

实用育婴知识 问答

● 包美珍 主编

天津科学技术出版社



4-42
2

1
R174-49
BN82

实用育婴知识问答

包美珍 主编
洪茜萍 雯 餐 编

1/10/24



A0033070

天津科学技术出版社

津新登字(90)003号

责任编辑: 王国利

实用育婴知识问答

包美珍 主编

洪茜萍 雯 馨 编

*

天津科学技术出版社出版

天津市赤峰道130号

天津市武清县永兴印刷厂印刷

新华书店天津发行所发行

*

开本787×1092毫米 1/32 印张5.875 字数117 000

1992年9月第1版

1992年9月第1次印刷

印数: 1—7 000

ISBN 7-5308-1116-9/G·256 定价: 2.70元

前 言

在我国实行计划生育,一对夫妇只生一个孩子的情况下,父母对唯一的小宝贝无不视若掌上明珠,孩子稍有不适就很着急,不知如何是好,其实某些小毛病不必到医院就诊,自己懂得些医疗卫生常识是完全可以处理好的。因此学习和掌握一些优生优育、科学喂养、预防接种及常见疾病的防治知识是十分必要的。本书根据我们多年来在临床实践中观察到婴幼儿在日常生活中最常遇到的一些问题,给年轻的爸爸妈妈们和保育人员提供正确的处理方法,也是学习科学哺育婴幼儿的参谋助手。在各方面的关怀下,使小宝贝们能够茁壮地成长,成为德、智、体、美全面发展的一代新人。

婴幼儿最容易得病,自诉能力也差,必须依靠父母或保育人员的细心观察才能及时发现不适或异常,给医生提供重要的第一手诊断材料。及时进行预防注射也是保证孩子健康成长所必不可少的条件,家长们应积极主动地配合防疫部门完成预防接种工作。

本书还介绍了一些日常的育儿知识,希望它对一些身边没有老人的年轻父母能给一点帮助。限于水平书中不当之处敬请读者批评指正。

天津市儿童医院

主任医师 包美珍

1991年4月

目 录

围产期及母婴关系..... (1)

- 围产期是指什么时期? (1) ●围产期应解决哪些问题? (1) ●目前世界上孕产妇的死亡原因是哪些? (1) ●如何选择生育年龄? (2) ●如何计算预产期? (3) ●如何估计孕龄? (3) ●孕妇应该穿什么样的衣服? (4) ●孕妇的营养应该注意哪些? (4) ●孕期应注意哪些卫生常识? (5) ●孕期小腿抽筋该怎么办? (5) ●孕期出现便秘有什么害处? (6) ●怎样预防妊娠早期呕吐? (6) ●胎动减少说明什么? (6) ●胎儿成熟了吗? (7) ●什么是高危妊娠? (7) ●孕妇为什么宜侧卧? (8) ●孕妇下肢浮肿是正常现象吗? (8) ●如何检查胎盘功能不全? (9) ●孕产妇需要注射破伤风预防针吗? (9) ●孕妇患肝炎对胎儿新生儿有何影响? (10) ●患肝炎的母亲能喂奶吗? (10) ●如何预防产褥中暑? (11) ●什么是妊娠期贫血? (11) ●羊水过多胎儿可能有哪些异常? (12) ●羊水过少胎儿可能有哪些异常? (12) ●母婴血型不合, 如何在孕期作出诊断? (13) ●什么是妊娠高血压综合征? (14) ●妊娠高血压综合征对胎儿有什么影响? (14) ●什么是妊娠期糖尿病? (15) ●孕妇患糖尿病对胎儿新生儿有何影响? (15) ●孕妇患甲亢对胎儿新生儿有何影响? (16) ●孕妇服药对胎儿新生儿有何影响? (16)

新生儿疾病与筛查..... (18)

