

8~9 月龄婴儿正常体检健康指导-灿烂明天儿童正常体检培训 3-4
基于美国儿科学会和中国儿童预防保健的指南撰写, 将指南融合为表格
2021. 4. 9 根据中美儿童保健正常体检规范

灿烂明天儿童正常体检培训带教

	<p>石应珊医师, Yingshan Shi, MD, FAAP 普儿科/新生儿科 芝加哥大学科墨 Comer 儿童医院 中国儿童医疗之家创始人和总策划</p>
--	---

中美专家咨询团队(按加入顺序)

芝加哥大学科墨 Comer 儿童医院

Michael Msall, MD Professor of Pediatrics

儿科神经发育与行为教授, 科主任

James W. Mitchell, MD, FAAP

儿科学副教授, 普儿科医疗主任

Arlene Roman, MD 普儿科

黎海芪, 二级教授

中华医学会儿科学会儿保组副组长(2004-2010 年)

首版《实用儿童保健学》参考书的主编

李廷玉, 二级教授

中华医学会儿科分会副主任委员及发育行为学组组长

重庆医科大学儿童医院前院长 (2006 -2016 年)

程国强教授

复旦大学附属儿科医院新生儿科 NICU 主任医师

中华医学会儿科专业委员会围产学组副组长

张婷教授

上海交通大学附属儿科医院消化科主任

中华医学会儿科分会感染学组委员

金春华教授

首都儿科研究所儿童保健科

儿心量表的传承和推广者

中华儿科学分会发育行为儿科学组委员

郝燕教授

华中科技大学同济医学院附属同济医院儿科学系副主任, 儿保科主任

中华医学会儿科学分会发育行为学组副组长

冯金彩副教授

上海交通大学附属儿童医院康复科副主任

中国康复医学会康复心理学专业委员会委员

【基层临床实践要点】

1. 8~9月龄婴儿生长营养与喂养, 睡眠行为和情感
2. 8~9月龄婴儿正常发育和激发潜能, 发育迟缓的征兆
3. 8~9月龄婴儿健康筛查
4. 8~9月龄婴儿高风险筛查
5. 8~9月龄婴儿安全
6. 8~9月龄婴儿体格检查要点
7. 8~9 月龄健康预期指导要点

【婴儿生长营养与喂养】

1. 婴儿的喂养建立进食常规

- (1) 了解婴儿饥饿和饱食的暗示，让婴儿决定进食量。
- (2) 家长需给儿童机会自己抓食，学用杯喝
- (3) 有条件家庭婴儿可坐高脚椅喂养婴儿，有助成人与儿童交流。
- (4) 避免婴儿进食看电视或手机，玩玩具逗引婴儿进食，进食时间<25 分钟。

2. 常规喂养指南

- (1) 尽量人乳或适当配方混合，加各种固体营养食品。注重均衡膳食，特别蔬菜纤维；注重食物能量密度，避免体重不增或过增、便秘。
- (2) 人乳喂养 0-6 月龄纯人乳喂养是提供生长营养发育最佳支持，母亲乳汁质与量好的婴儿接受其他食物后仍可继续人乳喂养至2岁。
- (3) 配方喂养：无法人乳喂养婴儿首选铁强化配方；安全准备/存放，按提示正规冲调。
- (4) 喂养频率 ≥4 月龄定时（3~4 小时）喂养（6 次/d），停夜间喂养。

3. 足月儿微量营养素补充（同<8 月龄）

- (1) 维生素 D：婴儿人乳喂养或配方喂养<800 毫升(美国<960ml)需 400IU/d。
- (2) 维生素A：婴儿人乳喂养或配方喂养<800毫升需1500IU/d。
- (3) 铁：存在缺铁高危因素婴儿需2~4周龄开始补充元素铁2mg/kg. d。

1) 高危因素：

- 母亲：妊娠期铁缺乏，围产期出血；
- 低体重儿(<2500克)： 尚未补充铁；
- 早产<37周或低体重儿<2500克：尚未补充铁；
- “低铁”配方喂养婴儿。

2) 贫血治疗：

- 补充元素铁 2~6 mg / kg. d，餐间服用，每日 2~3 次助吸收。
- 应在 Hb 正常后继续补铁 2 个月，恢复机体储存铁水平。

4. 早产儿微量营养素补充

- (1) 维生素D：同足月儿；
- (2) 维生素A：同足月儿；
- (3) 铁：早产儿(<37周) 生后2~4周开始补充元素铁2mg/kg. d，至校正年龄1岁；

