

新手爸妈攻略第七篇-新生儿疾病护理全攻略 知乎ID：妥爸赵十三				
妥爸育儿攻略全集【execl表格】：备孕全攻略 孕期全攻略 生产全攻略 待产包全攻略 月子全攻略 新生儿护理全攻略 新生儿疾病护理全攻略 宝宝早教全攻略（分月龄版） 新生儿发展及护理全攻略（分月龄版） 月嫂面试攻略+自制面试表 宝宝辅食喂养全攻略				
编号	名称	症状	病因	处理方案
1	生理性黄疸	出生后2～3天出现，4～6天达到高峰，7～10天消退，早产儿持续时间较长，除有轻微食欲不振外，无其他临床症状。60%足月儿和80%早产儿在生后第1周可出现肉眼可见的黄疸	新生儿肝脏处理胆红素的能力较低，过多的胆红素使新生儿全身皮肤发黄。	一般情况下，生理性黄疸不会危害新生儿健康，可以采用以下方式降低黄疸值。 ①适当饮用葡萄糖水 ②裸身晒太阳 ③如果早产儿黄疸较重，医生会建议照蓝光。 ④多吃多喝多拉多尿
2	病理性黄疸	①宝宝出生24小时即出现黄疸，且持续2-3周不退，甚至有加重的迹象 ②消退后重复出现 ③出生后至数周内才开始出现黄疸	分为母乳性黄疸、ABO血型不合溶血、核黄疸3种	母乳性黄疸：宝宝没有异常症状，必要时停止母乳喂养即可改善黄疸状况。 ABO血型不合溶血：发生率较低，出生后需密切观察，在医院积极治疗，预后很好。 核黄疸：会损伤神经系统，黄疸及其严重时可能发生，但一般家长不会等到如此严重才会发现，平时仔细观察宝宝状况，及时就医就好。
3	肠绞痛	①阵发性哭闹，容易被很轻微的噪音惊到； ②睡眠不好，且时间不规律； ③宝宝哭闹的时候，用力握拳并使劲儿向下蹬腿，然后身体向上猛蹿，经常憋的脸胀红； ④抱着睡会稍微缓解些，但放床上一会儿又会立刻哭闹 ⑤宝宝肚子硬硬的，排便或者放屁后，症状会缓解一些	肠绞痛不是一种疾病，但通常宝宝会表现的很痛苦，大约会在宝宝出生后4-6个月完全消失，是一种正常的发育阶段，是新生儿脑部适应子宫外部环境的一个过程。	① 给宝宝按摩肚子 ：切一小片生姜片，掌心焐热，用游泳脐贴贴在肚脐上，然后顺时针给宝宝按摩肚子，宝宝肠胀气的时候，肚子常常是硬硬的，通过按摩，能把宝宝肚子按揉得软一些。 ② 喂完拍嗝 ：宝宝吃奶的时候会吸入一些空气，如果不及时排出可能会加剧肠胀气，所以每次喂奶之后都需要及时拍嗝。 ③ 躯体动作（排气操） ：让宝宝平躺，然后扶着宝宝的双腿，将其大腿尽量贴近宝宝肚子。这个动作经常立竿见影，动作一定要轻柔，小心别弄疼宝宝的腿（抖音、快手、小红书有好多教学视频）。 ④ 妈妈的饮食习惯 ：哺乳期尽量避开容易产生气体的食物，比如豆类；控制糖分的摄入，避免喝碳酸饮料，防止产生胀气。 ⑤ 冲泡奶粉静置 ：冲泡奶粉时，尽量不要摇晃。如果摇晃了，记得将奶瓶静置一会。 ⑥ 保持趴的姿势 ：让宝宝吃完消化后后趴一会，这样不仅可以通过挤压腹部促进气体排出，还能锻炼宝宝上肢和颈部的力量。 ⑦ 飞机抱 ：把宝宝的身体搭在你一侧小臂上，他的头面朝外靠在你的肘弯附近，两腿悬挂在你的手边。紧紧抓住尿布区大腿根部和屁股，小臂贴在宝宝发紧的肚子上。当你看感觉到宝宝的肚子慢慢放松，僵直的四肢也慢慢放松下来时，就说明你抱对了。（不能在宝宝喝奶后这样抱，动作也要轻柔。） ⑧ 暖水袋 ：买个宝宝专用的小暖水袋，围在宝宝的肚子上。