- 什么是新生儿? (18)
- 什么是早产儿? (18)
- 什么是过期产儿? (19)
- 什么是足月小样儿? (19)
- 什么是巨大儿? (19)
- 什么是Apgar评分? (20)
- 什么是高危儿? (21)
- 新生儿出牙“克”母亲吗? (21)
- 什么是生理性黄疸? (21)
- 什么是胎生青记? (22)
- 新生儿乳房肿大要“挤”吗? (22)
- 新生儿月经是怎么回事? (22)
- 新生儿阴囊发黑有什么问题? (23)
- 新生儿外生殖器两性畸形怎么办? (23)
- 新生儿肺炎有哪些表现? (23)
- 酸儿辣女有根据吗? (24)
- 什么是“灰婴综合征”? (24)
- 什么是新生儿红斑? (25)
- 新生儿便秘有哪些情况? (25)
- 什么是“四六风”? (25)
- 什么是新生儿脐炎? (26)
- 什么是父母血型不合造成ABO溶血? (26)
- 什么是新生儿肝炎? (27)
- 怎样进行新生儿筛查? (27)
- 什么是先天性甲低? (28)
- 先天性甲低的原因何在? (28)
- 新生儿黄疸哪些情况是不正常的? (29)
- 什么是苯酮尿症? (30)
- 苯酮尿症应该如何治疗? (30)
- 什么是枫糖尿病? (31)
- 新生儿低血糖常见的病因有哪些? (31)
- 什么是新生儿巨结肠? (32)
- 什么是新生儿颅内出血? (33)
- 新生儿脑膜炎为什么预后差? (33)
- 什么是新生儿硬肿症? (34)

婴幼儿的生长发育..... (35)

- 什么是婴幼儿的年龄范畴? (35)
- 如何估价婴幼儿正常的身长? (35)
- 哪些情况身长低于正常? (36)
- 哪

些情况身長高于正常? (37) ●如何估价正常的体重?
 (37) ●体重过高有哪些情况? (38) ●体重过低有哪些
 情况? (38) ●营养不良分几度? (39) ●正常头围
 应该是多大? (39) ●头围异常有哪些疾病? (39)
 ●前囟应该何时闭合? (40) ●前囟凸起有哪些可能性?
 (40) ●前囟凹陷说明什么? (41) ●如何估量牙的发
 育? (41) ●多指(趾)畸形有什么问题? (42) ●半
 边身肥大要紧吗? (42) ●四肢过短是怎么回事? (43)
 ●如何测量身体的上/下身比例? (43) ●头发稀少是什
 么原因? (43) ●心脏有杂音要紧吗? (44) ●婴幼儿
 智力发育如何评价? (44) ●隐睾是怎么回事? (45)
 ●什么时间治疗隐睾最为合适? (45) ●什么是包茎?
 (45) ●怎样才算是小阴茎? (45)

婴幼儿的喂养..... (47)

●新生儿喂养应注意哪些? (47) ●母乳为什么比牛奶
 好? (48) ●喂母乳时应注意哪些? (48) ●足月新
 生儿何时喂奶? (49) ●早产儿何时喂奶合适? (49)
 ●怎样断奶? (49) ●人工喂养有哪些种类? (50)
 ●如何添加辅食? (50) ●哪些婴儿不宜喂奶类? (51)
 ●羊奶比牛奶好吗? (51) ●鲜牛奶喂养应注意哪些?
 (51) ●如何配制奶粉奶? (52) ●用甜炼乳喂养好
 吗? (52) ●用豆浆喂养行吗? (52) ●豆浆粉和豆浆
 一样吗? (53) ●什么是5410代乳粉? 有其他代乳粉吗?
 (53) ●酸牛奶比牛奶好吗? (53) ●人乳化牛奶粉的
 优点是什么? (54) ●鱼粉喂养好吗? (54) ●哪些母
 亲不宜喂奶? (54) ●奶瓶、奶头如何进行消毒? (55)
 ●水果的营养价值和物价成正比吗? (55) ●给婴儿吃瓜

子、花生米会带来什么灾难？（55） ●水果泥、菜泥有什么医疗用途？（56） ●什么是特殊配方代乳品？（56） ●米粉奶糕为什么营养价值差？（57） ●哭就是饿了吗？（57） ●肥胖等于健康吗？（58） ●患腹泻的婴儿应该如何喂养？（58） ●患肺炎的婴儿应该如何喂养？（59） ●什么时间喂水合适，有什么重要性？（59） ●婴幼儿每日需要多少营养素？（59） ●喂奶次数应如何掌握？（60） ●蜂蜜有营养吗？（61） ●常见的微量元素缺乏有什么表现？（61） ●哪些食物含有微量元素？（61） ●幼儿的饮食应该注意哪些？（62） ●巧克力的营养价值比牛奶高吗？（62） ●如何减少营养素的损失？（63）

