

<<养出有抵抗力的孩子>>

图书基本信息

书名：<<养出有抵抗力的孩子>>

13位ISBN编号：9789861362663

10位ISBN编号：9861362665

出版时间：2010-9-30

出版公司：如何出版社有限公司

作者：吉崎达郎,明桥大二,太田知子绘

页数：208

译者：王昱婷

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>

<<養出有抵抗力的孩子>>

前言

前言 正確理解在家裡能做的事，積極的越過難關 吉崎達郎 「幫小孩子看病不是很累嗎？

他們只會一直哭，什麼也不會說。
你竟然能明白他們那裡不舒服，真不得了。
」在診療室裡，時而有人這樣問我。

「嗯，每天幫小孩子看診，漸漸就會瞭解他們的狀況。

」雖是這麼說，不過跟媽媽們的「瞭解」相較，醫生們的「瞭解」還是有些不一樣的。

多數人應該都會認為，醫生對於小孩子的病名、生病的原因、使用什麼藥物比較有效等，全部都「瞭解」。

不過實際的情況是，並不是所有的病都能夠清楚說明的。

有時，就算花很多時間，看了很多次，也還是不知道詳細的病名和原因到底是什麼。

（不過小孩倒是治好了，也恢復元氣）在診療室裡，醫生首先要判斷的，是小孩病情的嚴重性。孩子的情緒好不好、對一旁的大人及身邊的事物會不會表現出關心、呼吸狀態是否安定、臉色如何，這些事情都要首先迅速確認過。