4	尿布疹	俗称红屁股，包裹尿布或尿不湿的区域皮肤出现发红、小丘疹、小水泡、糜烂、渗出等。	①自身皮肤较嫩； ②尿布或纸尿裤引发的过敏； ③尿布或纸尿裤更换不及时； ④尿液、粪便的酸性物质，湿热环境、加上尿不湿与皮肤的反复摩擦	①及时换尿布：及时更换尿不湿或尿布，2-3个小时查看一次，减少尿液、粪便对皮肤的刺激，如有较多尿液需要及时更换，如有粪便需要立即更换，宝宝便便之后，建议先用纯水湿巾蘸洗大面的粑粑（注意，不是擦），然后用温水冲洗，冲洗后厚涂屁屁霜； ②空气暴露：出现尿布疹后，可以多在空气中暴露，让屁屁保持干燥； ③患处吹风：出现尿布疹后，可将家里的吹风机开至暖风，距离患处15-20cm进行吹风，每次约5分钟，待皮肤干燥后厚涂护臀霜。 ④涂护臀霜：每次洗澡或便便后，涂抹含氧化锌的护臀膏 ⑤更换尿不湿：尝试更换尿不湿，选择更薄、更软的大品牌尿不湿 ⑥腹泻治疗：如有腹泻方便的毛病，应积极治疗腹泻 ⑦就诊疗疗：如果尿布疹很严重，可以带宝宝去医院进行红外线理疗
5	粟粒疹	新生儿期宝宝的鼻尖、鼻翼及两颊部位常会出现一些针尖大小的黄白色点	皮脂腺堆积而成，并非皮肤疾病	无需治疗和护理，蜕皮后粟粒疹会自然脱落
6	湿疹	一般出现在前额、下颚等部位，初起于两颊，发生红斑，境界不清，红斑上密集针尖大丘疹、丘疱疹、水泡和渗液。 新生儿湿疹起病大多在生后1～3月，6个月以后逐渐减轻	与环境因素、遗传因素、个体免疫因素有关。	① 注意着装 ：给宝宝穿宽松、纯棉的衣物，避免羊毛衫等易过敏的衣物，宝爸宝妈应注意勤洗、晒婴儿衣物。 ② 正确洗浴 ：6个月前，尽量保持每日洗澡一次，选用婴儿无刺激沐浴露。 ③ 肌肤保湿 ：选用质量、品牌过硬的婴儿保湿护肤品，润肤剂可以增加皮肤含水量，防止湿疹出现，有湿疹出现的时候，记得厚涂 ④ 远离过敏源 ：妈妈适当少吃易过敏的食物，如果有预算的话，可以给宝宝采血做个过敏源筛查，宝宝如果进入吃辅食的阶段，更需要避免过敏食物 ⑤ 提高免疫力 ：通过科学喂养和睡眠训练，让宝宝好好吃奶、好好睡觉，提升宝宝的免疫力。 ⑥ 送诊就医 ：如出现以下情况，建议及时送诊就医（儿科、皮肤科） a、宝宝持续哭闹、无法配合入睡或进食 b、患儿皮疹范围大，如出现大片红斑、较多渗液 c、患儿持续搔抓患处导致症状加重
7	痱子	淡红色小丘疹，丘疹顶端尖细小水泡，容易成片也可以散发。 触摸起来刺手，痒，痛； 好发在驱赶、褶皱处、皮肤与皮肤的接触处	过热、潮湿、通风差、穿衣太多汗液排出不畅引起发炎	① 环境调节 ：室内通风、凉爽（避免湿热）； ② 衣着调节 ：衣着宽大柔软，出汗时用棉柔巾或软毛巾（宝宝专用的纱布毛巾比较好）擦干；别给宝宝穿太多衣服，宝宝怕热不怕冷，摸脖子而不是手脚，脖子摸起来的感觉是温热的就可以了。 ③ 保持皮肤干燥 ：皮肤保持皮肤干燥清洁，洗温水澡； ④ 涂爽身用品 ：用纯天然的爽身粉或爽身露将皮肤叠加的部位隔开，如脖子、腋下、腹股沟等
8	脱皮	几乎所有新生儿都有脱皮现象，不论是轻微的脱屑症状，或是较严重的如蛇脱皮，只要宝宝能吃能睡都是正常现象，但弱合并水泡或红肿症状，可能就有问题，应尽快就医	----	这种脱皮的现象会出现在全身各个部位，以四肢、耳后较为明显，只要在洗澡时让其自然脱落即可，无需特别保护或强迫将皮剥下来。
