

<<时教授谈育儿经>>

图书基本信息

书名：<<时教授谈育儿经>>

13位ISBN编号：9787810109611

10位ISBN编号：7810109618

出版时间：2006-5

出版时间：上海中医药大学出版社

作者：时毓民

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>

## <<时教授谈育儿经>>

### 内容概要

本书力求全面、系统、通俗和实用，内容包含了常见病的症状、原因、治疗，重点放在护理和预防方面，此外还涉及到饮食、营养、心理、教育等方面的知识。

要建立健康和谐的社会，普及科学知识不可缺少，本书立足于普及儿童医学知识，提高家长对儿童疾病的防治意识，使祖国的“花朵”更健康，开得更艳丽。

儿童饮食和营养是许多家长较关心的问题，书中内容以实用为主，多为操作性较强的饮食调理方法，以便于家长在实践中应用。

新生儿期有特殊的生理和病理，所以单独列出新生儿常见疾病，以方便初为父母的家长参考。

小儿呼吸道疾病占儿科疾病发病率的首位，其中以上呼吸道感染最为多见，为此书中重点介绍了有关上呼吸道疾病的知识。

小儿消化道疾病发病率仅次于呼吸道疾病，占第二位，俗话说“病从口入”，因此如何防治消化道疾病也很重要。

近年气候多变和空气污染加重，使得过敏性疾病逐年增加，严重危害儿童健康，为此本书另立有关章节，以示对该病的重视。

许多父母对孩子性早熟和肥胖症的防治知识了解甚少，家长对孩子的智力发育也很关心，故书中在神经内分泌章节中重点介绍以上疾病。

由于预防接种的普及和卫生条件改善，以往很多危害儿童的传染病和寄生虫病如麻疹、脊髓灰质炎、乙型脑炎、猩红热、血吸虫病等已十分少见，本书不再赘述，而将介绍重点放在了近年还常见的一些传染病和寄生虫病，以及新发现的“非典”。

皮肤与外科疾病也是家长所关心的，本书仅介绍常见的一些疾病。

随着社会的进步，被人们忽视的儿童心理障碍防治显得越来越重要，为此本书特列出一章重点介绍儿童各种常见的心理疾病的早期识别和有效防治方法，以使家长能早期发现孩子的心理异常，及早防治，使孩子早日康复。

## <<时教授谈育儿经>>

### 作者简介

时毓民，1938年生。

复旦大学附属儿科医院教授、主任医师。

1962年毕业于上海第一医学院医疗系。

1966年师从上海中医儿科四大名医之一的顾文华教授学习中医。

1978年至上海中医学院第七届西学中研究班学习2年，毕业后在儿科医院从事中西医结合科研及临床工作。

1990年晋升为教授，

## &lt;&lt;时教授谈育儿经&gt;&gt;

## 书籍目录

第一篇 儿童饮食与营养 一、母乳喂养的学问 二、宝宝多吃甜食害处多 三、宝宝饮食中的误区 四、婴儿饮食“五忌” 五、儿童饮食“五不宜” 六、小儿吃饭“十二忌” 七、多吃蔬菜应从婴儿开始 八、春天让宝宝吃得更健康 九、春节宝宝营养菜 十、小儿夏季饮食要科学合理 十一、夏季宝宝如何吃 十二、秋季小儿需调补 十三、秋冬食补需依小儿体质“量身裁衣” 十四、宝宝进补的误区 十五、寒冷季节的儿童饮食原则 十六、小儿应慎吃的食物 十七、宝宝常见病的食疗

第二篇 新生儿疾病 一、正确认识新生宝宝 二、新生宝宝服药要谨慎 三、新生宝宝呕吐家长莫惊慌 四、怎样保护新生儿的第一道防线 五、怎样使新生宝宝安度夏季 六、新生宝宝腹泻原因多

第三篇 呼吸系统疾病 一、小儿扁桃体反复发炎需手术吗 二、儿童打呼噜是一个危险的信号 三、小儿鼻出血原因多多 四、不可轻视的小儿急性喉炎 五、小儿感冒常用中成药 六、小儿感冒要合理用药 七、小儿久咳不愈需饮食调理 八、怎样预防小儿反复感冒 九、亮亮的咳嗽为何久治不愈 十、小儿呼吸道的杀手——咽后壁脓肿 十一、宝宝高热后家庭护理是关键 十二、小儿咳嗽，食物的宜与忌

第四篇 消化系统疾病 一、形形色色的小儿口疮 二、宝宝打嗝如何防治 三、宝宝大便是消化状态的一面“镜子” 四、宝宝流涎并非都是病 五、宝宝剥苔问与答 六、小儿易患口角炎和口唇炎 七、宝宝频繁呕吐怎么办 八、怎样挑选治疗小儿厌食症的中成药 九、偏食——孩子成长的绊脚石 十、宝宝厌食牵动父母的心.....