5. 添加过渡期食物的原则及技巧

- (1) 培养婴儿手眼协调及进食技能，如口腔运动，咀嚼和吞咽能力。
- (2) 循序增加各类食物，从少到多。
- (3) 味觉习惯：添加每种约 3~7 日，新食物接受后再换另一种新食物，直至多种；一种一种尝试也有助鉴别过敏食物。
- (4) 质地从细到粗，由稀到稠、从泥→末→碎→成人食品，促抓食、咀嚼、吞咽技能发育。
- (5) 定时不定量喂养，培养婴儿根据意愿主动进食的习惯，不强迫。
- (6) 断夜奶：4~6月龄需断夜奶，避免影响睡眠与日间进食。
- (7) 建立健康的媒体习惯，用餐时不要开和观看电视或其他媒体。

月龄	辅食性状	种类	餐数		进食技能
			主食	其他食物	
6月	泥状食品	含铁配方米粉、配方、菜泥（果泥）*	6次奶 （断夜奶）	逐渐加至1次	用勺喂
7~9月	末状-碎食品	稠粥面条-软食、肉末、蛋、豆腐、配方、碎菜、（水果）*	4次奶	1~2餐谷类食 （1次水果）*	学用杯 抓食
10~12月	条状食品	软饭、蛋、豆腐、配方、	4次奶	2餐谷类食物	抓食、自用勺、

	条状或块状食物（肉类菜）、（水果）*	1次水果	断奶瓶
--	--------------------	------	-----

*水果视婴儿消化情况摄入，同时不影响乳类与谷类摄入

李廷玉，儿童保健二级教授 中华医学会儿科分会副主任委员及发育行为学组组长；重庆医科大学儿童医院前院长

6. 添加其他过渡期食物的原则

- (1) 保健品及营养素：无临床指征不建议。
- (2) 喂水：不影响乳类与谷类摄入，添加过渡期食物之时开始酌量摄入。
- (3) 果汁或软性饮料：不推荐。
- (4) 尽量少吃含糖零食。
- (5) 避免喂生蜂蜜。
- (6) 远离花生爆米花、热狗葡萄硬糖等小圆食物。

【家庭社会文化环境】

1. 家庭：家庭经济，生活居住/粮食充足，饮食安全。

(1) 保护因素：家庭支持保护，家庭安康，家庭适应婴儿，父母家人回应婴儿。

(2) 家庭风险：家庭生活状况贫困，酒精/毒品/烟草/电子烟暴露，家庭/伴侣暴力侵害。

2. 父母和家庭的健康状况：母亲健康和营养，抑郁，产后检查，继续服用含铁的维生素；帮助其他儿童适应婴儿。

【亲子互动沟通】

1. 亲子互动，激发婴儿发育的潜能

- (1) 对婴儿的支持，照顾和抚喂；对婴儿进食及睡眠的暗示和需求的有效回应，安慰哭泣。
- (2) 亲子相互回应-凝视，说笑，拥抱，玩玩具，维持或分散注意力。
- (3) 亲子情绪：快乐，舒适，自在；疲倦，不适，困惑，沮丧，流泪，焦虑，愤怒等。
- (4) 照顾者的满足感，照顾者间的互动支持，是否有分歧的迹象。
- (5) 适时高效互动：全家全天，面对面，眼对眼，配合回应，边玩边说，读书，唱歌和放背景音乐。
 - 1) 正常婴儿：2~3小时/天。
 - 2) 高危及发育延迟/迟缓婴儿：4~5小时/天。

2. 亲子沟通的技巧

- (1) 父母当老师和孩子头。
- (2) 婴儿看着父母的眼睛，细听父母的声音，微笑，乐在其中。
- (3) 亲子相互发声，引起彼此的注意，建立信任。
- (4) 用愉悦的视线，声音和触感刺激，拥抱，交谈，唱歌，游戏。
- (5) 及时回应婴儿的哭声和暗示。
- (6) 抚摸使婴儿保持平静。
- (7) 清醒时“俯卧时间/Tommy Time”。
- (8) 陪伴推车中婴儿散步。
- (9) 避免与婴儿一起看电视和其他媒体。
- (10) 千万不要打或摇婴儿。

