

من و کودک من

راهنمای مادران از نظر بهداشت و سلامت خود،

تغذیه، رشد و پرورش کودک

تألیف: دکتر جواد فیض

بود تخصصی کودکان، فوق تخصص در بیماری‌های عفونی کودکان

ماستر در بهداشت از امریکا

استاد دانشگاه علوم پزشکی اصفهان

با تجدید نظر جامع و کامل و آخرین اطلاعات پزشکی



مؤسسه انتشارات امیرکبیر

تهران، ۱۳۹۶

فهرست

بخش اول دوران بارداری و زایمان

فصل اول آماده شدن برای حاملگی و داشتن فرزند

- ۵ اندیشیدن و تصمیم گرفتن برای داشتن فرزند
۷ مشاوره ژنتیک
۱۰ بهترین سن برای داشتن اولین فرزند چه سنی است؟
۱۰ بهترین زمان برای داشتن دومین فرزند چه وقت است؟

فصل دوم آبستنی (پیدایش حیات و آغاز زندگی)

- ۱۳ آبستنی، پیدایش حیات و آغاز زندگی
۱۳ ۱- تخمک گذاری:
۱۷ ۲- بارور شدن:
۱۷ ۳- تقسیم سلول بارور شده
۱۸ ۴- لانه‌گزینی:
۲۰ علایم اولیه حاملگی
۲۱ تأیید حاملگی با آزمایش ادرار و خون
۲۲ حاملگی دوقلو یا سه قلو
۲۳ عوامل مؤثر در پیدایش دو یا چندقلویی
۲۶ انتقال ژن خصیصه ای در چند نسل
۲۸ انتخاب جنس فرزند، دختر یا پسر
۲۹ اقدامات لازم برای پسر شدن جنین (داشتن پسر) به توصیه آقای شتلز
۳۰ اقدامات لازم برای دختر شدن جنین (داشتن دختر)
۳۲ روایت های اسلامی در مورد دختر

فصل سوم

داستان حاملگی رشد جنین در دوران بارداری (آبستنی)

۳۵	جفت، مایع آمنیوتیک و بند ناف
۳۷	جنین در پایان شش هفتگی دوران بارداری
۳۸	جنین در پایان ۱۰ هفتگی حاملگی
۳۹	جنین در پایان ۱۴ هفتگی حاملگی
۴۱	جنین در پایان ۲۰ هفتگی حاملگی
۴۳	جنین در پایان هفته بیست و دوم حاملگی
۴۴	جنین در ۲۶ هفتگی دوران حاملگی (۶ ماهگی)
۴۷	جنین در ۳۰ هفتگی دوران بارداری
۴۸	جنین در ۳۴ هفتگی دوران بارداری
۴۹	جنین در ۴۰ هفتگی دوران بارداری
۵۱	دعا و راز و نیاز مادر با خدای خود در دوران آبستنی

فصل چهارم

مواظبت و مراقبت مادر در دوران بارداری

۵۶	اولین ملاقات با پزشک
۵۷	آزمایش‌های لازم در دوران بارداری
۶۰	اولتراسوند (سونوگرافی)
۶۱	تعیین جنس جنین
۶۲	شکایات و مشکلات شایع دوران آبستنی
۶۹	پیشگیری از پیدایش خطوط ارغوانی رنگ
۷۰	بهداشت و حفظ سلامت مادر باردار
۷۲	مواظبت از بدن و اندام در دوران بارداری
۷۶	ماساژ و نرمش و شل شدن عضلات در دوران بارداری و قبل از زایمان
۷۷	تفکر و اندیشه روحانی در دوران بارداری
۷۸	در نظر آوردن و تجسم نوزاد در فکر و اندیشه خود
۷۸	شرکت مادر باردار در کلاس‌های آشنایی با مراحل زایمان
۷۹	حفظ عضلات و اندام‌های مادر در دوران آبستنی
۷۹	تمرین‌های بدنی
۸۳	افزایش وزن در دوران بارداری

