需要全本请访问 www.ertongbook.com



婴幼儿医护健康小百科

（上篇）

居家护理篇

楚楚 编著



蓝天出版社

图书在版编目(CIP)数据

婴幼儿医护健康小百科/楚楚编著．－北京：蓝天出版社，1998.10

ISBN 7－80081－844－6

Ⅰ．婴… Ⅱ．王… Ⅲ．婴幼儿－妇幼保健－问答 Ⅳ．R17

中国版本图书馆 CIP 数据核字(98)第 28178 号

责任编辑：金永吉

责任校对：钟　实

蓝天出版社出版发行

（北京复兴路 14 号）

（邮政编码：100843）

电话：66784244

新华书店经销

长凌营印刷厂印刷

850×1168 毫米　32 开本　　9.5 印张　　138 千字

1998 年 11 月第 1 版　　1998 年 11 月第 1 次印刷

印数 1—5000

ISBN 7－80081－844－6/Z·278　　定价：15.80 元

目　录

前言 …… (1)
改版序 …… (2)
简单实用的家庭参考书 …… (4)
育儿的良师益友 …… (6)

上　篇

简易的新生儿居家护理 …… (1)
新生儿代谢疾病之筛检
——何谓蚕豆症及先天性甲状腺功能低下症 … (5)
新生儿黄疸 …… (8)
婴幼儿各种预防接种与相关疾病 …… (11)
自然天成的婴儿食品——母奶 …… (22)
婴儿吐奶了，怎么办？ …… (34)
婴儿哭，要不要紧？ …… (38)
初生婴儿没有六月天？ …… (41)
仰着睡好，还是趴着睡好？ …… (44)
婴儿猝死症 …… (47)

需要全本请访问 www.ertongbook.com

宝宝日夜颠倒，怎么办？ …… (50)
小儿夜惊 …… (52)
肚脐疝气与肚脐肉芽肿 …… (55)
扰人的尿布疹 …… (58)
妥善照顾婴幼儿的臀部 …… (60)
从排便看婴儿健康 …… (65)
婴幼儿的便秘与腹泻 …… (69)
维他命与婴幼儿生长的关系 …… (72)
怎样为宝宝添加副食品？ …… (76)
如何对待断奶期间的婴儿？ …… (80)
幼儿要吃什么，就让他吃什么吗？ …… (84)
幼儿怎么吃才有营养？ …… (87)
婴幼儿的生长问题——过重或过轻 …… (92)
婴幼儿眼睛保健之道 …… (95)
流鼻血的处理 …… (100)
怎样照顾婴幼儿的乳牙？ …… (103)
幼儿常见的耳鼻咽喉部问题 …… (110)
常生病是不是抵抗力差？ …… (113)
生病一定要打针吗？ …… (117)
如何避免意外伤害？ …… (121)
保健常识与急救须知 …… (124)
踏青、旅游时小意外的处理原则 …… (131)
幼儿运动伤害 …… (135)
迈开健康的脚学步 …… (139)

一般用药常识 …… (142)
你家也该有个保健箱 …… (145)

下　篇

感冒——病毒性急性上呼吸道发炎 …… (151)
发烧 …… (157)
咳嗽 …… (160)
气喘 …… (165)
抽筋 …… (168)
常见小儿外科问题—腹股沟疝气、隐睾症及斜颈
…… (172)
春季常见的婴幼儿感染 …… (176)
水痘（俗称水珠） …… (180)
夏天常见的婴幼儿疾病 …… (183)
幼儿的夏季热 …… (188)
夏季的幼儿皮肤保养 …… (191)
夏天常见的婴幼儿眼疾 …… (194)
沙门氏菌肠胃炎 …… (198)
秋天需注意的幼儿疾病 …… (202)
轮状病毒肠胃炎 …… (206)
冬天的小儿保健 …… (209)
冬天的幼儿皮肤保养 …… (213)
冬天，谨防小儿肺炎 …… (216)

小儿过敏的冬季保健 …… (219)
小儿泌尿道感染 …… (222)
婴幼儿常见的消化道疾患 …… (224)
宝宝的溢奶与胃食道逆流 …… (227)
婴儿肥厚性幽门狭窄 …… (230)
蛲虫与猫狗蛔虫感染 …… (233)
肠套叠 …… (237)
热性痉挛 …… (241)
认识脑膜炎 …… (245)
婴儿玫瑰疹 …… (250)
川崎症 …… (253)
风湿热与风湿性心脏病 …… (256)
认识登革热 …… (258)
婴幼儿贫血症 …… (261)
儿童特发性紫斑症 …… (266)
先天性心脏病 …… (270)

