

农村儿童保健 知识问答

徐荆平 傅祖赤 苏士香 罗香元

农村实用新科技丛书



SHI YONG XIN KEJI
CONG SHU
CUN YONG XIN KEJI
CONG SHU
CUN YONG XIN KEJI
CONG SHU

天津教育出版社

号 800 字 登 册 (版)

农村儿童 保健知识问答

徐荆平 傅祖赤 苏士香 罗香元

第一版：傅祖赤

第二版：傅祖赤

在天津出版发行

天津出版发行

天津出版发行

天津出版发行

天津出版发行

天津出版发行

天津出版发行

天津教育出版社

1993年7月

(津)新登字 006 号

责任编辑:刘 晨

特约编辑:刘社欣

农村实用新科技丛书

农村儿童保健知识问答

徐荆平 傅祖赤 苏士香 罗香元

*

天津教育出版社出版、发行

(天津市张自忠路 189 号)

湖北省农科院印刷厂印刷

*

787×1092 毫米 32 开 3.5 印张 76 千字

1993 年 7 月第 1 版

1993 年 7 月第 1 次印刷

ISBN 7-5309-1762-5

S·34 定价 1.90 元

努力編好這套叢書
開辟一條有效地將科
學技術送到農民手中的
新渠道

北京農村學院農科研究所編

周序常

北京海月

一旦農民掌握了科學
技術，必將成為農村致富
的帶頭人。

郭林言

一九九二、十二、三、

致农民朋友

党的十四大吹响了向社会主义市场经济进军的号角。创造了以世界百分之七的耕地养活着世界百分之二十一人口这一奇迹的中国农民，正在向开发高产优质高效农业，全面振兴农村经济的宏伟目标挺进。因此，农村比以往任何时期都更加需要科学技术，科教兴农已成为亿万农民的共同心声。

《农村实用新科技丛书》就是在发生这种历史性变化的大好形势下诞生的。想农民之所想，急农民之所急是它的宗旨。它将开辟一条有效地将科学技术送到农民手中的新渠道，为更多更快地培养农村科技致富带头人服务。

这套丛书除了着重介绍开发农、林、牧、副、渔各业所急需的新技术外，同时还介绍乡镇企业、农村第三产业、农村医药卫生、农业经济管理、农村日常生活以及其他方面农村所需要的各种各样的科技知识。农民朋友是它的基本读者，农户需要的科学技术是它的主要内容，先进可靠、实用易行、效益明显、简明通俗是它的编写原则。

这套丛书是在中共湖北省委、省人民政府的指导和支持下，由华中农业大学、湖北省科技写作研究会主办的。几十个农业科研推广部门、大专院校、科技报刊的数百名专家学者、科技工作者以及农民技术员参加了编写工作。我们恳切地希望农民朋友多提批评和建议，帮助我们高质量高效率地完成编写出版任务。

《农村实用新科技丛书》编委会

1992年10月

内容简介

本书以问答形式重点介绍了儿童保健的内容、要求与任务,幼儿常见疾病的识别、预防及治疗方法,幼儿生长发育的规律和特点,幼儿科学养育法,以及家庭教育等问题。通俗易懂,简明实用。适合农村基层妇幼保健人员、计划生育工作者、幼儿教师、家长等阅读,也可用作培训教材。

