



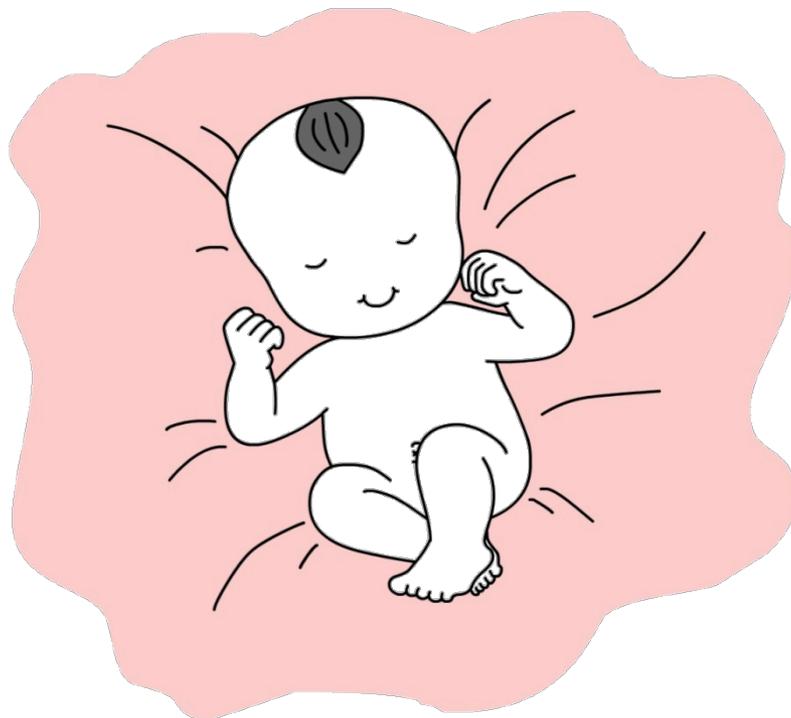
第十讲 →

# 新生儿保健



何为新生儿？

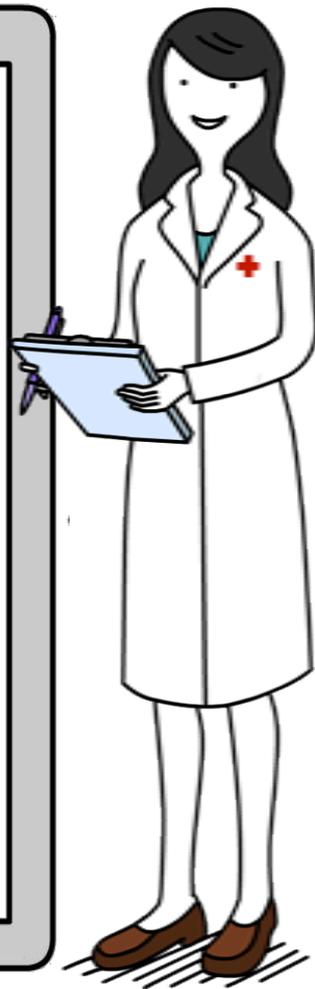
脐带结扎至不满28天的婴儿。





# 学习内容

- 一、新生儿喂养
- 二、新生儿护理
- 三、新生儿生理现象
- 四、新生儿疾病筛查与常见病预防
- 五、新生儿伤害预防
- 六、促进新生儿发展



# 一、新生儿喂养

1. 吃什么最好
2. 母乳喂养相关问题





# 1. 吃什么最好

- 6个月内婴儿应纯母乳喂养
- 绝大多数母亲都能成功母乳喂养



## 2、母乳喂养相关问题

### ■ 吐奶

喂奶次数、喂奶量均不要过多

喂奶前避免哭闹

喂奶后不要马上换尿布

喂奶后轻拍背帮助打嗝

垫高床头，右侧卧位预防窒息

- 若呕吐频繁、量多，应及时就医



## ■ 排便

新生儿期正常的大便性状变化为胎便、混合便，母乳喂养儿的大便为稀糊状、金黄色

新生儿期大便次数可达每天7、8次  
满月时体重增加600克以上为正常



## 二、新生儿护理

1. 新生儿保暖
2. 五官的护理
3. 脐带护理
4. 臀部护理
5. 新生儿洗澡
6. 日常护理
7. 新生儿睡眠



# 1. 新生儿保暖

- 正常体温范围：36℃~37℃（腋下）
- 母婴同室的适宜室温：22℃~24℃
- 安全使用保暖物品：

用热水袋应隔着衣被以防烫伤

不建议用电热毯，以免发生意外



- 穿戴应温暖适宜：寒冷季节室温较低，衣服、帽子、袜子以及衣被预热后再用；
- 生后不要过早洗澡：出生6小时后、体温稳定再洗澡；早产、低出生体重儿体重开始增加后再洗澡；