前言

本书由北京儿研所小儿科医师与护理人员执笔。撰写“婴幼儿医护小百科”专栏，目的是想将婴幼儿的疾病与简易的家庭护理常识介绍给家长们，让家长在了解婴幼儿容易感染的疾病、发生的症状与过程之余，能安心地等候孩子痊愈，甚至进一步于平时就作好简单的家庭护理工作，减低孩子的患病率，使孩子得以顺利而健康地成长。

经过多年的累积，“婴幼儿医护小百科”专栏陆续在广州、上海、北京等医院的小儿科和相关专科医师执笔之下，提供了家长们更丰富的保健常识；而结集成书之后，更成为许多父母的随身良伴。

时代在进步，有关婴幼儿保健方面也有了新的对策，不过，新的问题也不少。如何让宝宝健康地成长仍是需要父母不断补充新知、用心预防与护理来维护的。我们期望致力于实务工作的婴幼儿医护小百科，能帮助您更心地捍卫您家宝贝的健康。

我们深信：凡是有助于儿童身心发展及福祉的工作，都值得全力以赴。

改版序

时光飞逝，转眼自医学院毕业已 10 年。记得大一时，医科学生会邀请广州、上海、北京儿科主医至校内演讲，谈他们当小儿科医师的心路历程。当时有一位老医师有一句话深深打动我的心，他说："小孩子有很多病痛，虽然不会自己表达，但只要我们稍微细心的扶持他一把，许多疾病都能很快痊愈。"这句话至今仍牢记在我心，无论在新生儿加护病房，或第一线的急诊、门诊，乃至为人父母，深深觉得无论是医师、父母或老师，都应为这些可爱的幼苗多付出些心血，多充实自己，多付出些关爱，让他们能得到更完善的照顾。

今年 5 月间经广州、上海、北京儿科医院推荐，基金会的亲职教育部王美丽主任找我为"婴幼儿医护小百科"改版及增修。在详读原版本后发现其中许多篇幅皆是自己师长及前辈医师的宝贵经验，历久而弥新，自己也获益良多，尤其能深入浅出的提供父母许多育儿的医学常识及经验，就像是自己的家庭医师一样，你可以把"他"当成好朋友，遇有问题可随时请教"他"或提供参考意见。改版新增的几个篇幅是近年来较新或大家较关心的议题，例如"川崎症"、"婴儿猝死症"、"新生儿代谢疾病筛检"、"幼

儿的生长问题”及“小儿的泌尿道感染”等，是由我自己执笔，另外有关预防注射的种类及时间表，内容已稍作增添及修正。希望改版修订本能提供父母更新更完备的内容，充实您照顾宝宝所需的医学知识，也分担您一些忧虑。

最后仍是要以婴幼儿“医护小百科”的指点，“小孩子有许多病痛，虽然不会自己表达，但只要我们稍微细心的扶持他一把，许多疾病都能很快痊愈。”我想这句话不仅是在对待疾病上适用，甚至扩大到许多日常生活中的教养问题时，都是值得我们深思的。

北京儿研所主治医师
王美莉（现已退休）

需要全本请访问 www.ertongbook.com

简单实用的家庭参考书

一向从事学前幼儿教育推广的婴幼儿医护小百科，这次推荐给家长们的这本书，我认为是很有意义的。因为，目前书店里育婴方面的书籍种类相当多，但是，能够系统介绍婴幼儿医护的书籍却不多见。这本“婴幼儿医护保健”所涵盖的婴幼儿一般保健常识、疾病的基本概念和预防，以及日常生活照顾等，可以说是提供了家长育儿时的一个基准、一个指针。虽然，它第一篇的内容并不很多，但就提供家长一般育儿常识而言，“婴幼儿医护小百科”的内容无疑是相当丰富的了。

这本书里面有一些文章是广州、北京儿研所专家、医师、护士同仁所分担完成的，再交由学前教育月刊“保健箱”专栏发表。当时，目的就是希望把育儿保健常识更广泛地推展到国内每个有婴幼儿的家庭，提高我国健康生活水平。这些年来，陆续邀请了国内其他医院的医护人员撰写，使得医护小百科的内容更加充实。可以说是一本很实用的育儿参考书。