【婴儿行为和情感】

1. 行为和情感

- (1) 6月龄开始婴儿的气质和情感显示明显，了解宝宝的气质和反应。
- (2) 婴儿独立性展示，发展自我镇定及调节，学习如何控制自己的行为，尽可能保持婴儿规律的日常工作。
- (3) 对不干净，饥饿，疲倦，无聊会不爽或哭泣；满足其要求，用不同的策略让婴儿开始冷静。

2. 婴儿睡眠

- (1) 注意婴儿的睡眠提示，制定小睡和夜间睡眠的时间表。
- (2) 断夜奶，帮助婴儿建立睡眠常规和自己入睡的习惯。

(3) 让婴儿自己入睡，当婴儿昏昏欲睡时，将其放在婴儿床中，将有助婴儿学会如何自己入睡。也可以将婴儿放在婴儿床上，关上门，每几分钟检查一次。

(4) 防过度依恋。

【8~9 月龄保健筛查】

1. 口腔健康筛查：

- (1) 家中主要水源是否含有氟化物
- (2) 照料者近 12 月有蛀齿，嘴含婴儿碗具
- (3) 婴儿睡时捧着奶瓶吸吮，晚上多次人乳喂养
- (4) 餐后睡前少量喝水清洁口腔，萌芽的婴儿餐后刷牙

2. 贫血筛查：

- (1) 高危因素：早产，低出生体重，低铁配方喂养从未筛查。
- (2) 婴儿从未筛查。

3. 听力复查、转诊：

- (1) 新生儿听力筛查未通过者复查仍未通过宜转诊；
- (2) 照顾者疑婴儿听力问题；
- (3) 存在听觉减退高危因素：儿童听力下降家族史，NICU 入院>5d 等。

4. 眼科转诊：

- (1) 眼外伤史：近期发生的眼外伤史
- (2) 眼检查异常：常规体检如弱视、斜视、眼睑下垂等；
- (3) 高危因素：家族先天性白内障、先天性青光眼、视网膜母细胞瘤等。

5. 静脉血铅筛查：居住环境有铅污染，家人/玩伴发现高血铅，从未筛查静脉血铅。

6. 结核菌素试验（PPD）：与结核病人或结核病检测呈阳性者密切接触者。

9. 乙肝表面抗体检测了解乙肝疫苗有效性（美国指南）：妈妈乙肝表面抗原阳性婴儿。

【健康促进和护理】

1. 婴儿预防接种，婴儿周围所有成人和未免疫儿童应接种百日咳疫苗和流感疫苗。
2. 视听保健。
3. 口腔保健。
4. 皮肤护理，尿布护理。
5. 急症何时打电话，紧急情况准备。

【中国一类疫苗免疫规划 2020】

疾病	疫苗/英文缩写	接种起始年龄	注射部位
乙型病毒性肝炎	乙肝疫苗，HepB	接种 3 剂：出生<24h，1 和 6 月龄	肌肉注射
结核病 ¹	卡介苗 BCG	出生时接种 1 剂	皮内注射
脊髓灰质炎	脊灰灭活疫苗 IPV	接种 2 剂：2、3 月龄 (接种 1 剂：2 月龄)*	肌肉注射
	脊灰减毒活疫苗 bOPV	接种 2 剂：4 月龄、4 周岁 (接种 3 剂：3 月龄、4 月龄、4 周岁)*	口服
百日咳、白喉、破伤风	百白破疫苗，DTaP	接种 4 剂：3、4、5、18 月龄	肌肉注射
	白破疫苗，DT	接种 1 剂：6 周岁	肌肉注射
麻疹、风疹、流行性腮腺炎 ²	麻腮风疫苗，MMR	接种 2 剂：8、18 月龄 (接种 1 剂：18 月龄)*	皮下注射
流行性乙型脑炎 ³	乙脑减毒活疫苗，JE-L	接种 2 剂：8 月龄、2 周岁	皮下注射
	乙脑灭活疫苗，JE-I	接种 4 剂：8 月龄接种 2 剂，间隔 7~10 天；2 和 6 周岁	皮下注射
流行性脑脊髓膜炎	A 群流脑多糖疫苗，MPSV-A	接种 2 剂：6、9 月龄	皮下注射
	A 群 C 群流脑多糖疫苗，MPSV-AC	接种 2 剂，3 及 6 岁	皮下注射