- 早产低出生体重儿可在医生指导下使用“袋鼠式保暖”。





## 穿多少衣服合适?

- “蜡烛包”不可取；
- 冬季可比成人多穿一层衣服；
- 避免穿戴过多或室温过热；
- 脚凉需加衣服或适当升高室温；
- 前额、肩后或腹部微湿：需减衣被。

# 新生儿适合穿什么样衣服？

- **质地：**纯棉
- **样式：**宽松、易穿脱
- **清洗：**新衣物洗后再用，最好使用婴幼儿衣物专用洗涤剂



## 2. 五官的护理

- 眼睛：如有少量“眼屎”，用湿毛巾擦洗
- 耳部：用软毛巾及时清除吐奶



- **鼻部**：有鼻痂时不要用棉签擦鼻腔，可刺激新生儿打喷嚏
- **口腔**：不要擦“马牙”





## 3. 脐带护理

- 脐带（残端）脱落前：
  - 保持清洁、干爽；
  - 不盖任何物品或包扎；
  - 尿布在脐残端下方折叠；
  - 沐浴后要用消毒棉签将脐窝里的水及分泌物擦干。

- 正确消毒脐部：  
弄湿、弄脏或有少量异常分泌物  
时，轻提起残端擦干并用75%  
酒精沿一个方向由里向外涂  
如无上述情况，不必每天消毒





- 脐带（残端）脱落后：  
脱落时间：生后1至2周脱落；  
保持清洁干爽；  
若脐部无分泌物，不必消毒。



## 4. 臀部护理

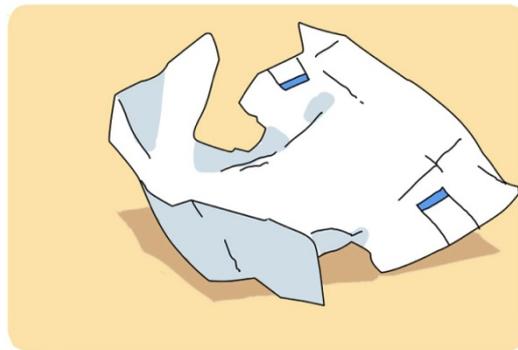
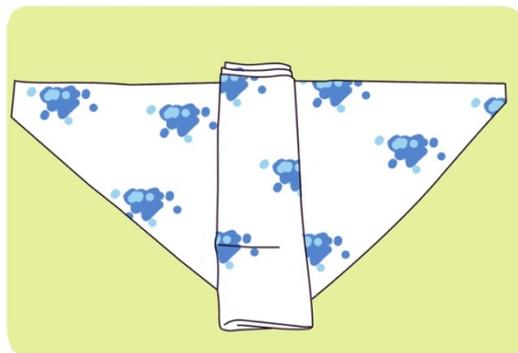
- 保持臀部清洁和干爽；
- 及时换尿布并洗净尿布；
- 便后用温水洗或湿纸巾擦干，洗后涂护臀霜；
- 经常暴露臀部：洗完臀部，暂时不兜尿布，将臀部暴露在空气中。



