



主 编 郑泽霖 莫秀芬 谷树严



吉林大学附属医院名医专家 倾力奉献

儿童家庭 医护大全

卫生部副部长王陇德盛情作序——

千万不能育儿于无知

上海科学普及出版社

儿童家庭医护大全

主 编 郑泽霖 莫秀芬 谷树严

上海科学普及出版社

主 编 郑泽霖 莫秀芬 谷树严

主编助理 边学海

编 写 者(按姓氏笔画排序)

王朝霞	吉林大学第一医院儿内科	副教授
边学海	吉林大学中日联谊医院普通外科	博 士
刘玉萍	吉林大学中日联谊医院妇产科	教 授
刘 英	吉林大学第一医院儿内科	副教授
刘景祥	吉林大学中日联谊医院眼科	教 授
任 辉	吉林大学中日联谊医院普通外科	博 士
谷树严	吉林大学中日联谊医院眼科	教 授
李光宇	吉林大学中日联谊医院耳鼻喉科	副教授
张 研	吉林大学中日联谊医院普通外科	副教授
陈丽萍	吉林大学第一医院电诊科	博 士
何晓明	吉林大学中日联谊医院	副主任护师
郑泽霖	吉林大学中日联谊医院普通外科	教 授
莫秀芬	吉林大学中日联谊医院儿内科	教 授
鲁明星	长春市口腔医院口腔正畸科	主任医师
蒋忠民	吉林大学中日联谊医院皮肤科	副教授



序

呈现在读者面前的这本书,探讨的主题是对儿童健康传统观念的不断完善。作为一个人口大国,儿童健康水平的改善,对我国整体人口素质的提高和我国经济社会的发展有着十分重要的意义。

多年来,特别是改革开放以来,国家在保障人民健康和促进儿童健康方面做了大量的工作。

国家重视妇女儿童保健,实施降低孕产妇和新生儿破伤风死亡率项目,加强母婴保健法制建设,努力提高妇幼保健水平。婴儿死亡率 2000 年为 32.2‰,2005 年下降至 19.0‰;五岁以下儿童死亡率 2000 年为 39.7‰;2005 年下降至 22.5‰;孕产妇死亡率 2000 年为 53/10 万,2005 年降至 47.7/10 万。

国家重视预防为主,全国疾病预防控制体系建设项目已基本完成,国务院颁布了《疫苗流通和预防接种管理条例》,把预防接种工作纳入法制化管理轨道,儿童规划免疫疫苗接种率维持在 85% 以上。

国家重视健康教育,制定了《全国健康教育和健康促进规划纲要 2005~2010 年》,把健康教育作为提高国民健康素质的治本措施大力开展。

保障儿童健康是一项艰巨复杂的任务,它面临许多问题,有时甚至是严峻的挑战。健康不仅仅要求没有疾病,而且要求身体、心理的健康和良好的社会适应能力。联合国对老年人健康





提出的口号是“千万不能死于无知”。我想可以借鉴此理念,对儿童保健提出“千万不能育于无知”的口号,健康是每个儿童的权利,但是儿童获得健康权利的自身能力十分有限,儿童健康和成长是在复杂和不断变化的环境中实现的,全体社会成员、家庭和国家都应该担负起保障和促进儿童健康的责任。在家庭、学校、社区以及更广泛的范围内,在儿童生活、学习和成长的过程中,改善和创建有利于儿童健康的环境和条件,帮助儿童形成有利于健康的生活方式和行为,从而实现儿童生理、心理和社会适应能力的全面发展。

吉林大学中日联谊医院(原白求恩医科大学第三临床医学院)郑泽霖教授从事医疗和教学工作五十年,他热心于医学教育事业,先后参加编写并出版四十余部医学专著,主编医学专著两部。我很高兴的是郑泽霖教授不仅编写医学专著,还关怀儿童健康事业。《儿童家庭医护大全》是他邀请部分医学高等院校教师,从临床和预防医学各科角度,讨论各年龄段儿童的喂养、保健、疾病的治疗和看护的科学普及读物。这是一本有显著特色的书,我乐于为它作序,希望它能成为家庭的良师益友。