9	鹅口疮	2岁以内的婴幼儿最多见。 宝宝患鹅口疮时，即使不喝奶，口腔里、舌面、软腭上也有一层白白的东西，很容易发现，不易用棉棒或湿纱布擦掉。 宝宝会因疼痛而拒绝吃奶，造成食量减少、体重增长缓慢。	①奶头或奶具不卫生； ②产道交叉感染； ③接触感染念珠菌的食物、衣物和玩具 ④不注意口腔清洁，残奶在口中停留时间过长 ⑤长期服用抗生素	① 奶具清洁 ：注意宝宝的奶具卫生，要严格消毒，操作要正确，避免污染。 ② 乳头清洁 ：哺乳期的母亲在喂奶前应用温水清洗乳晕和乳头，内衣也要经常烫洗消毒。 ③ 注意卫生 ：护理家长需要应经常洗澡、换内衣、剪指甲，每次抱孩子时要先洗手。 ④ 宝宝用品清洁 ：婴幼儿的被褥和玩具要定期拆洗、晾晒；宝宝的洗漱用具尽量和家长的分开，并定期消毒。（推荐紫外线消毒柜，使用起来很方便） ⑤ 外涂药物 ：制霉菌素片磨成粉，混合橄榄油配成溶液，1片50单位的药片用5ml橄榄油溶解，溶解后给宝宝涂抹，每天4次，每次2ml，连续涂10-14天。 就医原则 ：宝宝白斑越来越多口腔被大部分覆盖；宝宝拒绝进食吞咽困难、皮肤嘴唇发紫、哭闹不安；伴随发热或口角炎等并发症。
10	新生儿呼吸道感染	鼻塞、喷嚏、流涕最常见，也有些宝宝出现发热、咳嗽、拒食、呕吐、不安、腹泻、哭声嘶哑、呼吸困难等情况出现。	产道感染（生后不久发病）； 接触传染所致（生后一周以上发病）	①注意预防：新生儿室内温度、湿度适宜，避免过堂风，凡患有呼吸道传染的病人不要接触新生儿及产妇 ②注意补水：轻症的情况下具有自限性，一周左右可自愈，如出现低热，注意多补充水分。注意监控体温， 不要“捂汗”，新生儿“捂汗”导致体温过高，或出现惊厥的情况。 ③送诊就医：比较严重的情况下建议就医。

11	新生儿肺炎	气促、呻吟、青紫、呼吸困难、体温不稳定、反应差等 有时只表现出吸吮差、容易呛奶、哭声较轻或不哭，嘴里像螃蟹似的吐泡沫等症状。 烦躁不安、精神不好、吃奶差、呛奶并奶汁从鼻中流出、嘴吐泡沫等表现。	①因吸入胎粪，羊水，乳汁等引起 ②出生前后感染细菌、病毒等病原体。	送诊就医：及时送医就诊（新生儿内科、高危儿科）。
12	泪囊炎	刚出生宝宝通常没有泪腺，如果宝宝一出生就眼泪汪汪的，可能是泪囊炎 爱流泪，眼睛有分泌物，严重时，压迫泪囊区皮肤，能看到脓性分泌物从泪小点溢出	鼻泪管薄膜没有破裂，泪腺开始分泌之后，泪会滞留在泪囊内，泪液长期堵塞于管道内，刺激管道腔粘膜并引起细菌感染，就会引起泪囊炎。	保守治疗：宝宝出生6个月内，泪道处于继续发育阶段，开始治疗时一般采取保守治疗方法。保守治疗，局部滴人工泪液，同时向鼻泪管方向对泪囊进行按摩，每日2～3次，有可能将先天膜或上皮屑冲开，如炎症较重时，可滴抗生素眼药水后按摩。 手术治疗：泪道探通术
13	新生儿惊厥	多发于新生儿出生1周左右。 身体姿势改变，异于寻常。 常伴有短时间的面色发白或青紫，有时可同时伴有口吐白沫。 同时伴有短时间的意识丧失，表现为失神、瞪眼或斜视等。	惊厥是新生儿常见病，在早产儿中更为常见。惊厥多是严重疾病的并发症。颅内疾病、感染、代谢异常、家族遗传、先天性中枢系统畸形、药物过量或中毒，都有可能造成新生儿惊厥。	①突发处理：将婴儿放在床上侧卧，松开裤带和领口，在上下牙之间放一布垫，不可乱搬动婴儿，如果婴儿口中分泌物太多须用吸管吸出，注意婴儿的呼吸，确保呼吸畅通。 ②送诊就医：保证①的前提下及时送院就诊。