- 当臀部皮肤发红时  
可涂护臀膏  
不要自行使用粉剂和抗生素类软膏
- 出现水疱、糜烂或脓疱时，及时就医

# 尿布的选择与清洁

- 种类
- 及时清洗
- 防侧漏



## 5. 新生儿洗澡

- 室温：26℃~28℃左右；
- 水温：39℃~41℃；
- 次数：灵活掌握，一般冬季每周至少洗3次，夏季出汗多时可每天洗。





- 分段洗

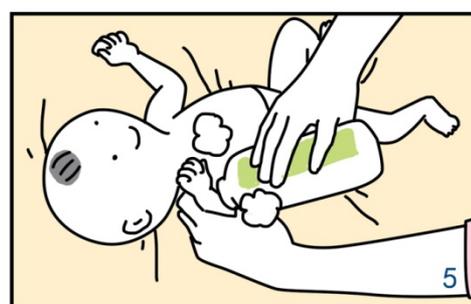
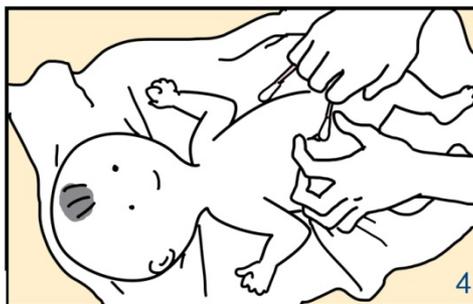
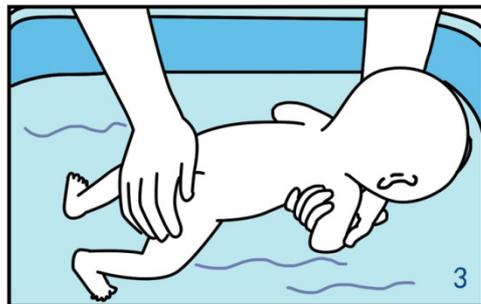
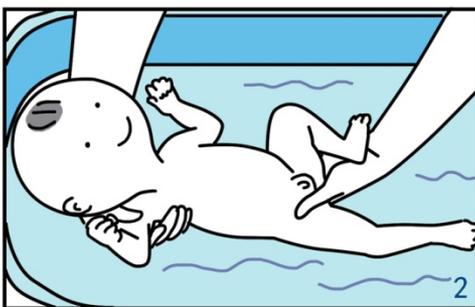
洗头时遮盖双耳，托住颈部；

头部擦干后将孩子放在水中洗净全身用

软毛巾吸干皮肤表面的水分；

可使用婴儿专用浴液，但不必每次都用。

# 新生儿洗澡步骤图示





## 6. 日常护理

- **每天清洗**：头面、颈、腋下及其他皮褶处；
- **慎用护肤品**：建议使用婴儿专用护肤品；
- **勤换衣服、及时增减衣服**；
- **剪指（趾）甲**：定期修剪指甲，防止划伤皮肤。



## 7. 新生儿睡眠

- **睡眠阶段：**熟睡、浅睡、瞌睡、觉醒，循环往复；
- 每天睡眠16~20小时；
- 夜间醒属于正常现象。



## 睡眠环境

- **室温**：22℃~24℃；
- **空气流通、安静**；
- **穿戴**：棉质衣被；
- **光线**：及时调整室内光线：入睡前光线要柔和发暗，入睡前不要摇晃新生儿。
- **就医**：每天睡眠时间过短或过长。



