

现代家庭医疗保健实用丛书

小儿家庭医疗保健

主编 包同敏



江西高校出版社

现代家庭医疗保健实用丛书

KI

KI

小儿家庭医疗保健

主编 包同敏
编者 (以姓氏笔划为序)
尹正中 仇雅兰
包同敏 许国毅
罗兴中 胡炳德
柳丽瑰

江西高校出版

书 名： 小儿家庭医疗保健
主 编： 包同敏
出 版： 江西高校出版社（南昌市洪都北大道 16 号）
发 行：
经 销： 各地新华书店
照 排： 江西震华公司照排中心
印 刷： 南昌市印刷五厂
开 本： 787×1092 1/36
印 张： 9.11
字 数： 172 千
印 数： 6001—11000 册
版 次： 1995 年 2 月第 1 版第 1 次印刷
1996 年 4 月第 1 版第 2 次印刷
定 价： 6.00 元

ISBN 7—81033—427—1

R·17

邮政编码：330046 电话：8331257、8332093、8329894
(江西高校版图书凡属印刷、装订错误、请随时向承印厂调换)

内容简介

本分册内容包括新生儿保健、营养与喂养(尤偏重介绍母乳喂养的新方法),儿童体格发育和体格锻炼,儿童心理和智力发展,预防意外事故,儿童用品和玩具,儿童五官保健和医疗,小儿常见内科疾病防治与保健,小儿常见传染病防治和预防接种,小儿常见外科疾病的防治等。此外,本书还对普遍见诸于市场、家庭的儿童食品、用品的选择问题及其他影响儿童健康的问题作了简要的阐述。

现代家庭医疗 保健实用丛书

编委会成员

主任委员 黎正良
副主任委员 刘五云
学 忠

编委 (按姓氏笔划为序)

包同敏	刘五云
刘炎玲	学 忠
许秀平	任正心
李运扬	李 昆
陈仕彬	罗 伟
苏 海	徐辰蕙
黎道洋	黎正良

普及医学保健知
识促进家庭健康

陈敏章

九四年三月

前 言

当今人类医学科学的发展，已由临床医学发展到预防医学和康复医学。据国内外专家学者预测，到21世纪，自我保健医学将广泛兴起。随着医学知识技能的普及和医学科学的自身发展，医疗、卫生、保健工作的重点，也将会逐渐地从医疗卫生单位转移到家庭，这样，家庭的自我医疗、自我护理和自我保健，将会成为人们防治疾病、维持健康、延年益寿的主要手段。为了适应未来医学的发展和人们对健康的需求，我们编写了这套《现代家庭医疗保健实用丛书》奉献给读者，旨在向广大群众普及医学知识与技能，提高人民的自我保健意识和自我保健能力，为实现我国到2000年“人人享有卫生保健”、“人人健康”的目标，奠定医学知识与技能基础，使医学更好地为维护人民健康和“四化”建设服务。

全套丛书共分十个分册，主要从以下几个方面实际情况和需要编写。其一，鉴于不同年龄段患者疾病表现、诊断、治疗、预防和护理的特殊性，依照年龄顺序，编写了《小儿家庭医疗保健》、《中青年家庭医疗保健》和《老年家庭医疗保健》三个分册；其二，鉴于目前防治手段和保健方法除药疗、手术之外，又增加了食疗、理疗、气功、按摩和护理等新手段，编写了《家庭食疗保健》、《家庭气功按摩与理疗保健》和《家庭护理保健》三个分册；其

三，鉴于女性生理特点和疾患的特殊性，编写了《妇女家庭医疗保健》分册；其四，鉴于读者家庭用药的需要，编写了《家庭用药指南》分册；其五，鉴于人的健康状况，除与生物、理化因素直接相关外，还受心理、社会因素的影响和制约这一现实，编写了《家庭心理卫生保健》分册，以使人们注重心理卫生，防治心身疾病；其六，鉴于目前广大已婚者普遍缺乏性知识，因性生活不协调而引起的心身疾病日渐增多的现象，编写了《家庭夫妻性生活保健》分册。各分册由其主编负责组织编写并审定修改，全套丛书最后由丛书编委会主任委员黎正良、副主任委员刘五云审稿、统稿和定稿。

这套丛书的编写，得到了国家卫生部陈敏章部长的大力支持和关怀，陈敏章部长还亲自为丛书题了词。此外，这套丛书的出版也得到了江西高校出版社、江西医学院及其附属医院、江西妇幼保健院、江西医院、南京浦口医院和南昌市《家庭医生报》社等单位的大力支持，在此一并表示衷心的感谢。