14	腹胀	小腹部隆起，而且硬，拍击有咚咚的声音，并伴有新生儿睡眠不好，食欲差爱哭闹的现象	洗澡时着凉；抚触时着凉；护理中着凉；奶的温度偏低；妈妈吃了凉性食物	毛巾用电熨斗烫热后，覆盖在腹部，反复若干次即可 或使用新生儿暖水袋，淘宝有卖，对减轻肠绞痛也有作用。
15	消化不良	大便次数增多，变稀或呈水样便，或者大便中含有奶瓣； 宝宝可能出现状态不好，哭闹增加，体重不增的状态； 个别表现食欲不好、呕吐、长时间腹泻不改善会引起孩子面黄瘦弱，易疲倦，易感染其他疾病及营养不良。	①新生儿胃肠道发育不够成熟，消化能力差，于此同时，新生儿生长发育迅速，奶量增加快，营养需求高 胃肠道负担很重，因此容易发生消化不良。 ②改变奶的配比浓度，家长愿让孩子多吃快长，往往营养过剩，从而引起消化不良。 ③外界的不力因素如肠道内外感染，过冷、过热等，都容易引起小儿整个机体代谢紊乱，特别是胃肠道机能失调，还有对牛奶过敏所致	避免以上提到的引发原因的发生
16	绿便	便便颜色发绿	肠胃有炎症 奶粉里有强化铁，如果铁不能充分收，大便就会呈黄绿色，大便中的白色颗粒较大母乳喂养的宝宝大便偏酸性，正常的便呈绿色，有时会混杂一些白色颗粒奶粉喂养的宝宝出现绿便是表示肠蠕动加速或肠道有炎症 饥饿性大便也呈绿色	有炎症及时就医，大概率不是什么严重的问题。 奶粉的原因要及时更换奶粉 如果是宝宝没吃饱，要及时改变喂养办法
17	生理性腹泻	正常大便形状 母乳喂养：金黄色、粘稠、颗粒不太均匀，可见奶瓣。有个别新生儿，可排比较稀的大便，颜色发绿， 次数可达7-8次，有时有些水分但并不是腹泻。 人工喂养：黄色的、成型的便便，排便的次数少。		
		无论何种方式的腹泻，护理宝宝腹泻的第一原则是预防或治疗脱水，如果宝宝因为腹泻产生了嗜睡昏迷的状态，可能是重度脱水了，应该及时就医。 ①如果宝宝精神状态不错：每次稀便后6个月内补水50ml；6个月~2岁，每次为100ml，直至腹泻停止。 ②如果宝宝有烦躁、眼睛凹陷、皮肤弹性变差、尿量减少的情况，需要补充电解质：每千克体重需要50~75ml口服补液盐 ③护理好宝宝的肛门和屁股皮肤		
		带酸味多泡沫的粪便	这是因为进食碳水化合物过多，如甜的糖开水，牛奶，使婴儿胃肠道的酶相对不足，使摄进的食物在肠道发酵旺盛产生气体，出现有酸臭味同时泡沫多的粪便	调换奶粉。
		褐色大便，每日5-6次	蛋白质，脂肪消化不良所致	减少母乳食物中蛋白质的摄入。
		灰白色稀便或糊状，颜色发亮如奶油状：每日3-4次或更多	进食油腻食物过多所致。原因是奶粉中 脂肪量较高，肠道消化酶不足，母乳的最后部分含脂肪较多	缩短母乳喂哺时间，尽量避免婴儿吃到最后的乳汁
		乳糖不耐受	新生儿肠道乳糖酶分泌少	暂时改用一种不含乳糖的奶粉试试，好了之后在用回原来的奶粉。
		服用维生素D腹泻	宝宝不能适应标准量，出现腹泻	刚刚开始服用的时候减半使用D，待宝宝适应了 在逐渐加量到标准量
18	病理性腹泻	水样蛋花汤状粪便、血便、粘液便、果冻状物、新生儿灰白色便等。	多种原因导致	注意补水，根据实际情况补充电解质。 请仔细观察宝宝片扁的形状、精神状况、尿量、体重增长的情况，并且要取一小时内的新鲜大便进行常规检查，其中不得掺杂尿液、杂质、不被吸干水分，经医生检查后 方可诊断为病理性腹泻 就医原则： ①精神状态不好，犯困 ②出现缺水的表现：大便量多，小便次数减少，眼睛凹陷，皮肤没弹性，哭的时候眼泪少 ③出现轻度休克症状，手脚冰冷 ④有血便、脓血或腹痛的现象，并且伴有呕吐、抽搐等症状（小儿则表现为哭闹、烦躁） ⑤高烧不退