作者简介

徐荆平,儿童保健主治医师,长期从事妇幼保健工作。

傅祖赤,西医内儿科主治医师,长期从事儿童保健工作。

苏士香,长期在基层从事妇幼保健工作。

罗香元,儿童保健副主任医师。

本书承蒙湖北医学院附属二医院儿科张渝侯副教授审阅。

目 录

1. 什么是儿童保健?	1
2. 儿童保健工作的主要任务是什么?	1
3. 应从哪些方面做好儿童保健工作?	1
4. 如何做好新生儿访视工作?	3
5. 如何做好新生儿护理工作?	3
6. 如何处理新生儿的几种常见现象?	5
7. 如何护理早产儿?	6
8. 什么是高危儿?	7
9. 什么叫围产期?	8
10. 小儿生长发育可分几个时期?	8
11. 小儿各年龄期保健原则及重点是什么?	9
12. 什么叫囟门, 囟门有几种?	10
13. 乳牙是怎样排列的?	10
14. 小儿什么时候出牙?	11
15. 小儿什么时候换牙? 为什么说保护好第一磨牙非常重要?	11
16. 为什么要保护乳牙?	12
17. 为什么有些儿童的牙齿不整齐, 怎样预防?	13
18. 为什么小儿应多吃些粗糙耐嚼的食物?	13
19. 小儿的肝脏在什么地方, 其形态如何?	14
20. 阴囊内摸不到睾丸是怎么回事?	15
21. 常见的先天性心脏畸形有哪些?	15
22. 小儿皮肤有什么特点?	16

23. 食物是如何进行消化的?	17
24. 小儿胃容量有多大?	18
25. 什么叫营养, 营养素包括哪些?	18
26. 婴儿期应怎样补充所需要的维生素?	19
27. 怎样给婴儿饮水?	21
28. 婴幼儿喂养方法有几种, 哪些因素影响母乳成分? ...	21
29. 为什么说母乳是婴儿最理想的食物?	22
30. 什么叫全脂奶粉, 脱脂奶粉和蒸发奶?	24
31. 引起厌食的原因有哪些, 如何治疗?	24
32. 小儿哭闹时要想到哪些可能?	25
33. 为什么要保证小儿有充足的睡眠时间?	26
34. 幼儿膳食的原则是什么?	26
35. 什么叫强化食品?	27
36. 多吃巧克力糖好吗?	28
37. 多吃冷饮有没有好处?	30
38. 锌缺乏与小儿厌食症、异食癖有何关系?	31
39. 为什么吃了霉变甘蔗容易发生中毒?	32
40. 肥胖对儿童有无好处?	32
41. 为什么不要让小儿在进食时吵闹、嘻笑或惊吓?	33
42. 婴幼儿为什么容易发生腹泻?	34
43. 小儿腹泻怎样分类?	34
44. 什么是腹泻病, 为什么要搞好小儿腹泻的预防?	35
45. 腹泻的预防措施有哪些?	36
46. 小儿患腹泻后如何处理?	36
47. 口服补液有什么优点?	37
48. 什么叫脱水, 脱水后为什么要补液?	38

49. 为什么小儿出现的呕吐机会比成人多?	39
50. 为什么严重的腹泻和呕吐会引起脱水?	40
51. 严重腹泻或呕吐引起脱水时是否可以依靠喝白开水来补充失去的水份?	40
52. 为什么患肝炎的孩子厌食油腻食物?	41
53. 为什么幼儿一日进餐的次数要比成人多?	41
54. 为什么小儿脱肛现象要比成人多?	41
55. 怎样防止孩子发生偏食?	42
56. 小儿吃零食为什么不好?	42
57. 为什么小儿不耐饥,而且容易因为饥饿而发生低血糖?	43
58. 小儿呼吸系统的解剖生理特点有哪些?	43
59. 呼吸道有什么功能?	45
60. 呼吸功能不足有什么危害?	46
61. 小儿的呼吸有哪些特点?	47
62. 人为什么会咳嗽和打喷嚏?	48
63. 为什么小儿容易着凉和受热?	48
64. 为什么人在睡觉的时候特别容易着凉?	49
65. 为什么睡觉时不宜直接吹风?	49
66. 为什么小儿的体温会出现非病态性波动?	49
67. 小儿排尿有何特点?	50
68. 为什么听到流水声可以促进小儿排尿?	50
69. 为什么有的儿童夜间遗尿?	51
70. 什么叫收缩压、舒张压和脉压?	51
71. 为什么小儿的血压比成人低?	52
72. 为什么测量小儿血压时要使用比较狭窄的袖带?	52