再來要確認的是，有沒有睡好、有沒有喝水、有沒有嘔吐、什麼時候開始發燒等這些問題，小孩在家裡時的狀況是重要的資訊。

如果狀況不嚴重，有時連藥都不會開，甚至不用檢查。

即使如此，病也會自己好起來。

因為大多數常見的疾病，小孩會靠自己的力量治癒。

（當然，情況嚴重時，一定會仔細徹底的檢查原因，並且做適切的治療）病情嚴重的小孩子，與病情不嚴重的小孩子，之間的差別在那裡？

「瞭解」這點，是醫生的重要技能。

這要靠經驗。

新手媽媽跟爸爸一開始只能依賴醫生做判斷，但是每天看著孩子，仔細觀察的話，不經意之中，也能變「瞭解」的。

在家裡，當家長們發現小孩生了病或者身體有什麼變化時，雖然去醫院診斷，聽醫生詳細說明的話，會比較安心，但並不是隨時都能夠立刻把孩子送到醫院就診。

雖然也可以通過網路查詢，但是在網上有時候卻很難找到爸媽所必須知道的相關知識和訊息，反而更加不安。

所以，我們把「能事先知道，就太好了」的重要事情，寫成了一本書。

爸爸跟媽媽們的重要任務，就是誘發孩子們的「自我治癒能力」以及盡量為他們提供一個舒適的環境。

很遺憾，小孩子生病與受傷是無法避免的事，所以希望大家與本書一起積極的克服這些問題。

這本書不只是一本寫給「第一次帶小孩」的新手爸媽，也是要給所有跟養育小孩有關的人的一本快樂建言。

希望能讓大家擁有讚歎並感動「原來小孩子擁有這麼棒的力量」的時刻。

只要能擁有正確的知識，就算孩子生病了也不必驚慌 明橋大二 每天，都會有讀者寄來《教出耀眼的孩子》《教出令人稱羨的孩子》這系列書的讀後心得，全部超過五萬封。

這些信，說是反映了現代的父母親們在面對養育子女時的所有困擾與不安，一點也不為過。

通過閱讀這些信，我發現了一件事。

那就是，令現在的父母親感到不安的，不只是小孩的心靈問題。

他們對孩子身體的疾病同樣感到不安與煩惱。

最近出現一種名詞叫「便利超商診所」，就像二十四小時營業的便利商店一樣，半夜常有爸媽帶著小孩來看病。

有意見說就是因為這種事一再發生，小兒科醫生才會過於疲累，只好辭掉醫院工作，而醫院小兒

<<養出有抵抗力的孩子>>

科也不得不關閉。

的確，有些人是沒有時間觀念，也沒有常識。

但是我也知道，有很多家長是由於半夜小孩子發高燒，不知該如何是好，擔心萬一發生什麼不可挽回的事情，不安再加上不安，所以才在半夜到醫院就診。

「只有這種程度的病症，請不要在半夜還帶到醫院來，醫院跟二十四小時便利商店是不一樣的」，我認識的好幾個人由於受到醫生這樣的斥責而受到了傷害。但是反之，有時候想先看一下小孩子的病情發展再帶去醫院，結果又受到批評「為什麼拖到這個時候才帶到醫院來？」

被罵的還是父母親。

醫院或許有壓力，但是父母親們卻是每天要跟更大的壓力拚鬥。

半夜把小孩帶來醫院，是源自於父母親的不安。

如果只是因為如此，那麼就不要只追究半夜看診的問題，而是要先教他們正確的知識，讓父母親們安心並擁有自信。

我從以前就如此認為，跟吉崎醫師聊過後，他也跟我有一樣的想法，然後就聊到，我們來寫這樣的一本書吧！

於是就有了本書的誕生。

我跟吉崎醫師都一樣，在醫療現場接觸病患，每天早上九點到晚上九點不停的面對病患與他們的父母親。

通過與他們的接觸，我們感受到的希望各位父母親知道的事，以及有必要事先告訴父母親們的事情，其精華都寫在了這本書裡。

在這本書裡記載著許多需要掌握的正確知識，以及生病時也能不慌不忙進行處理的對策。

這本書，希望能讓父母親在養育子女的過程中，稍稍輕鬆一下，這樣也會使孩子們開開心心，給大家都帶來幸福。

如果這本書能幫上父母親一些忙，那麼就太好了。

<<养出有抵抗力的孩子>>

内容概要

日本最長銷、最權威的兒童專科醫師共同執筆！
突破400萬冊的育兒書《教出耀眼的孩子》《教出令人稱羨的孩子》作者系列新作！
提供最正確的健康知識，就算孩子生病也能勿容應對！
本書更從心理和生理兩方面，提供給家長們一起積極克服這些問題的方法。
獻給所有需養育小孩的人的一本快樂建言書。

<<养出有抵抗力的孩子>>

作者简介

吉崎達郎 一九七三年出生於德島縣。
小兒科醫師。
大阪大學醫學系畢業，曾任職大阪大學醫學系附屬醫院婦產科、市立吹田市民醫院、阪南中央醫院小兒科，現任真生會富山醫院小兒科醫師明橋大二 一九五九年出生於大阪府。
精神科醫師。
京都大學醫學系畢業，真生會富山醫院心療內科部長、兒童諮詢所指定醫師、school counsellor、NPO 兒童權利支援中心Palette理事長。

<<養出有抵抗力的孩子>>

書籍目錄

越早知道越安心1.感冒後，小孩子會變得更強2.發燒不是壞事3.咳嗽、流鼻水、嘔吐、腹瀉，都是身體的防衛反應4.把病治好的，是藥物嗎？

5.小孩子們都有很強的恢復力6.瞭解疾病的進展過程，就能安心照顧小孩子7.居家照顧的關鍵字就是「水」*「小專欄」人是由水構成的症狀分類 發燒發燒是身體與病毒及細菌作戰的證明* 即使發燒，也不要驚慌* 小孩子有時會發燒超過四十度* 是不是應該要馬上送急診？

拿不定主意的時候該怎麼辦* 退燒藥並不能治病* 突然發高燒引起的痙攣* 感冒的時候可以泡澡，是真的嗎？

* 家庭照護症狀分類 咳嗽咳嗽是肺部的守護者* 咳嗽時要「加濕．保暖．補充水份」* 咳嗽不停的主要原因* 連續咳嗽一週以上，要到醫院看病* 經常發出嗶嗶嗶嗶的聲音，那是氣喘嗎？