19	喷射性呕吐	出现喷射性呕吐（呕吐物喷射出几厘米远而不是从口腔中漏出）	可能是胃和小肠之间的“阀门”发育异常；	①、喷射性呕吐立即看儿科医生，确认孩子的胃和小肠之间的“阀门”是否发育正常； ②、任何时间超过8小时或者2～3次的呕吐，或伴有脱水或发热的呕吐
20	耳部感染	婴儿喂奶不当，呼吸道疾病，当鼻咽部存在大量细菌的时候，这些病原体就很容易进入耳部。	中耳炎的症状往往是激惹症状，尤其是在夜里。 无缘由的烧到38°以上，感冒方法医治3天后仍不起效。 孩子总晃脑，还会下意识的挠耳。 耳外有溢出黄黏液体，或是早起时发现耳朵周围有干燥的黄物	及时就医 如果医生确诊为中耳炎，可以建议孩子服用对乙酰氨基酚口服液（合理剂量内），不要给孩子服用阿司匹灵（及可能引起严重的脑部疾病瑞氏综合征），如果并不发热或者不是十分严重没有必要使用抗生素

21	蚊虫叮咬	小红包、痒，容易让宝宝休息不好，烦躁不安	宝宝新陈代谢快、基础体温高，相比成年人，更容易吸引蚊子。	生活习惯改变 ①下班回家开门前先四处看看，观察身上和周围有没有蚊子，拍打拍打再开门进屋 ②蚊子每天有两个进攻高峰，分别是天亮至上午九点和傍晚6点左右，尽量让宝宝避开这个时段在室外活动 ③蚊子最多的地方是草地、树林和水边，请让宝宝远离这些地方 ④日落前请将无纱窗的门窗关好，防止开灯后蚊虫进入 ⑤安装纱窗，保证以安装好的纱窗完好，没有窟窿 ⑥出门尽量穿浅色的衣物
				驱蚊 0-2月龄：主要以物理防蚊为主：纱窗、电蚊拍打蚊子、长衣长裤、蚊帐、用空调降低室内温度；不建议使用化学驱蚊法（蚊香、驱蚊液等） 3-6月龄：除了物理防蚊方式外，可使用含有避蚊胺和驱蚊酯的驱蚊液 7-12月龄：除了物理防蚊方式之外，可使用含有避蚊胺、驱蚊酯的驱蚊液，也可使用电蚊香 1-3岁：可使用避蚊胺、派卡瑞丁的驱蚊液，可使用电蚊香
				止痒： ①如果不红不痒，不需要特别处理 ②肥皂水清洗、冰敷有一些效果（冰袋、雪糕都可以拿来用） ③给孩子剪指甲，防止睡觉或醒着的时候，有意无意的频抓红包，减少皮肤损伤 ④涂一些宝宝可以用的止痒膏（推荐宝弘止痒膏，好用）
22	食物过敏	加辅食阶段，吃下一种新事物，出现皮肤瘙痒、恶心呕吐、口唇红肿、舌头溃烂、眼睛充血、打喷嚏流鼻涕等症状。	宝宝免疫系统不成熟，食物成分过于复杂导致。	以下这几种方式，能减少食物过敏发生的可能性。 ①母乳喂养 ② 添加辅食不要早于4个月，多种辅食要分开添加，逐渐加量，试探性添加。 ③把食物煮熟 ④两周岁前写食物日记 ⑤去医院抽血做过敏原筛查，日常饮食避开过敏原食物 容易过敏的食物：鸡蛋、牛奶、小麦、贝类、鱼类、花生、大豆、坚果、西红柿等
23	幼儿急疹	多发于6个月后，突然高热，高烧时间2~5天，退热后出现皮疹，2-4天皮疹消退。	病毒感染	①自愈性疾病，多休息，多补水 ②合理降温，当娃高烧，精神不好的时候，服用退烧药 就医原则 ①发热超过三天仍不退热 ②退热出疹子之后，又再次发热 ③3月龄以内的孩子出现发热 ④发热的同时出现惊厥，时间超过5分钟或是反复发作 ⑤发热的时候精神不好，食欲差，嗜睡