婴幼儿的护理……………（64）

●如何选择尿布？（64） ●婴儿的衣服应如何选择？（64） ●捆“蜡烛包”有何缺点？（65） ●女婴幼儿大便后擦手纸时应注意什么？（65） ●婴幼儿的枕头用什么样的好？（65） ●婴儿趴着睡觉好吗？（66） ●开裆裤有什么缺点？（66） ●流口水是怎么回事？（67） ●婴幼儿穿什么样的鞋合适？（67） ●如何选择帽子？（67） ●如何培养婴幼儿大小便习惯？（68） ●怎样防止烫伤？（68） ●怎样防止天然气、煤气中毒？（69） ●如何护理湿疹病儿？（69） ●如何防止婴幼儿误服药物？（70） ●如何保护婴幼儿的眼睛？（70） ●婴儿睡眠时翻白眼有问题吗？（71） ●抱着婴儿抖动入睡有什么不好？（71） ●正常婴幼儿的脉搏、呼吸是多少？（72） ●如何护理麻疹病儿？（72） ●如何给病孩喂药？（73） ●打针好还是吃药好？（73） ●一次性针头的优越性在哪里？（74） ●如何试表？（74） ●怎样护理腹泻的婴幼儿？（75） ●怎样护理患肺炎的婴

幼儿? (76) ●出了痱子该怎么办? (76) ●为什么注射青霉素后要观察半小时? (77) ●晒太阳时应该注意什么? (77) ●头部摔伤会有什么后遗症? (78) ●尿发白有问题吗? (78) ●护理先天性心脏病的婴幼儿应注意哪些? (79)

预防接种..... (80)

●为什么要进行预防接种? (80) ●哪些疾病可以进行预防接种? (80) ●预防接种的顺序怎样安排? (80) ●婴儿接种疫苗为什么需服三种? (81) ●人群中“澳抗”阳性有何危害? (81) ●乙型肝炎免疫注射三次的时间应在何时? (82) ●6个月以下婴儿需种麻疹疫苗吗? (82) ●OT试验是怎么回事? (83) ●什么是卡介苗? (83) ●百、白、破是预防哪些病的? (83) ●为什么要多次注射同一种疫苗? (84) ●预防接种有哪些反应? (84) ●口服婴儿接种疫苗应该注意哪些? (84) ●哪些孩子不宜打预防针? (85) ●什么是先天性免疫缺陷病? (85) ●胎盘球蛋白和丙种球蛋白有何不同? (85) ●预防接种间隔多久合适? (86) ●注射丙种球蛋白能代替预防针吗? (86) ●什么叫做结核感染? (87) ●如何预防流脑? (87) ●预防大脑炎,除防疫针外应注意哪些? (88) ●什么是人工自动免疫? (88) ●常用的人工自动免疫有哪些? (88) ●什么是被动免疫? (89)

传染病的防治..... (90)

●什么是传染病? (90) ●什么是潜伏期? (90) ●什么是隔离期? (90) ●常见传染病的潜伏期和隔离期是多少? (91) ●麻疹有哪些表现? (91) ●麻

疹的危险并发症是什么?(92) ●水痘有哪些表现?(92)
 ●风疹有哪些表现?(93) ●猩红热有哪些表现?(93)
 ●什么是“疥腮”?(94) ●流脑有什么表现?(94) ●脑
 炎有哪些表现?(95) ●百日咳一定咳嗽100天吗?(96)
 ●破伤风是怎么得的?(96) ●伤寒有哪些危险性?(97)
 ●霍乱为什么可怕?(98) ●鼠伤寒有什么表现?(98)
 ●婴儿瘫如何诊断?(99) ●常见两种肝炎有何区别?(100)
 ●什么是白喉?(100) ●家庭中如何做好隔离?(101) ●家
 庭中如何使用消毒方法?(102)