۸۴	بیماری‌های مادر که روی جنین اثر دارد
۸۶	مصرف دارو در دوران بارداری و زیان‌های آن
۸۷	مصرف سیگار و الکل در دوران بارداری
۸۸	کار کردن مادر در دوران بارداری
۸۸	روابط جنسی مادر باردار با همسر خود در دوران بارداری
۹۰	چه موقع عمل آمیزش جنسی برای جنین و مادر خطرناک است؟
۹۰	زندگی اسرارآمیز جنین در داخل رحم و رابطه او با مادر خود
۹۲	چه موقع نوزاد متولد می‌شود؟
۹۲	تعیین تقریبی روز زایمان و تولد نوزاد
۹۴	عوارض آبستنی
۹۴	کم خونی (آنمی)
۹۵	لخته شدن خون در وریدهای عمقی (سیاه‌رگ) پاها
۹۶	بیماری دیابت (بیماری قند) در دوران بارداری
۹۶	افزایش فشار خون
۹۷	پراکلامپسی (ابتدای مسمومیت حاملگی)
۹۷	یکلامپسی (مسمومیت حاملگی)
۹۷	سندرم (مجموعه‌ای از نشانه‌ها) HELLP
۹۸	سستی دهانه رحم در دوران بارداری
۹۸	نشانه‌های مهم و خطرناک دوران بارداری
۱۰۰	ناهنجاری‌های جنین و تشخیص آن در دوران آبستنی
۱۰۰	مشاوره ژنتیک و تشخیص بیماری ارثی
۱۰۱	آزمایش خون مادر حامله از نظر ناهنجاری‌های جنین (آزمایش‌های تشخیصی)
۱۰۱	منگولیسم (سندرم داون)
۱۰۲	وظیفه شوهر در دوران حاملگی همسر خود و تولد نوزاد

فصل پنجم

تغذیه صحیح در ۹ ماه دوران بارداری

۱۰۷	من حامله هستم، چه غذایی بخورم؟
۱۰۸	مواد غذایی که در دوران بارداری سلامت مادر و جنین را تأمین می‌کند
۱۱۲	ویتامین‌های ضروری در دوران بارداری
۱۱۸	مصرف شکر و شیرینی در دوران بارداری
۱۱۸	نیاز بدن مادر باردار به آب در دوران بارداری
۱۱۹	اصول تغذیه مناسب مادر باردار در دوران بارداری

۱۲۰	برنامه غذایی روزانه مادر در دوران بارداری
۱۲۱	صبحانه پیشنهادی برای مادر حامله:
۱۲۱	ناهار پیشنهادی برای مادر حامله
۱۲۱	شام پیشنهادی برای مادر حامله
۱۲۲	نقش تغذیه سالم در تندرستی آینده مادر و کودک
۱۲۳	غذاهای آلوده و زیان آور و ابتلا به بیماری

فصل ششم

آماده شدن مادر برای زایمان و تولد نوزاد

۱۲۷	برنامه ریزی برای نوع زایمان
۱۲۷	۱- زایمان طبیعی در بیمارستان
۱۲۸	۲- زایمان با عمل سزارین
۱۳۰	نظارت و آگاهی از ضربان قلب جنین در هنگام زایمان
۱۳۳	زایمان و تولد نوزاد
۱۳۴	مراحل زایمان طبیعی
۱۴۱	استفاده از دارو و روش های دیگر برای پیشرفت زایمان و تولد نوزاد
۱۴۲	اپیزیوتومی (بریدن قسمتی از فاصله بین واژن و مقعد مادر قبل از تولد نوزاد)
۱۴۳	فورسپس و عمل آن
۱۴۳	کشش سر کودک با دستگاه مکنده (ونتوز)
۱۴۴	عمل جراحی سزارین
۱۴۵	در چه مواردی سزارین توصیه شده است؟
۱۴۷	مشکلات سزارین
۱۴۷	کوچک شدن رحم پس از زایمان
۱۴۸	معیارهای تندرستی نوزاد بلافاصله بعد از تولد

فصل هفتم

مراقبت مادر از سلامتی خود در دوران بعد از زایمان و تولد نوزاد

۱۵۵	برگشت سیکل قاعدگی
۱۵۵	پیشگیری از حاملگی مجدد
۱۵۶	ملاقات با پزشک پس از زایمان
۱۵۷	مراقبت مادر از تندرستی خود پس از سزارین

- ۱۵۹ بازیابی نیروی جسمی مادر
 ۱۶۰ کم حوصلگی و افسردگی مادران بعد از زایمان
 ۱۶۱ تغذیه کافی و سالم مادر بعد از زایمان
 ۱۶۲ ورزش و نرمش بعد از زایمان