24	热性惊厥	高发在6个月~5岁的宝宝身上，主要表现是全身抽搐、瞪眼、身体僵直、口吐白沫等，发作的时候，孩子不会哭，不会回应外界的互换	和发热密不可分，主要原因与遗传、小儿神经系统发育不完善有关。	热性惊厥看起来吓人，实际对宝宝影响不大，很少出现后遗症，想要预防热性惊厥，主要是降低宝宝发烧的可能性，如果产生热性惊厥，要做这些： ①把宝宝放在平摊柔软的地方 ②让宝宝侧躺，头偏向一边，松开领口和衣服，确保宝宝呼吸顺畅 ③如果宝宝嘴里有东西，轻柔取出，不要强行掰开嘴，也不要往嘴里塞东西 ④做好记录，开始时间、结束时间、宝宝状态，可以用手机录下来 ⑤脱衣服、开空调降温 ⑥惊厥过后，尽快去医院就诊，查明发烧原因，妥善治疗。
25	咳嗽	日常高频咳嗽，夜咳影响睡眠	过敏、呼吸道感染等	①6个月以上宝宝少量多次的喝温水，6个月以内的宝宝和奶水或配方奶 ②如果鼻涕比较多，可以用海盐水或者海盐鼻喷滴鼻子，然后用吸鼻器将鼻涕吸出。 ③使用加湿器，室内空气50~60%为宜 ④1岁以上宝宝可以食用一小勺蜂蜜， 小于1岁的宝宝食用蜂蜜可能会中毒（肉毒杆菌，对于小宝宝致命） ，可以使用玉米糖浆来代替蜂蜜。 ⑤不要自行给宝宝用止咳药 ⑥用生理盐水给宝宝做雾化 就医原则： ①精神不好，食欲下降，有缺氧的表现 ②咳嗽伴有发烧，反复发烧超过3天，考虑是否有肺炎 ③婴儿如果1分钟之内呼吸超过60次都需要立即去看医生，可能有严重的呼吸问题。 ④咳嗽频繁1周不见好转，2周不见恢复
26	发热	日常高热	一般是因为病毒感染引起	① 物理降温无效，反而会让宝宝更不舒服 ②根据宝宝的精神状态用药，如果体温维持到较高水平38.5℃左右或以上，宝宝有不舒服或情绪不好的情况，要考虑用药。但如果宝宝精神状态好，即使超过38.5℃，也可以不着急吃药。 a、3个月以内的宝宝：建议带宝宝做一次全面检查，不建议使用对乙酰氨基酚 b、3-6个月宝宝：选用对乙酰氨基酚 c、6个月以上的宝宝：选用对乙酰氨基酚或布洛芬 就医原则 ①3个月以内的宝宝，无论状态好坏，都不建议自行用药，应立即就医。 ②连续或反复发烧超过3天，建议去医院 ③发热的同时拒绝饮水、尿量明显减少、嗜睡、哭的时候没有眼泪等脱水情况，要去医院 ④发烧超过3天，且发热的同时出现皮疹、惊厥的情况，要去医院。
27	鼻塞流涕	白色水样鼻涕	上呼吸道感染早期	不要想着帮宝宝尽快止住鼻涕，而是 尽量让鼻涕流出来，冲走鼻腔病原 ，不用特别处理，流鼻涕搽干净即可。
		黄绿色鼻涕	病毒、细菌导致	①如果没有头疼、发热，多半是病毒性感冒导致，继续观察，可自愈。不用特别处理，流鼻涕搽干净即可。 ②用加湿器增加室内的空气湿度 ③鼻涕多的话，用海盐水湿润后流出或用吸鼻器吸出 ④足量喝水
		流鼻涕同时有发烧、恶心、头疼的情况	鼻窦炎	①用加湿器增加室内的空气湿度 ②鼻涕多的话，用海盐水湿润后流出或用吸鼻器吸出 ③足量喝水 ④及时就医，使用抗生素治疗急性鼻窦炎
		固定季节流清水鼻涕，伴随眼睛痒、打喷嚏、鼻子痒	过敏性鼻炎	①避开花粉、粉尘、螨虫、毛绒玩具、毛猫狗毛 ②在医生的指导下使用糖皮质激素喷雾或抗组胺药物 ③空气加湿、足量淫水、海盐水润鼻
		白色转黄色，可能伴有发热、咽痛、打喷嚏、浑身不适等	普通感冒	多发在气温寒冷或温度变化大的时候，流鼻涕7~10天。病毒性感冒为自愈性疾病，7天左右会慢慢自愈，细菌性感冒，可在医生的指导下服用抗生素。 日常护理注意多喝水、增加空气湿度、海盐水润鼻