



BAI BING
ZHI NAN
jia ting yi hu
zhi dao

陶慎为
程红 主编

百病指南

— 家庭医护指导

儿科卷

Y-4102/106



A0098791

中国书籍出版社
· 北京 ·

(京)新登字 008 号

出版人 洪忠炉
责任编辑 张清雅 丘 淙
封面设计 徐步功

百病指南——家庭医护指导·儿科卷
BAIBING ZHINAN—JIATING YIHU ZHIDAO·ERKEJUAN
陶慎为 程 红 主编

*

中国书籍出版社出版
(北京市西城区西绒线胡同甲 7 号)
邮政编码:100031
北京市管庄印刷厂印刷
新华书店北京发行所发行

*

787 毫米×1092 毫米 32 开本 9.25 印张 205000 字
1993 年 10 月第 1 版 1993 年 10 月第 1 次印刷
印数:1—10000 册

*

ISBN7-5068-0159-0/R·3
定价:6.15 元

《百病指南——家庭医护指导·儿科卷》

编委成员

程 红	王祖煌	翟藻春	傅正恺
陶慎为	赵淑文	周约翰	赵 怡

撰 稿 人

(按文章先后顺序)

陶慎为	雷淑清	张淑润	马秀芝
刘 冰	王树山	汪伶伶	马恩荣
雷 宇	吴光驰	郭育华	王立文
王 琍	陈大坤	张玉敏	贾 钧
赵立明	赵钟岳	马 轡	王惠珊
金 曦	王存爽	徐光芝	马 婷
王祖煌	程 红		

全心全意為人
民服務一切從
病人著想

崔月犁
一九九三年七月

注：崔月犁同志原是中華人民共和國衛生部部長，現任中國紅十字總會名譽會長。

為
民
作
家
家
美
人
的
健
康
幸
福

李振军
李振军



注：李振军同志是中国医疗保健国际交流促进会的顾问，原任中国人民武警部队总部政委。

前 言

《百病指南——家庭医护指导》丛书是一套专为千家万户广大人民群众编著的书,全套丛书分为内科卷、外科卷、妇产科(附性病)卷、儿科卷、五官科卷五册。

我们编写这部丛书的目的在于提高广大读者对常见病、多发病的医学护理常识,并使读者在工作和生活中做到自我治疗、护理、预防和保健。随着人民物质文化生活水平的提高,“家庭医学”的概念应运而生。在日常生活中,跌打损伤、头痛脑热、腹泻便秘及各种急性病症常会发生,对此如何正确、及时、有效地在家庭生活中早期发现,及时处置,合理配合治疗,使患者不发生意外,特别是做到早期预防和保健,则是“家庭医学”的核心,也是确定本丛书的宗旨和内容范围的依据。

本丛书的特点是把中西医基础医学知识和实际应用结合起来,综合概述了各专科常见病、多发病的病因、临床表现、化验指标、诊断和鉴别诊断、详细重点突出了各种病症在家庭治疗、护理、预防和保健的具体指导。本丛书内容丰富、结构新颖、通俗易懂、使用方便,具有较强的实用性,是每个家庭必不可少的家庭咨询“医生”和“顾问”。本丛书也适于广大基层医务工作者和各界人士阅读参考。

本丛书是北京南丁格尔医护服务公司根据服务对象的实际需要策划组织编写的。在编写过程中,得到了北京医科大学

人民医院、北京医科大学第一医院、首都儿科研究所、同仁医院等专家教授、主治医生、主管护师的热心指导并提供稿件；中国书籍出版社对本丛书的编写和出版给予了真诚的支持和关心，在此我们一并表示衷心的感谢！

本丛书的问世，是北京南丁格尔医护服务公司献给广大读者的一片爱心。我们的知识水平有限，实践经验有待不断提高，我们衷心地希望广大读者多多赐教。在此谨祝每个家庭和广大读者健康、愉快、幸福、长寿！