فصل هشتم

راه‌های متداول جلوگیری از حامله شدن مجدد و ناخواسته

- ۱۷۳ داشتن تعداد کودکان دلخواه با فواصل سنی مناسب
 ۱۷۵ تأمین سلامت مادر و کودک
 ۱۷۷ جلوگیری از حامله شدن مجدد و احکام شرع مقدس اسلام
 ۱۷۸ شروع روابط زناشویی پس از زایمان
 ۱۷۹ روش‌هایی که مرد می‌تواند برای جلوگیری از حاملگی همسرش به کار برد
 ۱۸۷ روش‌هایی که زن برای جلوگیری از حامله شدن خود می‌تواند به کار برد
 ۲۰۰ روش بستن لوله‌ها:
 ۲۰۲ آیا شیر دادن کودک از پستان، از حامله شدن مجدد مادر جلوگیری می‌کند؟
 ۲۰۳ مناسب‌ترین زمان برای حاملگی مجدد مادر چه موقع است؟
 ۲۰۴ معاینه پستان از نظر بررسی امکان وجود توده خوش خیم یا غده بدخیم سرطانی
 بررسی از نظر امکان وجود سرطان گردن رحم با آزمایش و نمونه‌برداری از سلول‌های
 گردن رحم (پاپ اسمیر)
 ۲۰۸

بخش دوم

نوزاد و کودک سالم

فصل نهم

نوزاد سالم (پرستاری و مواظبت از نوزاد)

- ۲۱۳ نوزاد و دوران نوزادی (۳۰ روز اول پس از تولد)
 اثرات تماس پوست بدن نوزاد با پوست بدن مادر (بدون پوشش) پس از زایمان طبیعی
 ۲۱۴ یا عمل سزارین
 ۲۱۶ مکیدن پستان مادر بلافاصله بعد از زایمان و تولد نوزاد
 ۲۱۷ رابطه مادر و نوزاد در ساعات بعد از تولد

۲۲۰	مواظبت‌هایی که باید در زایشگاه و منزل از نوزاد به عمل آید
۲۲۴	معاینه پزشکی بعد از تولد
۲۲۶	آزمایش‌های غربالگری از نوزاد پس از تولد برای تشخیص بیماری‌های پنهان
۲۲۷	آزمایش غربالگری شنوایی نوزاد
۲۲۸	آزمایش غربالگری ناهنجاری‌های مادرزادی قلب
۲۳۰	ویژگی‌های دوران نوزادی
۲۴۳	پرسش و پاسخ در مورد نوزادان
۲۴۶	گرفتگی بینی نوزاد
۲۴۹	تغذیه نوزاد
۲۵۱	روش‌های شیر دادن به نوزاد
۲۵۴	شیر دادن به نوزاد و شیرخوار در شب
۲۵۷	مشکلات شیردادن نوزاد در روزهای بعد از زایمان
۲۶۲	خارج کردن هوای بلعیده شده از معده نوزاد (آروغ زدن) پس از شیر خوردن
۲۶۴	پرسش‌های مادران در مورد شیر دادن و مسایل شایع نوزادان و پاسخ آن‌ها
۲۶۹	دادن آب و مایعات مختلف به نوزاد و شیرخوار
۲۷۸	روش بلند کردن و خواباندن نوزاد
۲۸۰	خواباندن سالم نوزاد و شیرخوار در سال اول تولد
۲۸۳	پیچیدن و خواباندن کودک
۲۸۵	روش درآوردن و پوشاندن لباس نوزاد و کودک
۲۸۶	حمام کردن نوزاد و شیرخوار
۲۹۵	با نوزادان و شیرخوارانی که از حمام کردن ترس و وحشت دارند، چه باید کرد؟
۲۹۷	گذاردن کهنه بر ناحیه باسن و دستگاه تناسلی نوزاد
۲۹۹	تمیز کردن باسن و عوض کردن کهنه‌های نوزاد و شیرخوار
۳۰۰	روش تمیز کردن نوزاد و شیرخوار دختر
۳۰۲	روش تمیز کردن نوزاد و شیرخوار پسر
۳۰۶	ماساژ دادن نوزاد و کودک
۳۰۸	زرد شدن نوزاد بعد از تولد
۳۱۲	نوردرمانی (فتوتراپی)
۳۱۴	عوارض و خطرات زردی نوزادان
	زور زدن نوزاد و گریه‌های شدید عصر و اوایل شب در سه ماه اول تولد (دردهای قولنجی
۳۱۵	یا کولیگی شیرخوار)
۳۱۶	علت دردهای قولنجی یا کولیک
۳۲۵	دارودرمانی
۳۲۶	بالا آوردن شیر در نوزاد و شیرخوار