本丛书在编写过程中，尽管吸取了近年来国内外医家和学者研究的最新成果，坚持了通俗性、实用性、科学性、前沿性、贴近性和独特性原则，但由于时间仓促，加上我们学术水平所限，书中不足之处在所难免，诚恳地期望同行和读者批评指正。

《现代家庭医疗保健实用丛书》编委会
一九九四年九月于南昌

目 录

第一章 新生儿保健

一、新生儿的生理特点和护理 (1)

(一)新生儿特点

(二)新生儿护理

二、早产儿的特点和护理 (4)

第二章 小儿体格发育

一、生长发育是儿童特有的一个基本特征..... (6)

二、儿童不同年龄时期的发育速度 (7)

三、儿童体型与成人的不同 (8)

四、儿童生长发育的个体差异 (9)

五、影响儿童生长发育的因素 (9)

六、观察儿童体格发育的常用指标..... (11)

七、身高的发育规律及估算方法..... (12)

八、体重的发育规律及估算方法..... (13)

九、头围、胸围的发育规律及评估方法 ... (14)

十、儿童体格发育和营养状况的综合评价方法 (14)

十一、囟门发育的判别..... (17)

十二、医学上的骨龄与生命年龄有何不同·····	(18)
十三、青春发育期开始的标志·····	(19)
十四、如何看待儿童体格发育的参考数据·····	(20)
十五、小儿为什么要做生长发育监测·····	(21)
第三章 小儿营养与饮食	
一、营养素·····	(22)
(一)营养素与热能对儿童有什么重要意义	
(二)各种营养素对儿童有什么特殊作用	
(三)营养素的价值及相互间的关系	
二、怎样喂好孩子·····	(34)
(一)母乳喂养的好处	
(二)母乳喂养的技术和技巧要求	
(三)乳母的营养饮食与摄生	
(四)母乳喂养中常遇到的问题及处理方法	
(五)妈妈患病能否喂奶	
(六)一些特殊婴儿怎样喂奶	
(七)怎样断奶	
三、辅食·····	(57)
(一)什么是辅食,为什么要给婴儿添加辅食	
(二)怎样给婴儿添加辅食	
(三)家庭怎样自制辅食	
四、人工喂养·····	(61)
(一)妈妈就是没有奶来喂孩子怎么办	

- (二)怎样初步改变牛奶之不足
- (三)市场常见销售的几种奶制品
- (四)人工喂养应注意些什么
- (五)什么是强化食品
- 五、幼儿膳食…………… (71)

- (一)怎样合理安排幼儿膳食
- (二)安排幼儿膳食有什么具体要求

第四章 小儿体格锻炼

- 一、体格锻炼的重要意义…………… (74)
- 二、小儿体格锻炼时必需注意什么…………… (75)
- 三、日常生活中如何进行体格锻炼…………… (77)
- (一)冷空气锻炼
- (二)日光锻炼
- (三)利用水来锻炼
- (四)体操锻炼
- 四、婴儿被动操和婴儿被主动操…………… (80)

第五章 儿童心理卫生

- 一、健康的概念有什么新变化…………… (92)
- 二、什么是儿童心理卫生…………… (93)
- 三、婴儿期是心理健康的起点…………… (95)
- (一)父母为什么要多多抱孩子
- (二)如何根据孩子的气质特征进行教育
- (三)婴儿为什么需要抚摸和拥抱
- 四、注重幼儿期语言的发展…………… (97)

(一) 婴儿学说话有何规律性	
(二) 儿童言语发展受哪些因素的影响	
(三) 在哪些情况下应考虑孩子语言发展障碍	
(四) 如何防治儿童口吃	
五、游戏是学前儿童的最好学习形式 …	(100)
六、关于儿童精神卫生问题 ……………	(101)
(一) 儿童精神卫生偏异有哪些表现	
(二) 造成儿童精神偏异的因素	
(三) 如何预防儿童精神卫生偏异	
七、纠正孩子不良习惯 ……………	(104)
(一) 如何纠正孩子啃指甲的不良习惯	
(二) 如何纠正孩子的交叉夹腿动作	
八、什么是儿童多动综合症 ……………	(106)
九、莫将学龄前儿童的“好动”误认为儿童多动症……………	(108)
十、早期矫治儿童的退缩行为 ……………	(109)
(一) 儿童发生退缩行为的原因	
(二) 防治儿童退缩行为的措施	
十一、儿童期孤独症的防治 ……………	(111)
(一) 什么是儿童期孤独症	
(二) 如何识别儿童期孤独症	
(三) 如何防治儿童期孤独症	
十二、学习和学习困难 ……………	(113)
(一) 什么是学习困难	
(二) 影响儿童学习困难有哪些因素	