中华人民共和国卫生部 副部长

2007年8月于北京



前言

儿童是祖国的花朵,是祖国的未来,是家庭更是民族的希望。正像梁启超先生 1900 年在《少年中国说》中强调的:“今日之责任,不在他人,而全在我少年,少年智则国智,少年富则国富,少年强则国强,少年独立则国独立,少年自由则国自由,少年进步则国进步。”

我们可以发挥说:少年健康则国健康。我们国家把重任寄托在身心健康的儿童身上。

多年来,特别是改革开放二十九年来,国家为儿童身心健康做了大量工作,成千上万健康儿童奋发图强、励精图治,成长为社会的基石、国家的栋梁。

社会的发展、科技和工农业的进步,又给儿童的健康带来新的冲击和挑战,诸如:

——儿童视力不良多

国家体育总局 2006 年国民体质质量检测报告:小学生视力不良占 31.67%,比 2000 年增加 8.5%;初中学生视力不良占 58.07%,比 2000 年增加 8.7%;高中学生视力不良占 76.02%;大学生视力不良占 82.68%。全国学生弱视 2 000 万人。视力不良的部分原因是:各级学生学习负担过重、学习条件和灯光不适合、看书习惯不良。

——残疾儿童多

残疾儿童多,并以很快的速度增长。例如,我国听力语言残疾居各类残疾之首,儿童约为 200 万人,7 岁以下聋儿 80 万;新生儿听力损伤总发病率在 1%~3%,发病数量为 2 万~3 万。儿童耳聋的主要原因有药物中毒、病毒感染、遗传、出生时缺氧、





噪声刺激等。药物中毒方面,致聋的罪魁祸首是抗生素使用不当,国家发布的30多种容易导致耳聋的药物中,用的最多的包括链霉素、庆大霉素、卡那霉素、小诺霉素、盐酸万古霉素、阿司匹林、奎宁、速尿、利尿酸。发达国家因为不合理使用抗生素造成耳聋的比例不到1%,我国却高达30%~40%,每年有上万名儿童因抗生素使用不当而致听力损伤。

儿童主动吸烟特别是被动吸烟(家长在家里大量吸烟),极大地影响了儿童的智力,可惜没引起家长的重视。

——儿童肥胖、糖尿病、性早熟大大增加

中国目前有2亿人体重超标,600万人肥胖。十年来少年肥胖人口翻了两番,北京儿童肥胖率高达40%。儿童的饮食和营养也是一个令家长和社会头痛的问题,儿童偏食、喜爱炸鸡、炸薯条、爆米花、软饮料、膨化食品,以及烧烤和麻辣烫食品,这些被国际营养学界称为“垃圾食品”,可能引起体内激素变化并成瘾。这类三高三低(即高热量、高脂肪、高蛋白脂,低矿物质、低维生素、低膳食纤维)食物可能损害儿童正在发育的神经系统,并对大脑和思维能力产生永久损害,还可能诱发癌症。这类食物近年来明显增加儿童肥胖、糖尿病、性早熟、冠心病的发病率。

——儿童身心负担重

儿童超负荷的学习压力、睡眠不足、自身成长出现的困惑交织在一起,不仅使儿童罹患功能性疾病,更重要的是影响心理健康。超负荷压力来自父母的“望子成龙”、“望女成凤”;还有来自学校逐年淘汰的考试方法,这种考试方法可能埋没了一批有前途的儿童,特别是男孩。

上海科学普及出版社委托我们组编《儿童家庭医护大全》,我们希望通过这本书,提醒家长,提醒教师,提醒关心祖国下一代的人们,在儿童健康的保障方面仍有许多问题需要关注、需要



前
言



解决。首先要认识儿童健康新的、全面的内涵；儿童不仅要身体健康，还要心理健康并有良好的社会适应能力。父母要做儿童的知心朋友，让他们能和父母谈心里话，倾诉他们的困惑、不安和困难，父母要体贴和帮助他们，特别强调要耐心。我们希望这本书能对呵护儿童健康做出微薄贡献。

我的大学同学莫秀芬教授，不辞劳累，编写了儿内科的许多章节，并为统编做了大量工作。中日联谊医院和我校第一医院的儿科、外科、产科、眼科、耳鼻喉科、皮肤科、电诊科，还有长春市口腔医院的同事们，为本书的编写辛勤劳动，贡献了他们的医疗保健经验和智慧。这么多的专科教师合作编写科普书籍，难能可贵。主编助理边学海博士还做了大量的组织和事务性工作，在这里一并表示谢意和敬意。