۳۲۸	دستورات تغذیه ای و توصیه‌هایی برای شیرخوارانی که شیر را بالا می‌آورند
۳۳۰	پیدایش رگه‌های خونی در مدفوع شیرخوار
۳۳۲	نوزادان نارسی
۳۳۶	نوزادان کوچک با سن داخل رحمی طبیعی
۳۳۷	نوزادانی که دیر متولد می‌شوند (نوزادان زیادرس)
۳۳۸	مکیدن پستانک و شست
۳۴۱	انسداد مجرای اشکی در نوزادان
۳۴۲	عرق کردن بدن نوزاد و شیرخوار و عرق سوز شدن پوست بدن
۳۴۴	آبریزش از دهان شیرخواران
۳۴۵	تکان دادن شدید، بالا انداختن و پرت کردن نوزاد و شیرخوار و خطرات آن
۳۴۷	تمیز کردن دندان‌های شیرخواران
۳۴۹	فرو رفتن آلت تناسلی نوزاد و شیرخوار پسر در داخل چربی شکم و مخفی شدن آلت تناسلی
۳۵۰	ختنه کردن نوزاد پسر و مواظبت از آن
۳۵۶	مسافرت بردن نوزاد و شیرخوار با اتومبیل و هواپیما

فصل دهم

تغذیه نوزاد و شیرخوار در شش ماه اول تولد

۳۶۱	تغذیه نوزاد با شیر مادر
۳۶۲	مزایای تغذیه نوزاد با شیرمادر
۳۶۶	ترکیب شیر مادر
۳۶۹	ساختمان پستان و عمل (فیزیولوژی) شیر دادن
۳۷۷	تغذیه نوزاد و شیرخوار در ۶ ماه اول تولد (تغذیه فقط با شیر مادر)
۳۷۸	روش صحیح شیر دادن از پستان مادر
۳۸۰	مقدار و دفعات شیر دادن مادر در شش ماه اول تولد
۳۸۲	روش شیر دادن دوقلوها
۳۸۳	رژیم غذایی مادر در دوران شیردهی
۳۸۵	رژیم غذایی روزانه مادر در دوران شیردهی
۳۸۹	دوشیدن و ذخیره کردن شیر مادر
۳۹۰	کم بودن شیر مادر
۳۹۴	آبستنی مجدد و شیر دادن
۳۹۶	مصرف دارو در دوران شیردهی و دفع آن از شیر و عوارض آن در شیرخوار
۳۹۸	نیاز شیرخواران و کودکان به ویتامین و آهن

فصل یازدهم

تغذیه کودک در شش ماه دوم تولد و شروع غذای کمکی

- ۴۰۵ تغذیه کودک در شش ماه دوم تولد (شیر مادر و غذای کمکی)
- ۴۰۵ اولین غذای کودک
- ۴۰۸ غذاهایی که می‌توانید در سنین مختلف به کودک بدهید.
- ۴۱۲ تعداد دفعات شیر و غذای کمکی در شش ماه دوم تولد
- ۴۱۶ تهیه کردن غذای کودکان در منزل و نگاه‌داری آن
- ۴۱۷ پختن غذا: چه ظروفی برای پختن غذای کودکان مناسب و بی‌ضرر است؟
- ۴۲۵ پرسش و پاسخ در مورد غذای کمکی شیرخواران
- ۴۳۴ تغذیه کودک با شیر غیر مادر (شیر خشک)
- ۴۴۰ روش صحیح شیر دادن با بطری شیرخوری
- ۴۴۴ پرسش و پاسخ در مورد تغذیه با شیر خشک
- ۴۴۹ از شیر گرفتن کودک