* 家庭照護症狀分類 流鼻水藉由鼻涕，把細菌跟灰塵都排出去* 鼻子是「有加濕功能的空氣清淨機」症狀分類 嘔吐嘔吐是代表有害東西進到肚子裡* 嘔吐多是源於「肚子的感冒」* 有時也會大量吐奶* 在嘔吐現象發生的初期，「不要給小孩喝任何東西」* 「打點滴之後，會馬上恢復精神」是真的嗎？

* 使用「止吐的栓劑」前，先等一下* 家庭照護症狀分類 腹瀉把敵人從肚子裡趕出去* 驚奇！腹瀉的真面目是？

* 止瀉藥跟整腸藥是不一樣的吗？

* 即使拉肚子，也讓小朋友吃得跟平常一樣，沒關係吧？

* 這是脫水症狀* 小專欄：人體內有座海洋* 腎臟君是計算博士* 家庭照護明橋醫生的叮嚀「小孩子會生病，絕對不是媽媽的錯」* 親子的溫暖小故事接著是關於小孩成長中的各種問題。

瞭解小孩的身體及心靈的種種情況，育兒也可以很輕鬆便便的煩惱有各式各樣的人生、也有各式各樣的便便 不要被顏色、形狀跟次數所困惑* 出生之後，便便的變化* 排便的煩惱出乎意外的多* 家庭照護肌膚的麻煩小嬰兒的皮膚是很纖細的，所以，要用水以及油來細心守護* 水與油的良好關係* 避免出狀況的方法* 嬰兒比大人少穿一件會更舒適* 成長中肌膚的照護* 擔心濕疹問題時的離乳食品* 雖然是感冒，皮膚卻冒出紅色的小疹子，是不是患了別的疾病？

* 過敏性皮膚炎的正確護理廁所．夜尿直到從尿布畢業為止，不要慌，要多加稱讚，有耐心的等待* 不是「把尿布拿開」而是「自己離開尿布」* 可以自己上廁所之前的「五個階段」* 與夜尿「和平相處」是重要的事情明橋醫生的諮詢室^^嬰兒想睡覺的時候，為什麼會哭鬧呢？

^^母乳，要喝到什麼時候？

^^小朋友「邊吃邊玩」，該如何是好？

^^糾正「偏食」.....關於小兒疾病的各種疑慮 Q&A的時間開始囉Q：早點就醫就能早點治癒嗎？

Q：比起診所，到大醫院會比較快治癒嗎？

Q：其他的媽媽說「感冒的時候，不要讓小孩吃抗生素比較好」這是真的嗎？

Q：孩子喝奶喝得很多，會不會得肥胖症？

實在是很擔心Q：我家的小孩，飯吃的很少.....Q：傷口可以早點癒合的「濕潤療法」指的是什麼？

Q：雖然看了醫生，但病名是什麼卻還是不太清楚.....Q：棉被幫他蓋了又蓋，還是把棉被踢開。

擔心小孩半夜著涼，自己反而睡不好急救治療媽媽、爸爸也能辦得到！

急救方法 傷口 撞到頭 誤飲 燙傷 鼻血 掉牙 中暑 痙攣 心肺復甦術

<<養出有抵抗力的孩子>>

章節摘錄

越早知道越安心 1 感冒後，小孩子會變得更強 「還這麼小就這麼容易感冒嗎？」
家裡有一歲左右小孩的媽媽們，經常會這樣問。
的確，剛生下來的嬰兒，體內還有從媽媽那裡得來的抗體*，不過，那樣的抗體也只有幾個月的壽命，一歲生日以前就會消失了。
這時嬰兒對病毒及細菌*的抵抗力還很弱，所以，與其說「還這麼小就感冒」，比較正確的說法是，「孩子越小越容易感冒」。
開始團體生活後，就是父母親惡夢的開始。
感冒好了之後，帶到幼稚園，馬上就又感染別的感冒（正確的說，是感染到別的病毒而感冒）。
只好再休息個幾天。
如此不斷的反覆。
因此，一開始總是不能安心的將孩子放在幼稚園。
工作不得不請假，媽媽們真的很辛苦。
不過，不用擔心。
一次又一次的感冒後，孩子會在體內製造出各種不同的抗體，對抗病毒的戰鬥力也會提升。
三歲之後，就會變得不容易感冒。
所以在那之前，加油！