编 者

1993年7月

目 录

[1] 新生儿的正确喂养	(1)
[2] 新生儿的护理	(7)
[3] 新生儿脐带与脐炎	(11)
[4] 新生儿硬肿症	(13)
[5] 新生儿黄疸	(17)
[6] 臀红·尿布疹·湿疹处置	(21)
[7] 荨麻疹	(24)
[8] 麻疹	(28)
[9] 猩红热	(32)
[10] 水痘与带状疱疹	(35)
[11] 风疹与幼儿急疹	(38)
[12] 脑膜炎与大脑炎	(42)
[13] 腮腺肿大与流行性腮腺炎	(46)
[14] 手·足·口病	(49)
[15] 病毒性肝炎与乳儿肝炎	(51)
[16] 结核菌素试验与小儿结核感染	(57)
[17] 小儿传染病的常用家庭消毒方法	(62)
[18] 上呼吸道感染	(64)

[19]小儿扁桃体炎与扁桃体摘除术	(67)
[20]小儿急性喉炎与喉头水肿	(71)
[21]小儿肺炎	(75)
[22]新生儿呕吐	(78)
[23]儿童常见维生素缺乏与疾病	(81)
[24]维生素 D、钙缺乏与佝偻病	(87)
[25]铁及维生素 B ₁₂ 缺乏与贫血	(92)
[26]过敏性紫癜	(96)
[27]病毒性心肌炎	(100)
[28]心脏杂音和心脏疾患	(104)
[29]婴幼儿腹痛的观察与护理	(108)
[30]隐睾	(114)
[31]烧伤	(118)
[32]鞘膜积液	(121)
[33]小儿疝气	(125)
[34]肠套叠	(130)
[35]蛲虫病	(135)
[36]蛔虫病	(139)
[37]小儿腹泻的家庭护理指导	(143)
[38]小儿遗尿症	(147)
[39]尿频与泌尿系感染	(151)
[40]肾炎	(155)
[41]肾病	(158)
[42]小儿意外事故的现场急救	(161)

[43]小儿常见外伤的家庭救护	(168)
[44]桡骨小头半脱位	(174)
[45]先天性髋关节脱位	(177)
[46]肘部骨折	(180)
[47]前臂双骨折	(187)
[48]股骨干骨折	(190)
[49]斜颈	(194)
[50]小儿肥胖病	(198)
[51]儿童多动综合征	(202)
[52]脑发育迟缓综合征	(207)
[53]小儿智力低下的早期发现及 家庭训练方法	(212)
[54]儿童斜视的检查及医疗护理指导	(217)
[55]儿童屈光不正与矫治	(222)
附:儿童假性近视	
[56]儿童弱视的防治	(227)
附:儿童视力检查法	
[57]小儿高热的观察与护理	(234)
[58]小儿高热常用的物理降温方法	(238)
[59]婴幼儿抽风的观察与护理	(241)
[60]婴儿哭闹的观察与护理	(244)
[61]蚊虫叮咬、痱子的家庭医护指导	(246)
[62]预防接种的意义及其指导	(250)
[63]小儿常用药物剂量及用法	(254)
[64]小儿常用中成药的用途及用法	(261)

附录一:化验检查正常值 (266)

附录二:食物中营养成分含量表 (273)

1. 新生儿的正确喂养

一、概述

新生儿在脱离母体后,生活环境发生了巨大变化。胎儿在母体内生长发育所需要的营养物质,是通过胎盘从母体获得。出生以后就完全依靠自己的消化器官来消化、吸收外界提供的营养物质,即完全依靠喂养来完成。所以,喂养方法是否科学,是否对新生儿适宜,这对新生儿的健康生长发育非常重要。

二、喂养的种类及喂养方法的指导

1. 母乳喂养

母乳是婴儿最好的天然营养品,对新生儿就更为重要。

(1)母乳喂养的优点:母乳含有婴儿生后 4—6 个月内所需的全部营养物质。母乳中含适合新生儿需要的蛋白质和脂肪,并很容易被消化吸收;含有比其他乳类制品较多的人体所需要的乳糖及丰富的维生素,所以,母乳喂养的新生儿不需要再补充维生素、果汁和糖水;母乳中含有充足的,很容易被新生儿吸收的铁,所以,喂母乳不会发生缺铁性贫血;母乳中含有足够的水分,完全能满足新生儿对水分的需要;母乳中含有适量的盐、钙和磷。母乳中所含有的这些营养物质最有利于新生儿生长发育的需要。