73. 脉搏能代表心率吗?	53
74. 小儿的脉搏随呼吸而出现快慢变化是不是有病?	53
75. 怎样估计小儿静脉压?	54
76. 什么叫发绀,发绀说明什么问题?	54
77. 什么叫人体的免疫功能?	54
78. 扁桃体是一个无用的器官吗?	55
79. 患了扁桃体炎应注意些什么?	56
80. 如何防治小儿口吃?	56
81. 婴幼儿为什么容易患肺炎,肺炎患者有哪些临床 表现?	57
82. 怎样预防和治疗肺炎?	58
83. 流行性腮腺炎是一种什么病?	59
84. 为什么要对小儿定期进行健康检查?	60
85. 小儿体格检查应注意哪些事项?	61
86. 小儿体格检查时要记录的项目有哪些?	62
87. 各年龄阶段的体格检查要点有哪些?	63
88. 什么是健康评价标准?	66
89. 什么叫生长发育?	66
90. 小儿生长发育的规律是什么?	66
91. 体格发育的具体指标有哪些,怎样推算孩子的体重和身长 (高)?	67
92. 怎样测量体重?	68
93. 怎样测量身长(高)?	69
94. 为什么婴幼儿容易患营养性缺铁性贫血?	70
95. 孩子患营养性缺铁性贫血时有哪些症状?	71
96. 怎样预防营养性缺铁性贫血?	72

97. 孩子得了营养性缺铁性贫血时怎么办?	73
98. 佝偻病是一种什么样的疾病? 它对儿童健康有哪些 危害?	74
99. 佝偻病是怎样得的?	74
100. 佝偻病患儿有哪些症状?	75
101. 怎样预防佝偻病?	75
102. 发现佝偻病征象是否都需要补给维生素 D 和 钙片?	76
103. 小儿营养不良如何分度?	76
104. 怎样预防小儿营养不良?	77
105. 怎样计算奶量?	78
106. 母乳喂养时应注意些什么?	78
107. 人工喂养哺乳时应注意哪些事项?	80
108. 什么情况下妈妈不宜喂奶?	80
109. 孩子多大断奶最合适, 如何断奶?	80
110. 婴儿为什么要添加辅食, 怎样按顺序适时添加 辅食?	81
111. 怎样培养儿童良好的饮食习惯?	83
112. 为什么有的小儿睡眠不安宁?	84
113. 婴幼儿多数是远视吗? 远视要不要戴镜矫治?	84
114. 为什么斜视儿童要及早治疗?	85
115. 近视是怎样形成的?	85
116. 什么是弱视, 如何早期发现弱视?	86
117. 怎样预防弱视?	86
118. 怎样预防近视?	87
119. 怎样防治砂眼?	88

120. 为什么婴幼儿易患急性中耳炎, 如何处理?	88
121. 小孩把东西塞入鼻腔时怎么办?	89
122. 小儿鼻子不通气或流鼻涕怎么办?	89
123. 流鼻涕是不是病?	90
124. 哪些病会引起鼻出血, 怎样制止?	90
125. 为什么有的小儿口臭, 怎样防治?	91
126. 龋齿的发病因素有哪些?	91
127. 如何检查和辨认小儿龋齿?	92
128. 怎样防治小儿龋齿?	92
129. 儿童肛门部发痒最常见的原因是什么?	93
130. 蛲虫病是怎样传播的?	93
131. 怎样防治蛲虫病?	94
132. 怎样预防儿童意外伤?	94
133. 怎样照顾有病的孩子?	96
134. 小儿教育的一般原则是什么? 三岁前小儿的学习有 什么特点?	97
135. 早期教育应从哪些方面着手?	98
136. 小儿的语言发育与大人教养有关系吗?	100
137. 如何衡量儿童的健康水平?	101

1. 什么是儿童保健?

儿童保健是指通过对儿童进行整体的、全面的、连续性的健康管理,保护并促进儿童的身心健康和全面发展,使儿童健康成长。儿童保健的对象是7岁以下的儿童。儿童保健工作应以正常儿童群体为重点。

2. 儿童保健工作的主要任务是什么?