## 三、新生儿生理现象

1. 生理性体重下降
2. 生理性黄疸
3. 特殊生理现象



# 1. 生理性体重下降

- 2~3天开始体重下降，7~10天恢复；
- 下降程度不超过出生体重的10%；
- 不用特殊处理。



## 2. 生理性黄疸

- 2~3天出现，7~10天开始消退；
- 14天左右消失（早产儿4周左右）；
- 程度轻，新生儿精神好，吃奶正常；
- 不需特殊治疗。



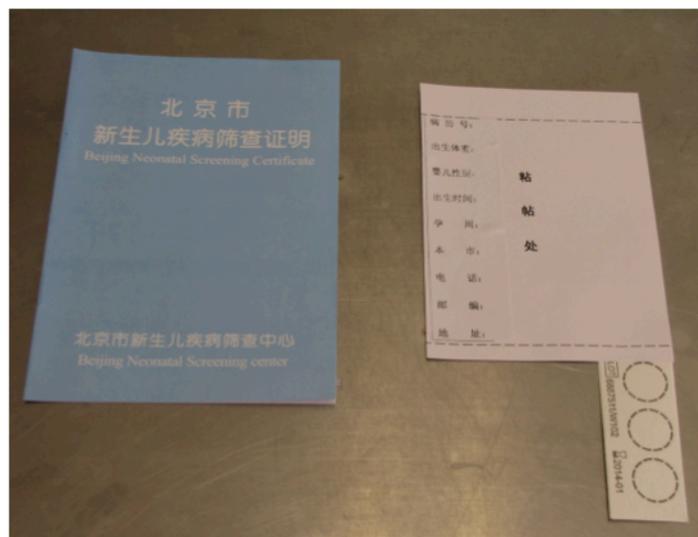
## 3. 特殊生理现象

- 假月经
- 乳房肿大与泌乳
- “螳螂嘴”与“马牙”
- 粟粒疹
- 青兰色斑

均可自然消失



## 四、新生儿疾病筛查与常见病预防



1. 新生儿期需做的筛查

2. 常见疾病预防



# 1. 新生儿期需做的筛查

- **新生儿遗传代谢病筛查：**

出生3天后取足跟血

接到通知及时复查

早期治疗避免智力受损

未查者出生后20天内补筛

- **新生儿听力检查：**

出生3~5天内初筛

未筛查者42天内补筛

## 2. 常见疾病预防

- 做好卫生消毒：

保持环境卫生：居室清洁、安静，每天通风换气；

注意接触者的卫生：减少亲属探望，患有传染病者不要接触新生儿，抱孩子前洗手。





- 佝偻病的预防：  
出生后起开始补充维生素D  
足月儿400IU/日  
早产儿800IU/日，3个月后同足月儿  
不必常规补充钙剂



- 接种乙肝疫苗→预防乙型肝炎