母乳具有抗感染的作用,母乳喂养的新生儿不容易患腹

泻及上呼吸道感染。原因是：①母乳恒温，清洁无菌，直接喂至新生儿口中，避免很多被污染的机会；②母乳中含有丰富的免疫球蛋白及白细胞，它有助于保护新生儿不致发生感染；③母乳中含有一种物质，它有助于新生儿肠道内乳酸杆菌的生长，乳酸杆菌又能阻止其他有害细菌的生长而预防腹泻的发生；④母乳中含有一种含铁蛋白，这种含铁蛋白对致病性肠道细菌有抗菌抑制作用，从而可以预防新生儿发生腹泻。

母乳喂养的其他优点：母乳喂养方便，随时可以哺喂；母乳在乳房中不会变质，新生儿什么时候获得的都是新鲜的乳汁；母乳喂养有助于母亲产后子宫的收缩复原及止血作用；母乳喂养有助于母婴间的感情交流，有利于双方的身心健康。

(2)母乳喂养的方法：母乳喂养的关键时间，是出生后的头几天。只要方法正确，母亲坚持下来，母乳喂养则一定成功。

第一次喂哺：在医院里，首次喂奶应在产床上就进行。在给母亲和婴儿保暖的情况下，即让婴儿躺在母亲的怀中让他吸吮乳头。这是婴儿第一次吸吮的最好学习机会，这时婴儿的吸吮反射可能很强烈。婴儿的吸吮动作可以刺激母亲体内催产素的产生，有助于胎盘的娩出及减少出血。婴儿也可以获得价值很高的初乳。婴儿一出生就与母亲接触，是建立母婴感情的重要纽带，能使母亲给予婴儿更多的母爱和关心，并建立起更强的喂母乳的信心。

母婴同室：正常分娩后，不应该将母亲和婴儿分开。而是睡在一个床上，或者让婴儿睡在母亲床旁的小床上，便于母亲从一开始就担负起关心和照顾婴儿的责任，并有利于母乳的喂养。

喂奶的时间：现在的新观点是，只要婴儿啼哭有吃奶的要求，或者母亲觉得应该喂奶的时候，就可以让婴儿吃奶。婴儿

刚开始吃奶时,可能很不规则,在最初几天,可能要吃的次数很多,但经过1—2个星期后,会渐渐地形成一定的规律。让婴儿经常地吸吮母亲的乳头,可以刺激母体中催产素的分泌,能使母亲乳汁分泌的早、分泌的多。同时也可以预防奶胀。每次哺乳时间不要强行规定,大多数婴儿吸吮5—10分钟即可,但也有些需要较长的时间,甚至半小时,这都是可以的。因为,吃奶速度快的婴儿与速度慢的婴儿其摄入的总奶量基本是相同的。如果都喂同样的时间,吃的慢的婴儿就吃不到足量的奶,更吃不到他生长发育所需要的能量丰富的奶。

(3)母乳喂养中应注意的问题:为保证母乳喂养的成功,首先是在母亲来奶前或自认为奶量不足时,不要给婴儿喂代乳品、牛奶或葡萄糖水。这是不必要的。因为少量的初乳已能满足刚出生正常婴儿的需要。另外,这样做可出现对婴儿和母亲的不利现象。对婴儿的危害是:①婴儿因为吃饱了,而不愿意再吸吮母亲的乳头,给今后母乳喂养造成困难。②婴儿容易引起腹泻。因为,人工喂养极易受到污染,而且婴儿不吃奶就得不到具有抗感染作用很强的初乳。③过早吃牛奶,婴儿容易产生过敏,患过敏性湿疹等疾病。④如果婴儿用奶瓶喂养,时间稍长,新生儿就不愿意吸吮母亲的乳头。

对母亲的危害是:①婴儿不好好地吸吮,可推迟或影响母乳的分泌;②婴儿不把奶吃完,母亲易发生胀奶和乳腺炎;③为母亲坚持母乳喂养造成困难,很易导致母乳喂养的失败。

两侧乳房轮流喂奶:每次喂奶要求两侧乳房都吃到。较小的婴儿可能吃一侧已饱了,或在另一侧仅吃少量的奶。要把剩余的奶挤空。另外,每次两侧乳房先后轮流喂,第一次先喂右侧,则第二次先喂左侧,要避免母亲只喂一侧乳房的习惯,或常期从一侧多吃,另一侧少吃,以防造成吃的少的一侧乳房分

