第一图书网, tushu007.com

<<无忧无虑养孩子>>

图书基本信息

书名：<<无忧无虑养孩子>>

13位ISBN编号：9787513205627

10位ISBN编号：7513205620

出版时间：2011-9

出版时间：中国中医药出版社

作者：曹宏 周朋

页数：170

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

内容概要

本书共设六篇，分别针对孩子的日常生活保健、膳食与营养、常见疾病病因及防治、疾病家庭护理、家庭保健药膳，以及常见疾病的食疗方法等方面的问题，给予了论述及解答。

作者简介

曹宏，山东中医药大学附属医院儿科主任医师、教授，硕士研究生导师，山东省首届名老中医学术继承人。
擅长治疗小儿呼吸、消化系统疾病。
先后主持或参与研究国家、省级科研课题10项，主编、参编著作5部，发表学术论文40余篇。

书籍目录

生活保健篇
1. 如何维护儿童的健康
7. 注意小儿患病前的征兆
3. 如何提高儿童的免疫功能
4. 怎样培养孩子良好的睡眠习惯
5. 小儿采用怎样的睡姿好
6. 小儿睡姿中有疾病信息
7. 孩子夜间磨牙要查查原因
8. 宝宝为什么爱出汗
9. 哪些原因容易引起宝宝爱出汗
10. 孩子打预防针要注意什么
11. 怎样判断预防接种后发热及处理
12. 怎样判断小儿发热
13. 给孩子测体温时要注意什么
14. 孩子为什么经常“ 上火 ”
15. 节日需防小儿胃肠功能紊乱
16. 虫牙是怎样发生的
17. 宝宝换牙要注意什么问题
18. 儿童喝水的学问
……
膳食与营养篇
常见疾病篇
家庭护理篇
家庭保健药膳篇
小儿常见疾病饮食调治篇

章节摘录

对于4～5个月以上的婴儿，可适当增加辅食，最好将菠菜、卷心菜、青菜、荠菜等切碎，放入米粥内同煮，做成各种美味的菜粥给宝宝吃。
蔬菜中所含的大量纤维素等食物残渣，可以促进肠蠕动，达到通便的目的。
此外，辅食中含有大量的B族维生素等，可促进肠道肌肉张力的恢复，对通便很有帮助。
婴儿便秘经以上饮食调整效果仍不佳者，可给宝宝饮服蜂蜜，即常服蜂蜜水或将蜂蜜放入牛奶中喂养，效果较好。
也可吃点香蕉，短期内即能发挥润肠通便的作用。
（2）训练排便习惯：婴儿从3-4个月起就可以训练定时排便。
因进食后肠蠕动加快，常会出现便意，故一般宜选择在进食后让孩子排便，建立起大便的条件反射，就能起到事半功倍的效果。
另外，也可进行手法按摩，大人手掌平放在宝宝脐部，按顺时针方向轻轻推揉。
这不仅可以加快宝宝肠道蠕动进而促进排便，并且有助于消化。
（3）药物处理：婴儿便秘经以上方法处理仍不见效的，可以采用开塞露通便。
开塞露主要含有甘油和山梨醇，能刺激肠道起到通便作用。
使用时要注意，开塞露注入肛门以后，家长应用手将两侧臀部夹紧，让开塞露液体在肠道里保留一会儿，再让孩子排便，效果才好，在家庭中也可用。
秋季天气逐渐转凉，孩子们都穿上了长衣长裤来抵御秋天的寒凉。
儿科门诊上的小病号逐渐多了起来，尤其是腹泻的孩子越来越多。
引起腹泻的原因多种多样，从医学上讲，可以是病毒感染也可以是细菌感染。
夏季细菌性腹泻多见，秋冬季节病毒性腹泻多见。
比如说秋季腹泻，是由轮状病毒引起的一种肠炎，在秋冬季节（10月至次年2月）高发。
……

第一图书网, tushu007.com

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