فصل دوازدهم

رشد و نمو نوزاد، شیرخوار و کودک

- ۴۵۳ رشد و نمو نوزاد، شیرخوار و کودک
- ۴۵۳ رشد و نمو دوران نوزادی (۳۰ روز اول تولد)
- ۴۵۸ معاینه پزشکی شیرخوار در ۴ تا ۶ هفته‌گی پس از تولد
- ۴۶۰ رشد و نمو کودک در سه ماه اول تولد
- ۴۶۱ رشد و نمو کودک از سه تا شش ماهگی
- ۴۶۴ رشد و نمو کودک از شش تا نه ماهگی
- ۴۶۶ رشد و نمو کودک در دوازده ماهگی (یک سالگی)
- ۴۶۹ رشد و نمو کودک در ۱۸ ماهگی
- ۴۷۱ رشد و نمو کودک در ۲۴ ماهگی (دو سالگی)
- ۴۷۳ رشد و نمو کودک در سه سالگی
- ۴۷۵ رشد و نمو کودک در چهار سالگی
- ۴۷۷ رشد و نمو کودک در پنج سالگی
- ۴۷۸ رشد و نمو کودک در سال‌های اول دبستان
- ۴۸۰ تعیین وزن، اندازه قد و دور سر در خلال رشد کودک
- ۴۹۱ پیش‌بینی طول قد کودک در بزرگسالی

فصل سیزدهم بازی و یادگیری

- بازی کودک و بازی با کودک
 ۴۹۵
 بازی با کودک در سال اول تولد
 ۴۹۹
 بازی با کودک و آموزش او در هفت تا نه ماهگی
 ۵۰۵
 بازی با کودک و آموزش دادن به او در ۱۰ تا ۱۲ ماهگی
 ۵۰۹
 بازی کردن و اسباب بازی در سال های بعد از دوران کودکی
 ۵۱۳
 خرید و تهیه اسباب بازی
 ۵۲۱
 تماشای تلویزیون در کودکان
 ۵۲۳
 اثرات زیان آور تلفن همراه در کودکان
 ۵۲۵

فصل چهاردهم خواب آرام و کافی، خواب و خوابیدن کودک و مشکلات آن

- خواب و خوابیدن کودک و مشکلات آن
 ۵۳۱
 مدت و زمان مورد نیاز کودک به خواب
 ۵۳۱
 خواب و خوابیدن در دوران نوزادی
 ۵۳۲
 کارهایی که در خواب رفتن نوزاد و شیرخوار مؤثر است
 ۵۳۳
 خواب و خوابیدن در دوران شیرخواری (سال اول و دوم تولد)
 ۵۳۶
 چطور باید کودک را خواباند و در بغل گرفت؟
 ۵۳۹
 توصیه حضرت امام جعفر صادق (ع)
 ۵۳۹
 پرسش و پاسخ در مورد مشکلات خواب کودکان
 ۵۴۱

فصل پانزدهم آموزش کنترل ادرار و مدفوع در کودکان

- کنترل ادرار و مشکلات آن در کودکان
 ۵۴۷
 آموزش کنترل ادرار در سنین مختلف
 ۵۴۷
 پیشگیری از مشکلات کنترل ادرار در کودکان
 ۵۵۰
 در کنترل ادرار کودکان، چهار عامل مهم دخالت دارد:
 ۵۵۰
 آموزش کنترل مدفوع
 ۵۵۳

بخش سوم

ایمن سازی (واکسیناسیون) پیشگیری از حوادث و بیماری‌های شایع کودکان

فصل شانزدهم

ایمن‌سازی (واکسیناسیون) و پیشگیری از بیماری‌ها و حوادث در سنین مختلف دوران کودکی

- ۵۵۹ تأمین بهداشت و سلامت کودک
- ۵۵۹ ایمن‌سازی (واکسیناسیون)
- ۵۶۰ برنامه ایمن‌سازی (واکسیناسیون) در ایران
- ۵۶۲ ۱- واکسن سل (ب‌ث‌ژ)
- ۵۶۵ ۲- واکسن سه‌گانه (دیفتری، کزاز و سیاه‌سرفه)
- ۵۶۷ ۳- واکسن فلج اطفال
- ۵۶۸ ۴- واکسن بیماری هیپاتیت (تورم کبد)
- ۵۶۹ ۵- واکسن میکروب هموفیلوس آنفولانزا (Type b):
- ۵۶۹ ۶- واکسن سرخک
- ۵۷۰ ۷- واکسن سرخک، بیخ گوشک (اوریون) و سرخجه (MMR)
- ۵۷۰ نکات مهم در انجام واکسیناسیون کودکان
- ۵۷۱ توصیه‌هایی برای کاهش درد و تب ناشی از تزریق واکسن‌ها
- ۵۷۲ نکاتی در مورد واکسن تزریقی
- ۵۷۳ واکسن‌هایی که در شرایط اختصاصی می‌توان به کودکان تزریق کرد
- ۵۷۵ پیشگیری از بیماری‌ها و حوادث در سنین مختلف دوران کودکی
- ۵۷۹ سوختگی‌ها و چگونگی روش پیشگیری از آن‌ها
- ۵۸۰ چه اقداماتی برای سوختگی جزئی می‌توان انجام داد؟
- ۵۸۱ چه اقداماتی برای سوختگی وسیع می‌توان انجام داد؟
- ۵۸۳ آفتاب‌سوختگی
- ۵۸۵ تصادفات خودرو
- ۵۸۷ معاینه پزشکی دوره‌ای کودکان
- چه موقع و با چه فاصله زمانی کودک باید به وسیله پزشک یا پرستار معاینه شود؟
- ۵۸۷