* 抗體：具有對抗病毒及細菌，守護身體的能力。

媽媽透過胎盤及母乳傳給小孩子。
媽媽們從嬰兒時期就與各種不同的病毒與細菌作戰，從而製造並儲備了很多抗體，把這些抗體作為禮物，送給自己的小孩子。
* 病毒與細菌：感冒的原因。

世界上存在各種病毒與細菌。

越早知道越安心 2 發燒不是壞事 小孩子會突然發燒。

有時家長是之後才察覺說，「這麼一說，昨天開始，孩子心情就不太好」，但大多數情況是「噢，剛剛還很有精神的在玩！」
而且，還是大人一般不會有的高燒，所以總是讓大人手足無措。

小孩子的發燒，幾乎都跟病毒和細菌有關。

一聽到發燒，一般都會覺得是「壞事」，但事實上，那是身體為了與細菌及病毒作戰，而故意升高體溫的。

傍晚開始發燒，隔天早上終於退燒，但下午會再度開始發燒。

這種情況很常見。

就算只是單純的感冒，也會連續兩三天發燒，家長不用太過驚慌。

發燒時，一般人最擔心的事情便是「持續高燒，腦袋會不會燒壞了」。

看著持續發高燒而沒有精神的小孩子，的確是會擔心大腦有無受到影響。

不過，就算是40度的高燒連續幾天，也不會由於發燒而對大腦產生危害，或者留下後遺症。

雖然家長還是會擔心，但只要不是把小孩丟在車內而中暑，只是發高燒而已，是不要緊的。

而且，體溫的高低與疾病的嚴重性沒有關係。

發高燒，並不表示就是嚴重的病症。

越早知道越安心 3 咳嗽、流鼻水、嘔吐、腹瀉，都是身體的防衛反應 就像發燒是身體為了保護自己免於病毒及細菌的侵襲而產生的防衛反應一樣，咳嗽、流鼻水、嘔吐及腹瀉等症狀，也是身體為了排除病毒及細菌所表現出來的防衛反應。

這些症狀本身並不是壞事，不好是病毒以及細菌。

我在大學教學醫院工作時，遇到一位頗為幽默的住院病人。

他在病房的門口貼著一張紙，上面寫著「病毒跟細菌等小朋友，請不要進來」。

這位病人因為在進行化療，所以抵抗力很差，為了避免感染，一直都很小心謹慎。

<<养出有抵抗力的孩子>>

因為病毒跟細菌小到肉眼無法看見，所以不能知道它們何時會進來房間，何時出去，也不能從房間裡把它們抓出去。

因此能做的也只是張貼像這樣的告示。

這些可以看得見的症狀(咳嗽、流鼻水、嘔吐及腹瀉) 雖然並不是不好的事，但會因此消耗大量的體力，也可能影響睡眠及食慾。

在這種時候，可以讓小孩喝下退燒藥讓體溫下降，房間加濕以抑制咳嗽，協助吸出鼻涕，讓呼吸順暢，暫時控制飲食避免再嘔吐，等等，採取這些照護方法也很重要。

<<养出有抵抗力的孩子>>

媒体关注与评论

* 教養名人一致推薦！

陳安儀(知名親子部落客、媽媽PLAY親子聚會創辦人)：「我的一雙兒女，就是完全按照本書建議的方式照顧，現在，不但女兒身體極為強健，連患有先天性氣喘病的兒子，身體也越來越健康了！」

謝淑美Carol(奧林文化&大穎文化 總編輯)：「父母若是在孩子病痛時能以理性的態度、科學的方式對應，不僅僅能有效的減輕孩子的身體不適，更為孩子示範了面對苦難的從容與睿智。

就這一點而言，本書提供了很值得所有父母參考的資訊和方法。

」 番紅花(超人氣教養部落客)：「家裡放著這

<<养出有抵抗力的孩子>>

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>