(1)促进儿童的正常生长发育 儿童在不断生长发育过程中,有许多因素可以影响生长发育。采取适当的措施,消除影响生长发育的不利因素,使小儿随着年龄的增长在身心两方面健康成长,是儿童保健工作的首要任务。

(2)降低儿童死亡率 儿童死亡率一般高于成人死亡率,一岁以下的婴儿死亡率更高。目前常把婴儿死亡率作为衡量一个国家或一个地区卫生状况和经济文化水平的指标,也是衡量儿童保健工作的一个主要指标。

(3)降低儿童发病率 当前,主要危害小儿健康的常见病、多发病有佝偻病、缺铁性贫血、营养不良、肺炎、腹泻和一些急慢性传染病等。这些疾病使儿童体质下降、抵抗能力降低,对儿童生命和健康威胁很大。因此,要采取措施使这些常见病的发病率逐年下降,以致消灭这些疾病。

3. 应从哪些方面做好儿童保健工作?

(1)做好对孕产妇的系统管理。做好孕产妇和胎儿的保健工作。预防早产、难产和妊娠并发症;减少因产伤、窒息所导致的新生儿疾病。这些保健工作也叫“围产保健”工作。

(2)对儿童进行系统的保健管理。从新生儿到7岁,不同

断对儿童进行观察、保护,这种方法叫做儿童保健系统管理。一般采取建立儿童健康手册,定期体格检查和教给妈妈使用“小儿生长发育监测图”等方法对孩子生长发育状况、喂养及发病状况进行较全面的系统观察,发现问题及时指导,保护和促进儿童正常生长发育。

(3)做好儿童常见病、多发病的防治工作。要加强对小儿佝偻病、缺铁性贫血、营养不良、肺炎、腹泻等疾病的防治。要认真贯彻 1986 年卫生部颁发的《小儿四病防治方案》。

(4)协助卫生防疫部门做好预防接种和传染病的管理工作。

(5)做好托儿所、幼儿园的卫生保健工作。落实 1985 年卫生部颁发的《托儿所、幼儿园卫生保健制度》。要根据小儿生理特点,合理安排每天生活内容,具体订出生活作息制度,按照小儿生长发育的需要调整婴幼儿饮食,制定适合婴幼儿年龄的食谱,定期计算幼儿进食量。提倡母乳喂养和及时添加各种辅助食品。同时还要开展适合婴幼儿特点的游戏及户外活动,每个入托小儿均要建立健康卡,定期进行儿童健康检查,观察婴幼儿健康情况,进行健康评价。

(6)广泛开展儿童保健科学知识宣传。加强儿童饮食营养、母乳喂养、体格锻炼、早期教育、常见病防治等卫生知识宣传,动员全社会都来关心儿童健康。

(7)做好散居儿童的保健工作。要重点做好农村儿童保健试点工作,对 0~7 岁儿童实行系统管理,包括新生儿管理、婴幼儿管理、体弱儿管理和传染病管理。建立健康档案,定期健康检查。

(8)做好儿童保健资料的统计工作。各级儿童保健组织对

所辖范围内的儿童保健情况应按有关规定做好登记和统计工作。

4. 如何做好新生儿访视工作?

(1) 访视次数 头三天、七天内作一次访视,然后可进行半月访、满月访,一般访视三、四次。对异常小儿,可酌情增加访视次数。

(2) 访视方法 包括一看,二问,三查,四讲,五投药。

一看:看新生儿的一般健康情况,面部及全身皮肤颜色,同时还要看新生儿居室的卫生状况,如通风、室温状况及室内是否清洁等。

二问:问新生儿出生时的体重、吃奶、睡眠及大小便情况;问生产时是否顺利,婴儿哭声大小,是否接种卡介苗等。

三查:对新生儿进行全面的体格检查。检查时要注意有无畸形,皮肤有无擦伤,颈部颌下是否潮湿,有无糜烂;还要检查脐带是否脱落,如已脱落,则要看脐部是否有分泌物,有无肉芽组织增生。如发现异常情况要及时处理,并且指导家长进行正确护理。

四讲:宣传母乳喂养的好处,指导如何正确喂养。如确因母乳不足则要指导科学的喂养方法,还要宣讲预防疾病的常识,如不要剔马牙,不要挤新生儿的奶头,以防感染等。

五投药:目前佝偻病患率较高,应从新生儿期开始预防,生后二周可每日可少量服用维生素D,以后可以逐渐增加至400~800国际单位。

5. 如何做好新生儿护理工作?