泌量减少或停止泌乳。

夜间喂奶：有的母亲为了怕麻烦，夜间不愿给婴儿吃奶。其实，如果坚持夜间喂奶，使婴儿吸吮次数增多，有利于母亲乳汁的分泌；尤其是对白天要上班的母亲更为重要；另外对避孕也可起重要影响。

乳房的清洗：过去，都要求母亲每次喂奶前清洗乳头。这是不必要的。因为，经常洗乳头，尤其用肥皂洗，会除去乳头上的油性保护层，使乳头皮肤变得干燥而容易损伤和皲裂，反而为母乳喂养带来困难。

新生儿出生后，不要先喂水。因为，正常婴儿在出生时，体内已贮存了足够的水分，可维持至母亲来奶，而不需要饮水，加喂水反而会影响母乳喂养。

新生儿早期体重变化：一般来说，婴儿在出生头几天，体重会有所下降，大约降低其出生体重的10%左右。吃奶以后婴儿的体重逐渐恢复，大约在10天左右便会恢复到出生时体重，这称之为“新生儿生理性体重下降”，属正常现象。如果按需要随时喂奶则比定时喂奶，婴儿体重减轻的较少，且恢复时间也快。

(4)母、婴有病如何坚持母乳喂养：除麻风、肺结核、传染性肝炎等严重传染病、严重心、肾疾病外，母亲都可继续喂奶。一般感冒，只要戴好口罩、洗净双手即可喂奶。母亲乳房肿胀或患乳腺炎时，也应坚持母乳喂养。也可以将母乳挤出用匙喂。婴儿有病继续保持母乳喂养，可使婴儿恢复得更快。婴儿食欲不好，可以多喂几次。如果不能吸吮，也可将奶挤出用匙喂。总之，不要轻易停止母乳喂养。

(5)增加母乳分泌的食物及药物：除以上所说促进母乳分泌的方法外，也可用食物和药物配合使用，促进乳汁的分泌。

催奶的食物：经常吃一些新鲜水果、蔬菜、豆类食物（豆腐、豆浆）等，还可喝鲫鱼汤、猪蹄汤等。

催奶的药物：

当归 10 克、王不留行 10 克，煎服；

王不留行 15 克、通草 9 克、猪脚爪（或前蹄膀）加水煎服；

北芪 25 克、川芎 5 克、王不留行 20 克、通草 25 克；清水煎服，每日一剂，连服二周。

催奶土方：

豆腐 120 克，红糖 30 克，加水一碗煮熟，然后加米酒 30 克，内服；

熟木瓜适量炖猪脚爪（可加生姜数片）；

针灸治疗：针刺膻中、外关、少泽。

2. 人工喂养

由于各种原因母亲不能亲自哺喂婴儿时，可采用牛奶、羊奶或豆浆等其他代乳品，称之为人工喂养。

（1）常用乳品和代乳品有：牛奶、羊奶、牛奶制品（全脂奶粉、母乳化奶粉、蒸发乳、酸牛奶等）、豆浆、豆代乳粉等。

（2）牛奶的配制和用量：牛奶过稠或过稀都对新生儿发育不利，新生儿消化道功能较差，牛奶太浓则不易吸收，会引起消化不良，大便干燥。太稀则营养不够，时间长了会引起营养不良。新生儿在喂养的头几天，用两份牛奶加一份水；一周以后，四份牛奶加一份水（最好用米汤代替水，因为米汤容易被消化吸收）；但目前市场上的牛奶稀稠不一，应以新生儿消化吸收能力而酌情调配浓度为宜。

新生儿所需的牛奶量，因依据其体重和食量的不同而定。一般每顿可喂给奶瓶的半大格至一大格，一大格约 30 毫升。每日喂 6—7 次。

(3)奶粉的调配:奶粉和牛奶一样,也要稠、稀适宜。一斤全脂奶粉由八斤鲜牛奶浓缩而成。因此,一斤奶粉要加七斤水,其浓度才能和鲜牛奶一样。一般可用一平匙奶粉加四平匙水来调制即可。

在没有牛奶或奶粉的地方,也可用羊奶和豆浆代替。

(4)人工喂养的新生儿要补充糖和水,糖可加在牛奶中,每 100 毫升牛奶中加 5 克糖,以补充新生儿生长发育所需要的热量。喂水时间,以每两次喂奶的中间为宜,喂水量每天 300—500 毫升左右,随天气变化及婴儿体质而灵活掌握。

(陶慎为)