第五篇 过敏性疾病 第六篇 心肾血液疾病 第七篇 神经内分泌疾病 第八篇 传染病及寄生虫病 第九篇 外科病与皮肤病 第十篇 心理疾病 第十一篇 其他疾病与保健

## &lt;&lt;时教授谈育儿经&gt;&gt;

## 章节摘录

书摘五、怎样使新生宝宝安度夏季 宝宝在夏季出生虽然有利于四肢伸展，增大活动的空间，但是在炎热的夏季也会对娇弱的生命带来威胁，怎样科学地抚养对宝宝对今后的生长发育至关重要。

1. 最好的饮食是母乳 母乳是新生儿安度炎夏的最好食品。

它的营养丰富，质和量可随婴儿生长的需要相应改变。

母乳易消化，温度适宜，不易被污染，而且母乳中含有抗病毒和细菌的各种抗体以及溶解微生物的溶菌酶，是现代任何乳品无法相提并论的。

2. 预防脱水热 夏季新生儿最易患脱水热。

这是因为新生宝宝体温调节中枢发育尚未完善，不能通过皮肤来散热，如果周围环境温度过高，水分补充不足或给宝宝包裹太紧，就会出现高热，即所谓“脱水热”，重者出现惊厥。

所以在天气炎热时，不能给宝宝穿得过多，只要穿薄薄的单衣裤就行了，但不要让宝宝全身裸露，以防娇嫩的皮肤受到伤害。

人工喂养的宝宝要多喂些水，母乳虽有足够的水分，但也可在两顿母乳间加喂一些水。

3. 创造适宜的环境 新生宝宝离开母体后，在温度和湿度方面都有很大的变化。

要给孩子创造一个他能适应的生活环境。

有空调的婴儿室温度控制在25℃左右，早产儿的室温要控制在26~27℃，但要注意空气流通，定时开窗，交换新鲜空气；无空调的婴儿房间，可打开门窗让空气流通，或室内放冰块降温。

室内的湿度最好在55%~70%之间。

4. 注意维护皮肤卫生 新生宝宝皮肤柔嫩，防御功能差，所以夏季要勤洗澡，可以保持皮肤清洁，促进血液循环，降低体温。

每天洗2~3次，水温以摸着不烫手为宜。

脐带未脱落的新生儿不用盆浴，以免脐部感染；脐带脱落后可在盆中洗澡。

一般用中性肥皂，浴后用柔软的毛巾吸干，可扑少许爽身粉，以保持皮肤干燥，但不宜扑粉过多。

要注意预防尿布皮炎，最好不要用尿布兜臀部，可在臀下部垫上尿布，不要使用塑料布。

5. 注意体温变化 新生宝宝大脑发育尚未完善，体温调节的“指挥中心”还处在发育阶段，又没有排汗的功能，所以体温常随外界的温度高低而变化，有时体温会上升到40℃。

父母遇到这种情况不要慌张，可多给些水喝或多喂些母乳，将宝宝移到阴凉的地方。

如体温仍不下降，需到医院诊治。

6. 预防常见病 到了夏季宝宝易腹泻，常是母亲传给孩子，所以母亲要注意自己的饮食卫生，要勤洗澡，勤换内衣，保持乳房清洁。

如宝宝是人工喂养，奶瓶、奶头都要煮沸消毒后用。

宝宝易患眼炎、皮肤褶皱处糜烂、臀红，如孩子眼屎多，应滴眼药水；出汗后要用温水洗澡；皮肤褶皱处可用鞣酸软膏涂抹；发现臀红可涂红汞鱼肝油。

7. 促进心理发育 早期环境的作用能激发婴儿发育。

妈妈在日常护理中应常与宝宝进行眼的交流，对他说话，逗他笑，抚摸他的皮肤，给他听柔和、轻快的音乐。

以上可增进母婴相依的感情，这对今后宝宝心理健康发育是至关重要的。

P44-46

## <<时教授谈育儿经>>

### 编辑推荐

针对家长所关心的问题，笔者根据多年的临床经验撰写了一系列有关疾病、生长发育、营养、急诊、预防接种等科普文章。

本书力求全面、系统、通俗和实用，内容包含了常见病的症状、原因、治疗，重点放在护理和预防方面，此外还涉及到饮食、营养、心理、教育等方面的知识。

要建立健康和谐的社会，普及科学知识不可缺少，本书立足于普及儿童医学知识，提高家长对儿童疾病的防治意识，使祖国的“花朵”更健康，开得更艳丽。

<<时教授谈育儿经>>

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>