遗传与优生..... (104)

●近亲结婚的害处是什么?(104) ●染色体是什么?(104)
 ●什么叫嵌合体?(105) ●染色体疾病有那些特征?(105)
 ●手的哪些异常应该去查染色体?(106) ●睾丸小有可能是
 染色体病吗?(106) ●哪些情况需要查口腔粘膜性染色
 质?(107) ●为什么有些先天性及遗传性疾病的染色体核
 型检查是正常的?(108) ●什么是猫叫综合征?(108)
 ●什么是杂合子?(108) ●先无性疾病是否都是遗传性疾
 病?(109) ●什么是常染色体隐性遗传?(109) ●什么
 是常染色体显性遗传?(110) ●什么是 x 连锁隐性遗
 传?(110) ●什么是多基因遗传?(110) ●为什么要进行
 产前检查?(111) ●为什么要进行婚前咨询?(111) ●什
 么是遗传咨询?(112) ●什么是产前诊断?(112) ●哪
 些疾病应该进行产前诊断?(113) ●羊水检查解决什么
 问题?有危险吗?(113) ●哪些父母不该生第二
 胎?(113) ●尿味异常的婴儿可能有哪些疾病?(114)
 ●年青妇女为何应该去看望风疹病儿?(115) ●软骨发育不
 全疾病怎样遗传?(115) ●哪些人根据优生原则不得结

婚? (115) ●哪些情况须先行优生绝育术才可结婚?(116)

婴幼儿常见疾病.....(117)

- 哪些疾病是婴幼儿死亡最常见的原因?(117) ●造成儿童死亡的危险因素有哪些?(118) ●感冒应如何防治?(118)
- 什么是扁桃腺炎?(119) ●什么是疱疹性咽峡炎?(120)
- 上感有哪几种?(120) ●感冒和流感有什么区别?(121)
- 什么是喉炎?(121) ●什么是支气管炎?(122) ●什么是哮喘性支气管炎?(122) ●什么是肺炎?(123) ●什么是肺结核病?(123) ●腹泻的原因有哪些?(124) ●什么是秋季腹泻?(124) ●什么是消化不良?(125) ●口服补液的内容是什么?(125) ●5~6个月的婴儿腿弯是缺钙吗?(126)
- 什么是佝偻病?(126) ●什么是佝偻病后遗症?(127)
- 有些婴儿吸气时喉部笛鸣是怎么回事?(127) ●什么是手足搐搦症?(128) ●烂嘴角是什么原因?(128) ●维生素C缺乏有哪些表现?(129) ●哪些疾病容易造成维生素A缺乏?(129) ●胖孩子会缺钙吗?(130) ●颈部长疙瘩要紧吗?(130) ●什么是“羊角风”? (131) ●“抽脑水”——腰穿, 会遗留后遗症吗?(131) ●脑膜炎有几种?(132)
- 脑炎是否就是大脑炎?(132) ●什么是尿路感染?(133)
- 婴幼儿也会得肾炎吗?(133) ●婴幼儿多饮多尿有哪些可能性?(133) ●什么是肾性尿崩症?(134) ●什么是糖尿病?(134) ●婴幼儿哪些情况容易出现低血糖?(135)
- 克汀病有哪些表现?(136) ●男、女婴幼儿乳房肿大有哪些疾病?(136) ●什么是缺铁性贫血?(137) ●什么是巨幼贫血?(138) ●什么是蚕豆黄?(138) ●血友病是怎么回事?(139) ●什么是血小板减少性紫斑?(139) ●怎么知道小儿有先天性心脏病?(140) ●心肌炎有哪些

表现? (140) ●蛔虫有哪些危害? (141) ●有小线头虫
子该怎么办? (141) ●什么是肠套叠? (142) ●什么
是手足口病? (142) ●反复出现的“假水痘”是什么
病? (142) ●黄水疮是什么病? (143) ●什么是爱滋
病? (143) ●什么是外胚叶发育不全? (144) ●白血病
和败血症有何不同? (144)

家庭教育及智力开发……………(146)