فصل هفدهم

فوریت‌های پزشکی کودکان

- ۵۹۱ خانه‌ای امن و بی‌مخاطره برای کودکان به وجود آورید.
- ۵۹۳ کمک‌های اولیه
- ۵۹۴ خراش، پارگی و بریدگی پوست بدن کودکان
- ۵۹۸ اقدامات اولیه برای کودکی که مبتلا به زخم و پارگی پوست شده است
- ۵۹۸ در چه شرایطی خراش، زخم، بریدگی و پارگی را می‌توان در خانه درمان کرد؟
- ۶۰۲ ضربه‌ها و پارگی‌های صورت
- ۶۰۳ کوفتگی، خون‌مردگی و ورم پوست
- ۶۰۴ آسیب و صدمه انگشتان
- ۶۰۴ پیچ خوردن مفصل
- ۶۰۵ شکستگی استخوان و دررفتگی مفصل

بخش چهارم

تب و بیماری‌های تب دار و شایع عفونی کودکان

فصل هجدهم

تب در کودکان، پرستاری از کودکان تب دار و بیمار

- ۶۱۱ تب در کودکان
- ۶۱۱ اهمیت تب، روش اندازه‌گیری تب، چگونه می‌توان تب کودک را پائین آورد؟
- ۶۱۴ ۱- روش تعیین درجه حرارت بدن یا تب از مقعد
- ۶۱۴ ۲- روش تعیین درجه حرارت بدن یا تب از دهان
- ۶۱۵ ۳- روش تعیین درجه حرارت بدن یا تب از زیر بغل
- ۶۱۶ چگونه می‌توان تب کودک را پایین آورد؟
- ۶۱۸ ۳- دادن داروهای تب‌بر (استامینوفن، ایبوپروفن و آسپیرین):
- ۶۱۹ در موقع تب باید به کودک مایعات بدهید؟
- ۶۲۰ تشنج کردن کودک هنگام تب
- ۶۲۰ آیا ممکن است تب شدید موجب تشنج کودک گردد؟
- ۶۲۰ مادر و پدر در موقع تشنج کودک چه باید بکنند؟
- ۶۲۱ پس از توقف تشنج کودک، پدر و مادر برای پیشگیری از تکرار آن چه باید بکنند؟

- ۶۲۱ آیا تشنج ناشی از تب در هوش و فراگیری آینده کودک اثر نامطلوب دارد؟
- ۶۲۲ ریشه رفتن کودکان و شیرخواران و تفاوت آن با تشنج
- ۶۲۳ پرستاری از کودک بیمار در خانه
- ۶۲۳ نشانه‌های بیمار شدن کودک
- ۶۲۴ آماده شدن برای پرستاری کودک
- ۶۲۴ استراحت کودک در هنگام بیماری
- ۶۲۶ وظایف و رفتار پدر و مادر با کودک بیمار
- ۶۲۶ در هنگام بیماری کودک، پدر و مادر باید به نکات زیر توجه نمایند:
- ۶۳۱ رژیم غذایی کودک هنگام بیماری
- ۶۳۱ تشویق و ترغیب کودک به خوردن مایعات
- ۶۳۲ دادن ویتامین‌ها در دوران بیماری