甲型病毒性肝炎 ⁴	甲肝减毒活疫苗, HepA-L	接种 1 剂: 18 月龄	皮下注射
	甲肝灭活疫苗, HepA-I	接种 2 剂, 18 和 24 月龄	肌肉注射

【口腔健康及牙护理】

1. 出牙和流口水, 冷出牙环可帮助。
2. 氟化物: 如果居住地水中不含氟化物, 6 月龄开始补充氟化物。
3. 第一个牙齿萌出, 早晚两次用软牙刷或湿布沾米粒大小的氟化牙膏清洁婴儿的牙齿。
4. 牙萌出后奶后餐后, 睡前少量喝白开水清洁口腔。
5. 婴儿期不给果汁或糖液, 尽量少吃含糖零食。
6. 不让婴儿捧着奶瓶含着奶嘴睡觉, 避免晚上多次母乳喂养。
7. 避免婴儿含食物时间过长, 包括夜间哺乳。婴儿牙齿和牙龈与食物泥接触时间过长, 易导致蛀牙。
8. 避免成人与婴儿共用餐具包括成人含安抚奶嘴, 因成人餐具、口腔可能携带细菌或不洁食物。

【家庭护理】

1. **监查:** 体温、呼吸、面色、进食、睡眠、观察用药和疗效。
2. **息食:** 充分休息、补充水分、温热流食。
3. **发热:** 乙酰氨基酚、布洛芬、禁用阿司匹林和退热针。
4. **鼻塞:** 室内通风、抬高床头、湿冷雾化。 盐水鼻腔清洗。
5. **咳嗽:** 抬高床头、半卧半坐位、冷雾加湿器(加冷开水)湿冷雾化; <1 岁不给蜂蜜水; <6 岁不给咳嗽糖。
6. **室内:** 通风、防止潮湿生霉; 注意温度和湿度。
7. **避免接触刺激物:** 二手烟、厨房油烟、放烟火、烧香。
8. **避免接触诱导过敏的物品:** 毛绒床上用品、毛绒玩具、动物、植物等。

【诊所或医院就诊】

1. 烦躁不安或萎靡, 食欲差。
2. 咳嗽加重晚上难以入睡, 持续咳嗽不好转, 呼吸急促困难, 伴有胸闷胸痛或者痰中带血。
3. 咳嗽伴高热 (39°C) 2~3 天不退或者低热 3~5 天不退, 或热退后 24 小时再次发热。
4. 发热伴皮疹。
5. 婴幼儿呛咳、疑异物吸入。
6. 鼻塞流涕 2 周仍然不见好转。
7. 持续呕吐腹泻。
8. 明显头痛, 抽搐或颈部僵硬。

【安全和伤害预防】

1. 安全居所及安全的家庭环境防烧伤, 呛, 溺水和跌落

- 身边有人抽烟或使用电子烟;
- 防烫伤: 覆盖所有电源插口, 为热源或炉子加护栏; 抱着婴儿喝或端热茶热水; 家中水龙头水最热水温应 <120°F/48.8°C;
- 防跌落: 换尿布时一直手扶婴儿, 楼梯口有保护门, 窗户有防范, 家具远离窗户
- 防淹毙: 洗澡时从不离人
- 防呛毙: 远离花生爆米花、热狗葡萄硬糖等小圆食物; 勿让婴儿在床上捧着奶瓶吸吮睡觉
- 防勒毙: 给颈挂玩具奶嘴或珠宝项链
- 防中毒: 锁起家用吸尘器/化学品/药品, 清除地板上小物品
- 防摔伤: 婴儿学步车不建议
- 防咬伤: 宠物的风险
- 家庭暴力

2. 出门安全

- 汽车座椅安全: 乘汽车使用儿童安全汽车座椅, 安全汽车座椅设在后座中位, 面向后致 2 岁; 不能将婴儿单独留在车内
- 1 岁以下的婴儿不推荐游泳课;
- 防晒: 最好是避免日晒; 总是戴遮阳帽。 应用 SPF > 15 的防晒霜。