●如何防止孩子的“特权”思想? (146) ●溺爱孩子的表
现有哪几种? (146) ●如何培养孩子的优良品德? (147)
●为什么身教重于言教? (148) ●如何培养孩子“合群”
习惯? (149) ●婴幼儿不吃东西怎么办? (149) ●集体
生活有哪些优越性? (150) ●如何培养孩子物归原处的习
惯? (150) ●父母意见不一致时应该怎么办? (151)
●如何打扮孩子? (151) ●“胎教”是怎么回事? (152)
●如何选择玩具来开发智力? (153) ●从小常听音乐对
智力有影响吗? (154) ●如何用讲故事的形式开发智
力? (154) ●多接触“世界”给孩子带来什么好处? (155)
●看电视有什么好处? (155) ●智力投资值得吗? (156)
●如何用启发式回答孩子的提问? (157) ●如何早期发现
孩子的智能特长? (157) ●开发右脑的意义何在? (158)

家庭药箱的制备及疾病的应急处理……………(160)

●家庭药箱的目的何在? (160) ●家庭药箱应该具备哪些药
物? (161) ●高烧对婴幼儿有什么危害? (161) ●如何
对待发烧的婴幼儿? (162) ●如何用物理方法降温? (162)
●孩子抽火风时该怎么办? (163) ●“抽火风”有什么后
遗症? (163) ●哪些药物治疗腹泻效果好? (164) ●哪

些常用药物对胃口有刺激性？（164） ●口服“痢特灵”后尿变黄要紧吗？（165） ●哪些药容易引起耳聋？（165） ●哪些药容易引起肾脏损害？（166） ●什么是抗药性？（166） ●鱼肝油精吃多了有害处吗？（167） ●哪些婴幼儿适宜注射维生素D₃？（167） ●婴幼儿流鼻血该怎么办？（168） ●婴幼儿吃了有毒的东西该怎么办？（168） ●婴幼儿烧、烫伤该怎么急救处理？（169） ●如何判断烧伤的程度？（169） ●煤气中毒怎么办？（170） ●婴幼儿触电怎么办？（170） ●被狗咬了要紧吗？（171） ●眼中进去砂粒怎么办？（171） ●吞吃了钮扣、硬币要紧吗？（171） ●怎样用蕃泻叶通便？（172） ●贫血时服用铁剂应该注意哪些？（172）

围产期及母婴关系

●围产期是指什么时期？

围产期是指妇女怀孕生产前、生产时及生产后的一段时间。关于围产期的划分，国际上有四种不同的分法：

- (1) 怀孕满28周——生后1周；
- (2) 怀孕满20周——生后4周；
- (3) 怀孕满28周——生后4周；
- (4) 怀孕开始——生后1周。

我国目前采用的是第一种划分法，即从怀孕满28周开始，一直到生后1周为止。

●围产期应解决哪些问题？

围产期应该重点解决以下几个问题：①产前检查，对母子进行定期监测；②对高危妊娠妇女进行管理；③了解胎儿在子宫内的情况，如发育程度及安危等；④必要时进行羊水检查，了解胎儿发育的成熟度；⑤早期发现一些先天性疾病及遗传性疾病，以保证优生优育。

●目前世界上孕产妇的死亡原因是哪些？

根据联合国儿童基金会1991年世界儿童状况报告中提供的材料，目前全世界每年约有50万年轻妇女死于怀孕和分

娩，其中大部分的死亡见于：母亲生育超过4胎，生育间隔不到2年，产妇年龄小于18岁或大于35岁。另外每天有10万多起的非法堕胎及因此导致的每天500例年轻妇女的死亡。如果所有孕妇的胎次间隔能达到至少两年，仅此一项，就会使孕妇的死亡减少约30%。因此每位年轻女性都应该了解结婚、怀孕、分娩及育婴的知识，不但能保护自己的生命和健康，也会懂得如何做一个合格的母亲，科学地对胎儿、婴幼儿进行培育喂养。

目前我国孕妇、产妇的死亡原因主要有：产后出血、产后感染、高血压及心脏病，其中尤其以合并心脏病的孕、产妇病死率为高。农村中多胎孕妇及年龄小于18岁的产妇为数也不少，城市中高龄初产妇也很多，都应该予以重视才是。