فصل نوزدهم

بیماری‌های شایع عفونی ویروسی و واگیردار دوران کودکی

- ۶۳۵ ۱- بیماری سرماخوردگی
- ۶۳۵ طرز سرایت و چگونگی ابتلا به سرماخوردگی
- ۶۳۷ شیوع سرماخوردگی
- ۶۳۸ نشانه‌های سرماخوردگی
- ۶۳۹ دوران واگیری سرماخوردگی
- ۶۳۹ درمان سرماخوردگی
- ۶۴۰ پرسش: چه موقع برای کودکی که دچار سرماخوردگی شده دستگاه بخار آب سرد و چه موقع دستگاه بخار آب گرم استفاده کنیم؟
- ۶۴۲ پرسش: آیا دادن عسل، مانند شربت‌های سینه، سرفه را کم می‌کند؟
- ۶۴۵ پیشگیری از بیماری ویروسی سرماخوردگی
- ۶۴۸ عوارض سرماخوردگی
- ۶۶۰ نشانه‌های بیماری پنومونی
- ۶۶۱ ۲- بیماری آنفلوانزا (فلو)
- ۶۶۵ سرماخوردگی‌های مکرر و مقاومت بدن
- ۶۶۶ ۳- بیماری آبله مرغان
- ۶۶۸ دوران واگیری آبله مرغان
- ۶۶۹ بیماری زونا
- ۶۷۰ واکسن آبله مرغان
- ۶۷۰ پیشگیری در افرادی که با بیمار مبتلا به آبله مرغان تماس پیدا می‌کنند

- ۶۷۱ ۴- بیماری بیخ گوشک یا اوریون (التهاب غده بناگوشی)
- ۶۷۳ عوارض بیماری بیخ گوشک یا اوریون
- ۶۷۵ ۵- بیماری سرخجه
- ۶۸۰ ۶- بیماری سرخک
- ۶۸۳ ۷- بیماری اریتم عفونی (بیماری پنجم)
- ۶۸۴ ۸- بیماری روزئولا (بیماری ششم)
- ۶۸۶ ۹- بیماری های دیگر که موجب بروز دانه هایی در پوست می گردد:
- ۶۸۷ ۱۰- بیماری زردی یا یرقان عفونی (هپاتیت یا تورم کبد)
- ۶۸۷ زردی یا ورم کبد ناشی از ویروس هپاتیت A
- ۶۸۸ زردی یا ورم کبد ناشی از ویروس هپاتیت B
- ۶۸۹ اگر مادری دچار هپاتیت B باشد و نوزادی به دنیا آورد، با نوزاد او چه باید کرد؟

فصل بیستم

بیماری های شایع دستگاه گوارش کودکان (استفراغ، اسهال، یبوست، دل درد و انگل های شایع روده)

- ۶۹۳ استفراغ در کودکان
- ۶۹۵ اسهال در کودکان
- ۷۰۳ درمان اسهال کودکان
- ۷۰۸ ۳- درمان اسهال شدید و کم شدن شدید آب بدن
- ۷۰۸ درمان اسهال حاد در کودکان ۲ سال به بالا
- ۷۱۰ پیشگیری از اسهال در کودکان
- ۷۱۱ پرستاری و وظایف مادر در برابر کودک مبتلا به اسهال
- ۷۱۳ پرسش و پاسخ در مورد استفراغ و اسهال
- ۷۱۶ یبوست در شیرخواران و کودکان
- ۷۱۷ علل یبوست
- ۷۲۱ دل درد در کودکان
- ۷۲۲ دل درد حاد (آپاندیسیت)
- ۷۲۳ دل درد مزمن
- ۷۲۴ انگل های شایع روده کودکان
- ۷۲۸ انگل یا کرم آسکاریس

فصل بیست و یکم

عفونت و بیماری‌های شایع گوش، دهان، حلق و بینی

- ۷۳۱ گوش درد و عفونت گوش در کودکان
۷۳۱ ساختمان گوش:
۷۳۲ گوش خارجی و عفونت آن
۷۳۳ گوش میانی و عفونت آن
۷۳۶ عفونت حاد مکرر و توژم مزمن گوش میانی
۷۳۸ گوش داخلی و عفونت آن
۷۳۹ بیماری‌های شایع دهان و حلق کودکان
۷۴۰ تبخال لب‌ها
۷۴۲ بیماری تبخال دهان (دهان‌درد)
۷۴۵ تبخال گلو یا هرپانژائینا
۷۴۶ آفت دهان
۷۴۷ لوزه‌های حلق
۷۴۸ گلودرد (عفونت حاد و شدید لوزه‌ها و حلق)
۷۵۱ بیماری مخرمک
۷۵۵ درمان گلودرد و بیماری مخرمک
۷۵۸ لوزه سوم (آدنوئید)
۷۶۰ بزرگ شدن غدد لنفاوی زیر فک و گردن
۷۶۳ خونریزی از بینی (خون دماغ)