(1)孩子出生以后,对环境的适应力较差,因此特别要注意保暖。新生儿的皮肤十分娇嫩,四肢柔软,衣服应以宽松、柔软、脱穿方便为宜,不要钉钮扣,用软布带系住就可以了。选料最好用薄绒布或棉细布。冬季的棉衣不宜太厚。被褥应根据季节性变化进行更换单包被、毛巾或夹被、棉被各两条。0.9米或1米见方即可。

但包裹新生儿不要过紧,不要捂得太热,以免影响婴儿的运动和发育。尿布用柔软的旧布,湿了脏了洗干净再用,且尿布不要盖过脐部,以免尿液污染脐部。要根据气温变化增减衣、被,以新生儿脸色正常,手脚有温度,且不出汗为合适。新生儿用的衣、被褥、尿布要勤洗,并尽可能地在日光下暴晒。尿布还应经常用水煮。

(2)新生儿洗澡。新生儿出生就用油浴,第二天就可用水洗澡,每日一次。洗澡可促进血液循环,增强皮肤的抵抗力。洗澡时应先洗头、面后再洗身体各部。避免水进入耳、眼、鼻内。且在脐带没脱落以前,不可将全身浸入水中,以防脐带感染。宜用中性肥皂洗澡,洗后用干净柔软毛巾轻轻擦干皮肤,特别注意颈下,腋下等皮肤皱折处,可扑各种儿用爽身粉以防出汗及汗疹。抹粉时先将粉末倒入掌心,不宜靠近小儿,以免他们吸入粉雾。然后轻轻将掌中的粉末抹在孩子身上,轻轻淡抹,以免结块。锌硬酯酸盐爽身粉对肺有刺激作用,小儿不宜。

(4)新生儿环境和睡眠。新生儿一般每天需睡眠18~20个小时,新生儿的居室应安静,空气新鲜,阳光充足,室温保持在22℃左右。

(5)测量体温,不随便吃药。新生儿正常体温是36.5~37℃。要定时测量,每天最好在清晨测量一次。新生儿体温过

度或过低都要请医生及时检查治疗,不可随便给一些成药吃,以免造成不良后果。

(6)勤换尿布。新生儿出生后大小便次数多,应勤换尿布,一般在吃奶前后应换一次,如有大便应用温水洗臀部,预防臀红。已发生臀红者可涂 10%鞣酸软膏。

6. 如何处理新生儿常见的几种现象?

(1)尿布疹及臀红。新生儿大小便后及时换尿布,用温水洗臀部,并涂抹蒸过的植物油或 10%鞣酸软膏。

(2)新生儿生理黄疸。新生儿出生 3~4 天后,皮肤粘膜出现黄色,这是因为短期内新生儿体内过多的红血球自行破坏,新生儿肝功能尚不成熟,难以很快使胆红素排出体外所致,因此皮肤粘膜发黄,一般 7~10 天可自行消退,是正常现象。多给婴儿喝些葡萄糖水,不用治疗。如黄疸出现太早、颜色太深或长时间不退,则应及时请医生检查治疗。

(3)新生儿乳房肿胀和阴道出血。新生儿出生 3~5 天时,男、女婴都可能发生乳房肿大或少量乳汁分泌,一般 2~3 周自行消失不必治疗,更不要挤压以免引起感染。女婴生后 5~7 天有时阴道有少量的红、白分泌物,是受母体激素影响,一般 1~2 天自行消失,如无其它部位出血不需治疗。

(4)马牙。在新生儿口腔上腭中线的附近和牙龈顶端,常可见到白色颗粒突起,这是上皮细胞堆积而成,属于正常现象。严重时可请医生处理。家长不要用针挑或布擦之,以免引起感染,甚至造成败血症而危及生命。

(5)鹅口疮。是白色念珠菌引起的感染性疾病。在口腔两颊部粘膜上常见,主要是口腔不洁,滥用抗菌素药物引起,所