●如何选择生育年龄？

较为理想的生育年龄以24~28岁为佳，最好在结婚后2~3年再生育。一方面有些经济基础，工作、事业有一定的成就，另一方面从生理角度看，身体发育更成熟，正值生育旺盛时期，不容易有难产的情况发生，而且产后喂奶育婴，精力体力也比较旺盛。年龄过小或偏高都不好。年龄过小，身体尚未发育成熟，自己还是个大孩子，怎能照顾好婴儿？而高龄初产妇的骨盆韧带的松弛性和弹性均已降低，盆底肌肉张力也减低，难产机会多，生下染色体异常的婴儿的机会也多，而且产后产妇的体力也不如年轻的母亲强。所以在24~28岁年龄阶段生育为佳。

●如何计算预产期？

为了迎接未来的小宝宝，应该预测小宝宝的出生日期。按一般胎儿需280天成熟来计算，预产期应该从末次月经算起，按“月数减3或加9，日数加7”的方法来计算。例如末次月经为2月15日，则预产期为11月（2+9）22日（15+7）。但是胎儿的足月产期为37~42周，因此可有前后2周的正常范围，因此应该及早做好充分准备，将新生儿的衣服、尿布、被褥、枕头及奶瓶等生活用品准备齐全。如果不记得末次月经了，可以由出现早期孕吐、胎动（4.5~5个月）及子宫底大小来预测预产期。

●如何估计孕龄？

怀孕的天数也就是胎儿的年龄如何推算，直接影响到对胎儿大小是否正常的估价。正确估计孕龄可以早期发现胎儿在子宫内的发育异常状况，及早找出原因，早期治疗。一般可以从末次月经推算，也可以通过子宫大小加以推算。子宫大小的测量法：让孕妇先排尽尿，然后用皮尺测量耻骨联合上缘（下腹部稍突起的骨头）到子宫底间的距离，子宫大小与孕龄的关系如下表所示：

孕周	子宫长(厘米)	孕周	子宫长(厘米)	孕周	子宫长(厘米)
20	15~21	30	25~31	36	30~35
24	22~25	32	25~32	38	30~36
28	22~29	34	28~34	41	32~37

从妊娠20周开始应该每4周测量一次，28周后每2周一次，36周后每周一次。如果在孕期中发现子宫不见增大，应

该尽快去医院检查。

●孕妇应该穿什么样的衣服？

随着胎儿的长大，孕妇的腹围也日渐增加，为了不影响胎儿的发育，孕妇应该穿着宽松的衣裤。冬天可以用2~3件毛衣套穿以保暖，内裤可仿制中式的宽腰围，在腹前摺叠外用宽带轻轻束缚，冬天的外套可采用拿褶的宽下摆短大衣或长大衣，这样可以遮盖大腹便便的体态。夏天亦可以选用凉快的衣料制作连衣裙，胸前两侧带褶，下摆及腰围肥大，既可以作孕服，也可以当作睡袍用。

●孕妇的营养应该注意哪些？

孕妇担负着胎儿和自身两个人的营养，所以应该格外注意总热力和蛋白质的摄入。有了健康强壮的身体，才有足够的气力和能量去应付临产大关，胎儿也能发育良好，避免先天不足，整个孕期，孕妇的体重应该增加10—12公斤。

(1) 总热力，到了妊娠后期，腹部饱满，往往影响进食，可以少吃多餐，粗细粮搭配，以获得较全面的营养。

(2) 蛋白质 多喝牛奶，多吃动物蛋白为主的鸡、蛋类、鱼虾、瘦肉等，豆制品富含植物蛋白，价廉物美，可与动物蛋白互相补缺，并且换一下口味也可增进食欲。

(3) 矿物质 妊娠后期特别应该注意钙和铁的补充，否则孕妇本身及胎儿容易贫血或骨质缺钙。

(4) 维生素类 应经常吃蔬菜、水果，保证天天有大便，曾有过孕妇每日只以咸菜与粮食为食，结果生下来患有极少见的先天性坏血病——维生素C缺乏症的婴儿。