فصل بیست و دوم

عفونت و مشکلات شایع چشم نوزادان و کودکان

- ۷۷۰ ورم ملتحمه در نوزادان
۷۷۱ انسداد مجرای اشکی در نوزادان
۷۷۱ گل‌مژه (التهاب غده پلکی)
۷۷۲ جسم خارجی در چشم
۷۷۳ انحراف چشم (لوچی)
۷۷۶ مشکلات عمومی دید چشم شیرخواران و کودکان
۷۷۸ زمان و روش معاینه چشم کودکان

فصل بیست و سوم

دندان‌های کودک (دندان‌های شیری و دایمی و پیشگیری از پوسیدگی دندان‌ها)

۷۸۱	زمان دندان در آوردن
۷۸۴	ساختمان دندان
۷۸۵	علایم دندان درآوردن
۷۸۷	داشتن دندان در هنگام تولّد نوزاد یا در ماه‌های اول
۷۸۸	پوسیدگی و فساد دندان کودکان (کرم خوردگی دندان)
۷۸۹	علل فساد و پوسیدگی دندان‌ها
۷۹۱	پیشگیری از فساد و پوسیدگی دندان‌های کودک
۷۹۴	پرسش و پاسخ
۷۹۵	مسائل و مشکلات دندان کودکان
۷۹۵	دندان‌درد در کودکان
۷۹۶	آبسه دندان

فصل بیست و چهارم

بیماری‌های شایع پوست صورت و بدن شیرخواران و کودکان

۸۰۱	۱- خشکی پوست نوزادان و شیرخواران
۸۰۲	۲- عرق سوز (پیدایش تاول‌های بسیار ریز در گردن و پیشانی)
۸۰۳	۳- ازدیاد فعالیت غدد چربی پوست صورت نوزادان
۸۰۴	۴- آکنه نوزادی
۸۰۴	۵- پیدایش بثورات در اطراف دهان شیرخواران
۸۰۶	۶- قرمزی و التهاب پوست ناحیه چین‌ها
۸۰۷	۷- پیدایش قرمزی و بثورات در محل بستن کهنه‌های کودک
	۸- قرمزی و التهاب ناحیه باسن (اطراف مقعد) و ناحیه تناسلی ناشی از قارچ برفک
۸۱۱	
۸۱۲	۹- التهاب و قرمزی پوست نوع سبورئیک شیرخواران
۸۱۴	۱۰- اگزمای شیرخواران (التهاب و قرمزی پوست نوع اتوپیک شیرخواران)
۸۱۵	۱۱- زخم گوشه لب‌ها
۸۱۶	۱۲- قرمزی و ورم لب‌ها در کودکان سنین مدرسه
۸۱۹	۱۴- برجستگی‌های کوچک زگیلی پوست (مُولوسکوم) و زگیل

۸۲۱
۸۲۲
۸۲۴

۱۵- زگیل های پوست، دست و کف پا
۱۶- ریزش مو در نوزادان، شیرخواران و کودکان
۱۷- همانژیوم در شیرخواران

فصل بیست و پنجم حساسیت یا آلرژی در کودکان

۸۲۸
۸۳۰
۸۳۲
۸۳۲
۸۳۳
۸۳۵
۸۳۶
۸۳۹
۸۴۰

حساسیت یا آلرژی بینی
بیماری آسم کودکان
روش به کار بردن اسپری در کودکان
حساسیت یا آلرژی پوست کودکان
۲- کهیر به شکل دانه های برجسته (کهیر پاپولی)
گزش حشرات
حشره شپش (چگونگی آلودگی، گزش و درمان)
گزش حشرات نسبتاً خطرناک
بعد از نیش زدن حشرات خطرناک، چه اقداماتی باید انجام دهید؟

فصل بیست و ششم مسائل و مشکلات استخوان ها و ناهنجاری های استخوان بندی

۸۴۴
۸۴۵
۸۴۷
۸۴۸

تغییر شکل پا و انگشتان پا
پای چماقی یا چنبری
کف پای صاف
انتخاب کفش برای کودکان

فهرست منابع

۸۵۰

References:

فهرست الفبایی

۸۵۱

فهرست الفبایی (نمایه)