时间：出生后第1天、满月、6个月分别接种第一针、第二针、第三针

位置：右上臂

反应：无

未接种者应尽快补种

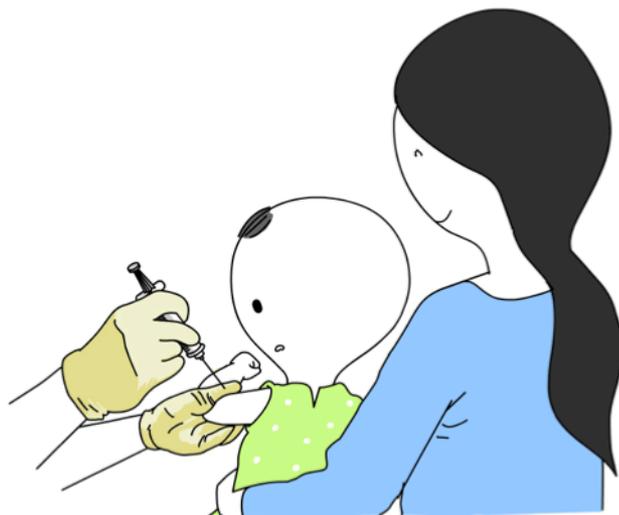
- 接种卡介苗→预防结核病

时间：出生第二天

位置：左上臂

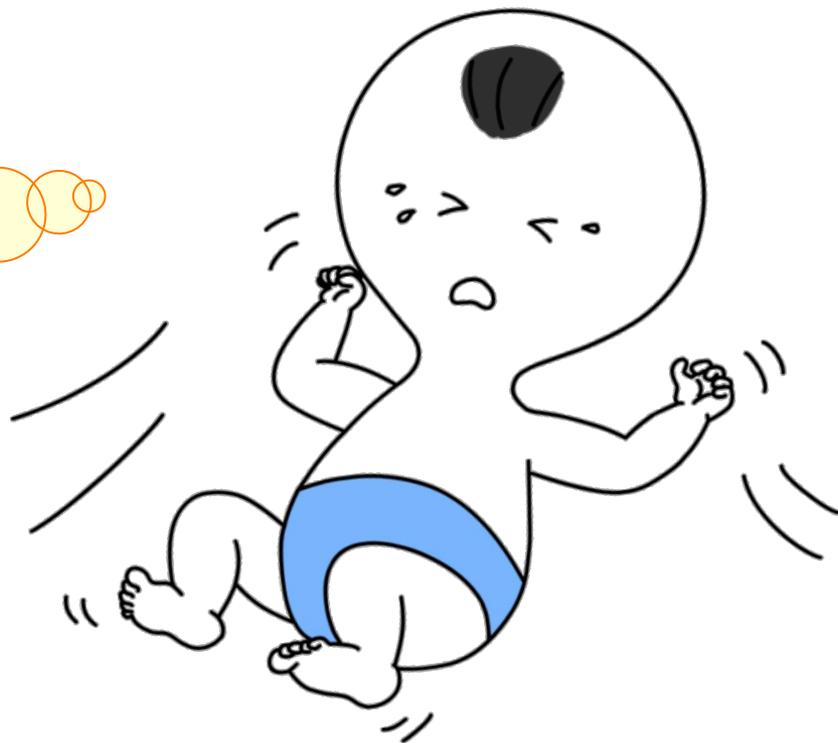
反应：可发红、红肿硬块、脓包、破溃、结痂，不需处理

未接种者应于2个月内尽快补种



## 五、新生儿伤害预防

1. 窒息
2. 烫伤及其他





# 1. 窒息

- 蒙被或受压窒息：  
成人不要与新生儿盖一床被子；  
成人最好不要与新生儿同床睡觉；
- 俯卧窒息：  
夜间不要让新生儿俯卧睡眠；  
新生儿俯卧时，成人应在一旁看护；
- 呛奶窒息：  
喂奶后正确直立拍背，以防溢奶窒息。



## 2. 烫伤及其他

- 烫伤：  
洗澡时用水温计试水温  
使用热水袋时应用衣被隔开
- 不要在新生儿脖子上挂绳链防绞勒



## 六、促进新生儿发展

1. 新生儿神经行为特点
2. 促进新生儿发展的方法
3. 促进新生儿发育的亲子游戏

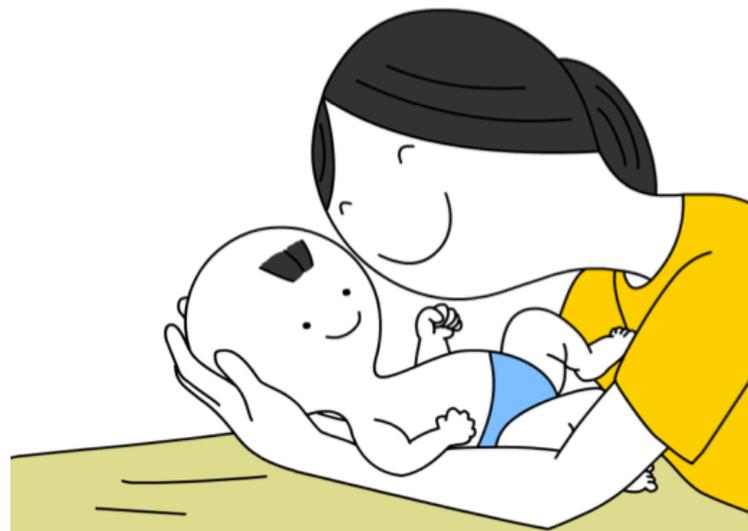


# 1. 新生儿神经行为特点

- **听力**：对声音有反应；
- **视力**：能看清20厘米左右物体，  
喜欢红色、黑白分明的图案；
- 对气味、软硬、冷热、疼痛等有感觉；
- 对成人的声音和动作有反应，会用哭声表示需求。