(三)父母应如何对待孩子学习困难	
十三、智力与智力测验	(116)
(一)什么是智力	
(二)儿童的智力如何测定	
(三)如何看待儿童智力测验的结果	
十四、重视儿童非智力因素的培养	(118)
第六章 儿童的用品和玩具	
一、儿童的衣着	(120)
(一)新生儿的襁褓	
(二)新生儿的衣服	
(三)选择什么样的尿布好	
(四)婴幼儿的衣服	
(五)婴幼儿的裤子	
(六)怎样制作小儿罩衣罩裤	
(七)穿多少衣服才合适	
(八)怎样选择小儿的鞋子	
二、儿童用品	(126)
(一)儿童床与床上用品	
(二)盥洗用品	
(三)喂养婴儿用品	
(四)对童车有什么要求	
三、玩具	(128)
(一)玩具的作用	
(二)玩具的种类	
(三)选择玩具的要求	

第七章 环境与预防意外事故

一、环境与安全 (133)

(一)居室内外环境有什么要求

(二)孩子整天生活在空调室内好不好

(三)家里养猫、养狗好不好

二、预防意外窒息和事故 (137)

(一)怎样预防意外窒息

(二)常见意外事故

第八章 小儿家庭教育

一、开发儿童智力,家庭教育是关键..... (147)

二、早期教育 (148)

三、培养儿童良好的卫生习惯 (150)

四、重视独生子女的教育 (152)

五、弱智儿童的教育 (154)

六、智力超常儿童的教育 (156)

七、培养孩子的独立生活能力 (158)

八、正确对待好问的孩子 (159)

九、不要吓唬孩子 (162)

十、要教育孩子合群 (163)

十一、关心孩子的课外活动 (165)

第九章 小儿常见内科疾病防治与保健

一、新生儿常见疾病的防治与保健 (167)

(一)新生儿肺炎的防治与保健

(二)新生儿败血症的防治与保健	
(三)新生儿颅内出血的防治与保健	
(四)新生儿脐炎的防治与保健	
(五)新生儿破伤风的防治与保健	
二、小儿常见四病的防治与保健	(171)
(一)佝偻病的防治与保健	
(二)营养性缺铁性贫血的防治	
(三)小儿肺炎的防治与保健	
(四)小儿腹泻的防治与保健	
三、小儿几种常见营养素缺乏疾病	(194)
(一)维生素 A 缺乏病	
(二)维生素 B ₁ 缺乏病	
(三)维生素 B ₂ 缺乏病	
(四)如何防治锌缺乏病	
四、营养不良与过剩	(198)
(一)如何防治营养不良	
(二)如何防治营养过剩—肥胖症	
五、夏季热的防治	(201)
(一)婴幼儿为什么会患夏季热	
(二)夏季热有哪些表现	
(三)怎样防治夏季热	
第十章 小儿常见传染病的防治	
一、麻疹	(204)
(一)麻疹的主要症状和表现	
(二)麻疹的并发症	

(三)怎样预防麻疹	
(四)麻疹的治疗	
二、水痘	(207)
(一)水痘的主要症状	
(二)水痘的并发症	
(三)怎样预防水痘	
(四)怎样治疗水痘	
三、流行性腮腺炎	(209)
(一)流行性腮腺炎的主要症状	
(二)怎样预防腮腺炎	
(三)怎样治疗腮腺炎	
四、脊髓灰质炎	(211)
(一)脊髓灰质炎的主要症状	
(二)怎样预防脊髓灰质炎	
(三)怎样治疗脊髓灰质炎	
五、百日咳	(215)
(一)百日咳的主要症状和表现	
(二)百日咳的并发症	
(三)怎样预防百日咳	
(四)怎样治疗百日咳	
六、白喉	(217)
(一)白喉的主要症状和表现	
(二)白喉的并发症	
(三)怎样预防白喉	
(四)怎样治疗白喉	

七、细菌性痢疾 (220)

(一)菌痢的主要症状和表现

(二)怎样预防菌痢

(三)怎样治疗菌痢

八、流行性脑脊髓膜炎 (223)

(一)流脑的主要症状和表现

(二)怎样预防流脑

(三)怎样治疗流脑

九、病毒性肝炎 (226)

(一)病毒性肝炎分哪几类

(二)病毒性肝炎的主要症状和表现

(三)病毒性肝炎的实验室检查

(四)病毒性肝炎的主要治疗方法有哪些

(五)怎样预防病毒性肝炎

第十一章 预防接种与计划免疫

一、预防接种 (233)

二、计划免疫 (234)

三、儿童基础免疫 (234)

四、儿童计划免疫程度 (235)

五、预防接种工作中应注意哪些事项 ... (236)

第十二章 小儿口腔、眼、五官常见

疾病与保健

一、小儿口腔家庭保健 (237)

(一)小儿牙齿有什么特点

(二)小儿常见口腔疾病