这本书名叫“婴幼儿医护小百科”，内容包含了婴儿期到幼儿期的各种医药保健常识。其中有一篇“你家也该有个保健箱”的文章，建议家长们在家中常备一些药和保

健器材，可以在孩子受点小伤或有点小毛病时使用，但要特别提醒家长的是，如果孩子受伤或生病的程度不是一般家庭护理可以处理的情况时，还是需要尽早送医诊治。

期望使用这本书的家长们，在您丰富育儿的保健常识之余，能够转而重视家庭健康教育，使我们未来新一代的主人翁生活得更健康、更愉快。

育儿的良师益友

孩子是可爱的，但是把一个孩子抚养长大，不知要费去父母多少心血，尤其是头胎婴儿，因缺乏经验，父母与孩子都会倍受痛苦。

记得30年前，我的第一个孩子呱呱坠地后的那种手足无所措的情状，至今犹在眼前。因为孩子的出生比预产期早了3个多星期，那天我还在上班。是日前夕，我的肚子有点胀痛，我还以为是吃多了，或是受了凉，不以为意。忍着痛，我照常办公，挨到中午，实在痛得难受，女同事们肯定地对我说："可能要生产了。"

于是我打了电话给爱人，要他陪我去医院看医生。我们是走着去医院的，因为那时我的办公室离医院很近。医生检查之后，即刻要我住院，就这样，我被推进了产房。到傍晚，生了一个干瘦、像个小猴子似的婴儿，我就这样成了"母亲"，品尝着初为人母的喜悦，但也挑起了作为人母的重任与艰辛。

由于孩子的提早出生，一切婴儿用品都未准备齐全，以前又从没有抱婴儿的经验，所以，孩子出生后，我真不晓得怎样去抱他，别说喂奶、洗澡了。幸好医院里的护理人员耐心地指点、教导，我慢慢地学习，这才获得了一些

育儿的护理常识。但是，那时缺乏育儿保健的专书，有时突来的情况，常常把我急煞吓坏，只好每次都往小儿科跑。

小家伙又常常日夜颠倒，晚上精神极佳，不肯睡觉，甚至半夜里哭闹不停。那时，我紧张地抱着他，母子相对而哭。我不知道他哪儿不舒服，也担心自己的睡眠不够，次日无法办公。想把爱人喊醒，但他也要上班。若把帮佣的人叫醒，怕她生气不干，岂不更糟？我甚至考虑辞职在家，白天或许还可以补充晚间不足的睡眠。但是，那样能保证孩子不吵不闹吗？我想不出妥善的办法，只好在夜深人静时，面对着儿子痛哭流鼻涕了。

后来被爱人发觉，他很体贴地自己要来面对那个淘气的小家伙，于是，我们轮流着担负这个痛苦的任务。直到后来经由医生的指点，我们才知道，原来孩子哭闹是因为被子盖得太厚、太热了。

怕孩子受凉，给孩子多穿点衣服、多盖被子，这可能是一般父母的通病，其实，孩子比大人还要怕热。还有，孩子日夜颠倒，可能与肚子饿、尿布湿了，或是白天睡得太多，身体不舒服都有关。“学前教育月刊”的“保健箱”专栏里，都曾提到。这个专栏经常介绍婴幼儿的疾病简易的家庭护理常识，都由各大医院的小儿科和相关专科医生执笔。最近，将历年来发表的文章汇编成册，为了使父母们在育儿时便于参考，从婴儿的出生、日常照顾，甚至各种疾病的症状与防治之道等，都作有系统的编列，冠书名为“婴幼儿医护小百科”。

真的，“一分事前的防范，远胜于九十九分事后的补

救。”

现在的父母，比我们那个时候的父母幸福得多。这些保健常识不必从自己痛苦的经验中获得，或向左邻右舍去求教，就可以轻松地得自专书——医生的专业知识作宝贵的临床经验。

现在的孩子也比较幸运，由于父母的医学常识增多，平时作好家庭的保健工作，孩子也自然地少受许多疾病与意外伤害的痛苦。

这一本“婴幼儿医护小百科”，可说是实用的家庭护理手册，初为人父母的尤为需要，但也可作为所有父母们育儿时的良伴。

——编者后感

简易的新生儿居家护理



生第一个孩子时，大家都有一个相同的感觉——手足无措。

虽然，上天赋予母亲奇妙的“母爱”与“母性的直觉”，但是，照顾孩子还需要正确的知识与经验。所以最好能多了解一点简易的家庭护理常识。现在举出照顾新生儿的几点原则，供大家参考。

日常照顾

一、饮食

母乳是最好的食物。有许多母亲因为工作的关系，无法亲自授乳，或误以为哺乳后会影响身材，孩子日后也不易断奶，因而打消哺乳的念头，花钱去购买“母乳化”的婴儿奶粉，实在可惜。

随着孩子年龄的增长，除了奶以外，可以让他吃一些新的食物，供给其他的营养，例如：在出生后3个月添加果汁、果泥、菜泥等。在添加新食物时，有些孩子第一次

需要全本请访问 www.ertongbook.com