## 2. 促进新生儿发展的方法

- 经常抚摸和拥抱新生儿
- 经常与新生儿玩
- 常对新生儿说话
- 悉心照顾并了解和满足新生儿的需要



# 新生儿抚触





### 3. 促进新生儿发育的亲子游戏

- **看**：看色彩鲜艳的球、父母的微笑；
- **听**：悦耳的古典音乐、父母的话语；
- **嗅**：母亲的乳香、父亲的体味；
- **触**：不同质地、形状的物品，亲人的搂抱和抚摸，冷或热的空气和水。

# 促进新生儿发育的亲子行为图



婴儿应喂母乳  
并常抱抱婴儿



轻柔地抚摸会使婴儿  
感到舒服和安全



不要把婴儿捆得太紧  
让他手脚能自由活动



常与婴儿说话并看着他的眼睛



婴儿喜欢看鲜艳的，不同形状的工具



## 推荐的玩具

- 黑白图，与人脸大小相似，悬挂在小床一侧；
- 颜色明亮、声音悦耳、无棱角的哗铃棒；
- 不同颜色的彩球、气球、灯笼（直径约15厘米，悬挂在小床上方）。

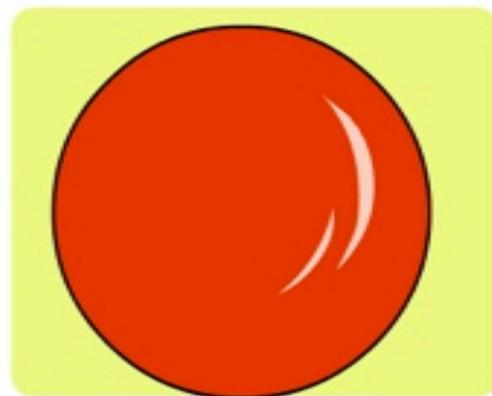
# 玩具举例



哗铃棒



黑白图



红球



特别  
提醒

## 新生儿访视及1岁内保健

- ◆ 28天后家长要带新生儿到社区卫生服务中心体检；
- ◆ 高危新生儿要增加定期保健次数；
- ◆ 婴儿期3、6、8、12个月时应做定期体检；
- ◆ 按照医生要求定期预防接种。



## 小测验

### 1. 以下哪种情况应该看医生？

- ① 纯母乳喂养儿每天稀便6、7次，其他都正常
- ② 偶尔吐几口奶
- ③ 生后14天时体重没有增加
- ④ 每天6次小便
- ⑤ 满月长900克



## 小测验

### 2. 关于保暖，以下哪项不正确？

- ① 室温应在 $22^{\circ}\text{C}$ ~ $26^{\circ}\text{C}$ 之间
- ② 给新生儿穿衣、戴帽、穿袜子
- ③ 足月儿生后至少6小时内不要洗澡
- ④ 可隔着衣服用暖水袋保暖
- ⑤ 前额出汗正常，不用减衣服



## 小测验

### 3. 关于护理，以下哪种方法正确？

- ① 新生儿“牙床”上的白点要及时擦掉
- ② 消毒脐部时沿一个方向由里向外涂
- ③ 脐带脱落前即使没有分泌物也要每天消毒脐部
- ④ 给新生儿洗澡最好用浴液
- ⑤ 新生儿期不要剪指（趾）甲，应戴手套以免抓伤



## 小测验

### 4. 以下哪种说法不正确?

- ① 保持臀部干爽、清洁可预防臀红
- ② 新生儿1天睡16~20小时
- ③ 新生儿半夜醒来要抱起来哄
- ④ 兜尿布时最好在脐残端下方折叠
- ⑤ 脐带1~2周脱落



## 小测验

### 家庭作业：

- 如何护理新生儿的脐部？
- 如何给新生儿洗澡和换尿布？



快乐孕育

Thank you!