

<<儿童常见病调理食谱>>

图书基本信息

书名：<<儿童常见病调理食谱>>

13位ISBN编号：9787510114946

10位ISBN编号：7510114942

出版时间：2013-4

出版时间：中国人口出版社

作者：家庭生活健康丛书编委会

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<儿童常见病调理食谱>>

### 内容概要

《儿童常见病调理食谱(畅销彩色版)》内容简介：宝宝生病总会让父母们眉头一皱，心头一紧，不知如何是好。

做好宝宝的日常饮食调理，在平时，会为宝宝的健康锦上添花，在生病时，则会为宝宝雪中送炭。

于菁指导、家庭生活健康丛书编委会编著的《儿童常见病调理食谱(畅销彩色版)》介绍了宝宝常见几十种疾病的病情特点、病症表现、饮食原则、饮食禁忌、药膳调理方法。

同时，特别介绍了儿童疾病的基本膳食，如流质、软食、普通膳食等，是宝宝患病时选择饮食的最好指导。

## <<儿童常见病调理食谱>>

### 作者简介

于菁曾任保健时报社副社长、副总编辑。

现任中国保健协会科普教育分会常务副会长兼秘书长。

中国老年保健协会副秘书长，新时代健康产业集团专家顾问委员会委员，中国健康事业对外交流协会常务副会长兼秘书长。

从事健康教育工作17年。

组织大型健康科普报告及讲座百余场，发表科普文章60余篇，组织编写科普书刊40余部。

2006年代表中国保健协会科普教育分会组织有关专家编写的《城乡社区健康管理丛书》，荣获中央文明办、民政部、国家新闻出版总署、国家广播电影电视总局颁发的先进单位奉献奖。

13位作者荣获先进个人奉献奖；2010年6月被中国老年保健协会授予老年保健突出贡献奖。

## <<儿童常见病调理食谱>>

### 书籍目录

Part 1：让宝宝远离疾病的困扰 儿童各年龄段的特点 儿科疾病的特点 各年龄期儿童的保健 儿童保健的主要方法 儿童营养基础 儿童患病时正确选用饮食 Part 2：常见病饮食调养 Chapter 1：呼吸系统疾病 发热 普通感冒 扁桃体炎 咳嗽 小儿肺炎 小儿哮喘 Chapter 2：消化系统疾病 腹泻 腹痛 便秘 呕吐 厌食 小儿积食 慢性胃炎 寄生虫病 Chapter 3：营养性疾病 营养不良 佝偻病 肥胖症 营养性贫血 Chapter 4：泌尿系统疾病 泌尿系统感染 急性肾炎 小儿遗尿 Chapter 5：五官疾病 口腔溃疡 麦粒肿 红眼病 中耳炎 鼻出血 Chapter 6：过敏性疾病 湿疹 过敏性紫癜 Chapter 7：传染性疾病 百日咳 麻疹 流行性感 冒 风疹 水痘 流行性腮腺炎（ 痄腮 ） 手足口病 传染性肝炎 细菌性痢疾 Part3：儿童患病期常用膳食指导 Chapter 1：儿童疾病基本膳食 1.普通膳食 2.软食 3.半流质 4.流质 Chapter 2：流质、软食类食谱 一、蔬果汁、米汤 胡萝卜汁 番茄汁 南瓜汁 青菜水 蜂蜜藕粉 蔬菜米汤 玉米汁 橘子汁 苹果汁 西瓜汁 二、泥类、糊类 糙米糊 鲜玉米糊 豌豆糊 鲜奶玉米糊 红薯泥 茄子泥 豆浆红薯泥 南瓜泥 红薯牛奶露 红豆泥 .....

## &lt;&lt;儿童常见病调理食谱&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：插图：小儿腹泻是由多病原、多因素引起的以大便次数增多和大便性状改变为特点的消化道综合征，为我国婴幼儿最常见的疾病之一。

6个月至2岁婴幼儿发病率高，一岁以内约占半数，是造成小儿营养不良、生长发育障碍的主要原因。

腹泻的发病率仅次于急性呼吸道感染，如果不能及时有效地进行治疗，死亡率也很高。

在我国，平均每年每个儿童年发病3.5次，死亡率为0.51%。

因此，对小儿腹泻病的防治十分重要。

腹泻主要发生在每年的6~9月及10月至次年1月。

夏季腹泻通常是由细菌感染所致，多为黏液便，具有腥臭味；秋季腹泻多由轮状病毒引起，以稀水样或稀糊便多见，但无腥臭味。

由于目前缺少消灭轮状病毒的药物，应用食物疗法和注意忌口显得非常重要。

发病原因引起儿童腹泻病的病因分为感染性及非感染性两种。

感染因素 肠道内感染可由病毒、细菌、真菌、寄生虫引起，以前两者多见，尤其是病毒。

饮食因素 喂养不当可引起腹泻，多为人工喂养儿，原因为：喂养不定时，饮食量不当，突然改变食物品种，或过早喂给大量淀粉或脂肪类食品；果汁，特别是那些含高果糖或山梨醇的果汁，可产生高渗性腹泻；肠道刺激物（调料、富含纤维素的食物）也可引起腹泻。

过敏性腹泻，如对牛奶或大豆等食物过敏而引起腹泻。

原发性或继发性双糖酶（主要为乳糖酶）缺乏或活性降低，肠道对糖的消化吸收不良而引起腹泻。

气候因素 气候突然变化、腹部受凉使肠蠕动增加；天气过热消化液分泌减少或由于口渴饮奶过多等都可能诱发消化功能紊乱致腹泻。

饮食原则 腹泻发生后，短期禁食（6~8小时）以减轻胃肠负担，可口服少量5%葡萄糖盐水。

禁食后母乳喂养儿，先哺喂少量温开水后再哺以少量母乳，每次喂奶5~8分钟，间隔5~6小时一次，5~7天后恢复正常哺喂。

人工喂养儿：可喂少量米汤，每次100毫升，逐渐采用5%米汤稀释牛奶，按1:1的比例混合哺喂，先每日3~4次，后再酌情增加次数，减少米汤量，增加奶量，直至正常。

饮食宜忌 不宜过多或过早喂给米糊或粥食等食品，以免发生碳水化合物消化不良及影响小儿生长发育。

出生至3个月内婴儿母乳不足可吃牛奶或豆浆补充。

无论用牛乳或代乳品均需要适当稀释以利于消化和吸收。

除了饮食要特别注意外，还要注意给宝宝用药，儿童腹泻用药非常多，大致可以分为抗生素、黏膜保护剂、微生态调节剂、中药这四大类。

## <<儿童常见病调理食谱>>

### 编辑推荐

《天天食谱:儿童常见病调理食谱(畅销彩色版)》以通俗易懂的语言,深入浅出地介绍了婴幼儿各种常见病的病情特点、病症表现。

同时,《天天食谱:儿童常见病调理食谱(畅销彩色版)》更侧重于论述宝宝疾病的饮食疗法,以相当多的篇幅和文字,具体介绍了婴幼儿各种常见疾病的饮食原则、饮食禁忌、药膳调理方法,供父母选用。

<<儿童常见病调理食谱>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>