特别要感谢国家卫生部副部长王陇德教授在百忙中为本书作序，还要感谢上海科学普及出版社的领导和责任编辑宋惠娟同志。

科技飞速进步，我们才疏学浅，多科多人合作写书格调不一，敬请阅读本书的家长、教师 and 朋友们不吝赐教。

郝泽霖

2007 年国际儿童节



目 录

第一章 小儿生长发育	1
1. 如何保障生出健康宝宝	2
2. 新生儿常见的生理现象	2
3. 怎样看护初生的小婴儿	4
4. 婴儿体重多少属正常	5
5. 小儿身高增长的规律你知道吗	6
6. 婴儿的囟门如何反映健康状况	6
7. 脑袋大的小儿一定聪明吗	7
8. 如何防止婴儿睡觉时把头睡偏	8
9. 流涎是不是病	8
10. 小儿牙齿发育过程	9
11. 怎样评价小儿体格生长	10
12. 怎样使小儿长得高	11
13. 小儿如何进行预防接种	13
14. 不同年龄阶段小儿保健有哪些特点	14
15. 看护 6 岁前小儿要注意什么	16
16. 怎样培养小儿良好的卫生习惯和生活习惯	18
17. 怎么知道青春期来了	19
18. 关于月经的一些问题	20
19. 学龄期儿童和青春期的少男少女应怎样保健	21
第二章 儿童精神心理发育及行为障碍	23
1. 小儿精神心理发育知多少	24



2. 小儿的心理卫生问题有哪些	26
3. 小儿运动发育正常吗	27
4. 小儿怎样才能学会说话	28
5. 儿童易发生哪些心理行为障碍	29
6. 为什么小儿会有吮指癖和咬甲癖	31
7. 什么是屏气发作	31
8. 儿童睡眠障碍要紧吗	32
9. 什么是习惯性擦腿动作	33
10. 小儿长大了为什么还尿床	33
11. 什么是多动症	34
12. 顽皮多动就是多动症吗	35
13. 自闭——儿童孤独症有哪些表现,怎么办	36
14. 口吃该怎么办	37
15. 什么是感觉统合失调	38
16. 怎样对待独生子女	40
17. 怎样对小儿进行早期教育	41
18. 如何培养幼儿的社会适应性	43
19. 怎样呵护才能使小儿心理健康	44

第三章 小儿营养及营养缺乏病

1. 小儿营养需多少	48
2. 为什么说母乳是婴儿最佳的天然营养品	50
3. 哺乳的学问知多少	50
4. 吐奶和溢奶有区别吗	52
5. 人工喂养能满足婴儿生长发育需要吗	53
6. 怎样配制鲜牛奶和调制奶粉	54
7. 婴儿如何添加辅助食品	55
8. 周岁后幼儿的膳食应怎样调配	56



目
录



9. “豆芽菜”是怎样发生的	57
10. 为什么小儿会食欲不振	58
11. 小儿不爱吃饭怎么办	59
12. 小儿成了“小胖墩”怎么办	60
13. 怎样给小儿补充水分	62
14. 果汁饮料和“垃圾食品”对儿童有哪些危害?	63
15. 为什么婴幼儿易患佝偻病	65
16. 怎样预防维生素 D 缺乏性佝偻病	66
17. 单纯补钙能治疗佝偻病吗	67
18. 什么是低钙抽搐	68
19. 小儿应怎样补充钙剂	69
20. 怎样知道小儿缺锌	70
21. 如何预防铁缺乏	72
22. 不要忽视儿童的碘缺乏	73

第四章 儿童内科常见病..... 75

一、消化内科

1. 小儿何时需要求医	76
2. 哭闹是疾病的信号吗	77
3. 小儿体温与发热	79
4. 小儿反复呕吐是怎么回事	81
5. 粉白的宝宝变黄一定是生理性黄疸吗	82
6. 什么是生理性腹泻	83
7. 小儿腹泻有哪些症状	84
8. 小儿腹泻为什么会迁延不愈	85
9. 怎样识别小儿腹泻脱水	86
10. 小儿脱水并不一定打吊针——介绍一种口服 补液盐	87





