的部位。

●山根：左右側目內眥（內眼角）的中間，又稱王宮、頰、下極。

- 頰：指由承漿（下唇中央部下方的凹陷處）以下到下頷骨下緣之部位，俗稱下巴。
- 太陽：位於眼眶（肩稜骨）之外後方，顳骨弓上方的部位，又稱鬚骨、顳額。
- 顳骨：位於眼的外下方之顳面隆起部分。
- 巨分：指由鼻翼外緣向口角外側伸延的皮膚皺紋溝，亦即「口旁大紋處」，或即「鼻翼溝」。
- 腮：相當於口腔黏膜之外壁；亦即位於口部外側，頰部之前方，頤部之上方所圍成的部位。
- 天庭：指額部的中央。
- 頤：位於頰部之外上方，口角之外下方，腮部下方之部位。
- 頰：指耳之前方，顳骨外方之部位。
- 頤：指下頷骨（俗稱頰車）相當於耳下之一部份。
- 完骨：指耳廓後面隆起之骨，亦即醫學解剖學所稱之顳骨乳突的部位。
- 枕骨：指位於頭頂部的後方，頭顱骨之後下方。
- 內眥：即內眼角，指上、下眼瞼在鼻側相連結的部位。
- 外眥：即外眼角，指上、下眼瞼在顳側相連結的部位。
- 人中：位於鼻下方，唇上方之皮膚縱溝部，又稱鼻唇溝。
- 承漿：下唇中央部下方之凹陷處。
- 吻：指上唇與下唇在左、右側口角會合的部位。亦有將嘴唇四周之部分稱之為「吻」者。