3. 安全睡眠

- 婴儿躺在婴儿床坚固的平坦表面上；
- 与父母同卧室不同床；
- 婴儿睡觉时，勿在婴儿附近放置枕头，毛绒动物，被子或毯子。

4. 家庭急救

- 家里有紧急电话号码；
- 家中有火警和一氧化碳报警器；
- 照料者熟悉家庭急救护理，知道何时找医生。

【中国基层儿科儿保培训带教提问】

提问将作为结业考试复习资料及考试题目。

答案在本章课程内容中，请根据提问复习。

Q1. 以下哪一项不适当地叙述了婴儿眼科专科转诊的指征？(单选题)

- 有眼外伤史
- 眼氧流泪
- 眼检查异常如弱视, 斜视, 眼皮下垂等
- 家族史先天性白内障、先天性青光眼、视网膜母细胞瘤等
- 家族史弱视

Q2. 以下哪项不是缺铁高危因素？(单选题)

- 母亲妊娠期铁缺乏, 围产期出血
- 低体重儿(<2500 克), 目前未服用铁补充维生素
- 早产<37 周或低体重儿<2500 克, 目前未服用铁补充维生素
- 5 月龄还未添加过渡期食物
- 婴儿用“低铁”配方奶等, Hg 低正常

Q3. 8~9 月龄婴儿添加过渡期食物的主要原则？(单选题)

- 末状食品
- 泥状食品
- 碎食品
- 干食品
- 奶混合食品

Q4. 基于中国一类疫苗免疫规划, 以下哪一种疫苗不在婴儿期给予？(单选题)

- 乙肝疫苗
- 脊灰灭活疫苗
- 甲肝减毒活疫苗
- 百白破疫苗
- 麻腮风疫苗

Q5. 以下哪一项不适当地叙述了 8~9 月龄婴儿认知与适应自理的发育水平？(单选题)

- 环顾四周附近的事物, 观察物品的落下
- 唤名字转头看你
- 试图拿够不到的玩具及物品, 表现出对事物的好奇心
- 双手扶物站立, 拉物站起
- 玩躲猫猫

Q6. 8~9 月龄婴儿发育迟缓的征兆？(单选题)

- 听到声音无应答
- 不会区分生人熟人
- 双手不传递玩具, 不会独坐
- 不咿呀学语, 不能无意识地说“妈妈, baba, “dada”

【参考文献及资料】

1. 国家基本公共卫生服务规范：0-6 岁儿童健康管理规范. 第 3 版. 2017. 中国儿童心理保健技术规范, 中国儿童眼及视力保健技术规范, 中国儿童耳及听力保健技术规范.
2. 国家免疫规划疫苗儿童免疫程序及说明（2020 年版）.
3. 中华医学会儿科学分会神经学组. 儿童智力障碍或全面发育迟缓病因诊断策略专家共识. 中华儿科杂志 2018-12-14.
4. 0 岁~6 岁儿童发育行为评估量表. 中华人民共和国国家卫生和计划生育委员会 2017-10-12 发布, 2018-04-01 实施.
5. 黎海芪等. 实用儿童保健学, 北京:人民卫生出版社, 2016:189-249.
6. 江载芳等. 诸福棠实用儿科学. 第 8 版, 北京:人民卫生出版社, 2015:70-75.
7. 中华医学会儿科学分会发育行为学组 中国医师协会儿科分会儿童保健专业委员会 儿童孤独症诊断与防治技术和标准研究项目专家组. 孤独症谱系障碍儿童早期识别筛查和早期干预专家共识. 中华儿科杂志, 2017, 55(12): 890-897
8. Hagan JF, Shaw JS, Duncan PM. Bright Future Guidelines for Health Supervision of Infants, Children, and Adolescents. 4th ed. USA: American Academy of Pediatrics. 2017.
9. Recommendations for Preventive Pediatric Health Care (AAP Policy Statement), Bright Futures/American Academy of Pediatrics 2020 - Recommendations for Preventive Pediatric Health Care Pediatrics March 2020, 145 (3) e20200013; DOI: <https://doi.org/10.1542/peds.2020-0013>
10. WHO: Improving early childhood development: WHO guideline; 5 March 2020. www.who.int/publications/i/item/improving-early-childhood-development-who-guideline
11. Centers for Disease Control and Prevention Developmental Milestones <https://www.cdc.gov/ncbddd/actearly/milestones/index.html>
12. DDST-II <https://doctorguidelines.com/2016/08/03/child-development-assessment-developmental-milestones-and-denver-developmental-screening-test/>
13. 芝加哥大学儿科诊所正常体检诊疗流程.