11. 腹泻要不要禁食,是否要用抗生素和止泻药	87
12. 秋季腹泻怎样防治	88
13. 小儿腹泻怎样护理	89
14. 小儿为什么会便秘? 怎么处理	89
15. 什么是小儿肠痉挛	91
16. 小儿肠痉挛有何表现? 如何治疗	91
17. 儿童消化性溃疡	92
18. 为什么小儿夜间磨牙	92
二、呼吸内科	93
1. 为什么小儿容易患呼吸道感染	93
2. 预防反复呼吸道感染有何对策	94
3. 感冒——形式多样的表现你认识吗	96
4. 怎样防治感冒	96
5. 什么是喘憋性肺炎	97
6. 急性支气管炎与哮喘性支气管炎有什么区别	98
7. 小儿患了肺炎怎么办	99
8. 儿童哮喘是怎样发生的	100
9. 什么是过敏性咳嗽	101
三、心内科	102
1. 小儿脉搏、心率、血压和成人有什么不同	102
2. 怎样看护先天性心脏病患儿	103
3. 心律失常和心脏杂音都是心脏病吗	104
4. 病毒性心肌炎应怎样对待	104
四、泌尿内科	105
1. 如何分析小儿尿常规检查结果	105
2. 小儿为什么易患尿路感染	106
3. 小儿得了急性肾炎怎么办	107
4. 怎样预防肾病复发	108



五、血液内科	109
1. 怎样看懂儿童血象报告	109
2. 婴幼儿为什么易患缺铁性贫血	111
3. 怎样防治缺铁性贫血	112
4. 巨幼红细胞性贫血有哪些特点	113
5. 假性白血病和真白血病有什么不同	114
6. 蚕豆病是怎么回事	115
7. 怎样辨别小儿真假败血症	116
8. 小腿上出现淤点、淤斑是怎么回事	117
六、神经内科	118
1. 怎样才能发现小儿脑膜炎的蛛丝马迹	118
2. 小儿智力低下的原因何在	119
3. 治疗小儿癫痫怎么用药	121
4. 癫痫患儿应坚持长期服药吗	122
5. 怎么预防和处理小儿脑性瘫痪	123
6. 什么是舞蹈病	124
7. 伸舌样痴呆是怎样发生的	125
七、内分泌科	126
1. 既小又呆是什么病	126
2. 小巧玲珑——一个小精灵是怎么回事	126
3. 儿童关节肿痛都是风湿热引起的吗	127
4. 怎样防治小儿风湿热复发	128
5. 类风湿病和风湿热是一回事吗	129
6. 苯丙酮尿症是怎么回事	130
7. 为什么儿童也会患糖尿病	130
8. 怎样对待糖尿病患儿	131
9. 警惕儿童性早熟,父母应注意哪些问题	132



八、传染病	133
1. 烧疹——热退疹出是怎么回事	133
2. 腮腺肿大会影响小儿的健康吗	134
3. “四代同堂”的皮疹——水痘应怎样预防	135
4. 什么是手足口病	136
5. 猩红热是怎么回事	137
6. 百日咳真要咳百天吗	138
7. 百日咳的典型表现有哪些	138
8. 你能读懂乙型肝炎的化验单吗	140
9. 乙型肝炎可由母婴传播, 有没有父婴传播	140
10. 接种过麻疹疫苗还会患麻疹吗	141
11. 麻疹早期症状有哪些	142
12. 风疹与麻疹有什么不同? 风疹的 危害有哪些	142
13. 小儿患了结核病怎么办	143
14. 儿童会感染艾滋病吗	144
15. 儿童会感染 SARS 吗	145

第五章 儿童外科常见病

一、基本外科	148
1. 新生儿脐炎和婴儿脐疝是怎么回事	148
2. 怎样区别新生儿头颅血肿和产瘤	148
3. 出生后不能进食怎么办	149
4. 幼儿肛周、会阴奇痒是怎么回事	149
5. 蛔虫病对小儿有哪些危害	150
6. 全身麻醉对小儿智力有损害吗	151
7. 小儿也会患癌症吗	152
8. 教你物理退烧法	153



目
录



9. 患了急性淋巴结炎会怎么样	154
10. 什么创口都可用创可贴吗	154
11. 先天性畸形适宜手术的年龄	155
12. 儿童腹痛怎么办	157
13. 小儿得了小肠疝气怎么办	158
14. 什么是先天性肥厚性幽门狭窄	159
15. 阑尾炎有哪些症状	160
16. 先天性巨结肠多见吗	161
17. 认识小儿肠套叠	162
18. 肠套叠发作时该怎么办	163
19. 小儿脱肛怎么办	164
20. 什么是先天性胆管扩张症? 为什么要做手术	164
21. 什么是先天性胆管闭锁	165
22. 怎样治疗梗阻性黄疸	166
23. 长时间反复发作的中上腹痛是怎么回事	166
二、泌尿外科	167
1. 小儿包茎需要处理吗	167
2. 小儿尿床是病吗	168
3. 幼儿憋尿怎么办	169
4. 小儿尿血怎么办	170
5. 阴囊里没有睾丸是怎么回事	170
6. 睾丸未降需及时治疗	171
7. 睾丸扭转不可忽视	171
三、脑外科	172
1. 摇晃婴儿会引起脑损伤	172
2. 腰椎穿刺会损伤脑子吗	173
3. 如何处理小儿头部外伤	174



4. 脑损伤患儿应怎样进行康复治疗 175
5. 如何对脑损伤患儿正确地进行早期干预 176
6. 怎样识别脑瘫与缺钙 177

四、骨科 178

1. 如何预防小儿脊柱侧弯 178
2. 小儿也会累出颈椎病吗 179
3. 小儿骨畸形, 早期有哪些特征 179
4. 关节化脓是怎么回事 181
5. 小儿走路时脚尖老朝里是什么病 181
6. “歪脖子”是怎么回事 182
7. 瘸腿的常见原因是什么 183
8. 如何及早发现先天性髋关节脱位 183

第六章 儿童口腔常见病 185

1. 恒牙替换乳牙时应防止双排牙 186
2. 乳牙早失怎么办 186
3. 小儿几岁开始刷牙? 每天刷几次较合适 187
4. 刷牙时出血怎么办 188
5. 怎样才能保护好“六龄齿” 189
6. “虫牙”, 是不是牙里真的长虫子 190
7. 为什么小儿易患龋齿 190
8. 什么是“鹅口疮”? 得了“鹅口疮”怎么办 191
9. 牙齿变色是怎么回事? “四环素牙”如何预防和治疗 192
10. 小儿舌背出现地图样变是什么病? 怎么治 192
11. 地图舌要治疗吗 193
12. 舌背有裂纹是什么病? 怎么治 193
13. “三瓣嘴”怎么治 194



14. 何谓“狼咽”? 怎么治疗	194
15. 牙齿外伤脱落怎么办	195
16. 小儿拔牙应注意哪些问题	196
17. 牙齿排列不齐的危害有哪些	197
18. 儿童什么时候矫正牙齿最适合	198
19. 儿童常见的口腔不良习惯及危害有哪些	199
20. 为什么“虎牙”不能轻易拔除	200
21. “地包天”(反骀)一定要矫治吗	201
第七章 儿童耳鼻喉科常见病	203
1. 鼻子经常出血要紧吗	204
2. 经常抠鼻子会有哪些危害	205
3. 患了慢性鼻炎必须要吃消炎药吗	206
4. 小儿鼻子总是不通气是怎么回事	207
5. 小儿头痛为什么要检查耳鼻喉	208
6. 鼻子碰伤以后怎么办	209
7. 小儿总爱“咳”嗓子该怎么办	210
8. 小儿摘除了扁桃体免疫力就下降了吗	211
9. 小儿睡眠打呼噜是男子汉的象征吗	212
10. 鱼刺卡住嗓子该怎么办	213
11. 小儿声音嘶哑的常见原因及后果	214
12. 小儿脖子上出现肿块要紧吗	216
13. 呼吸道异物好危险	217
14. 抠耳朵是好习惯吗? 有了耳蚕怎么办	218
15. 游泳时耳朵里进水会得中耳炎吗	219
16. 耳朵有病为什么给鼻子治病	220
17. “耳仓”是有福的象征吗	221
18. 耳朵里进了虫子怎么办	222