



家庭药箱进万家

宝宝药箱 中草药画册



心系赠阅



让中医药文化浸润幼儿心灵

中医药是中国传统文化的瑰宝，历经漫漫五千余载，凝聚了无数先辈的智慧和心血，蕴藏着源于自然的规律。

“中医药”三个字无疑是“最中国”，也是“最中华”的象征，应像种子一般播撒进孩子们的心田，生根发芽，浸润心灵。

日常生活中，孩子们都接触过中草药，比如喝过枸杞熬的粥、菊花泡的水等；生病时看过中医、吃过中药。为了加深孩子对中医药的了解，播撒中医药知识的火种，本画册特别根据幼儿直觉形象思维的特点，运用绘画涂色、中医药故事等形式，选取生活中常见的中草药，引导幼儿感知观察、探索体验，同时，又向家长介绍了一些儿童常见病的家庭护理及保健方法。希望幼儿能够了解中草药的神奇、萌发对中草药的兴趣，点亮孩子们对中医药的兴趣。

“宝宝药箱” 首届儿童绘画征集活动



参赛对象 3-9岁少年儿童

参赛画作主题
主题一：中草药创意涂色
主题二：我爱运动

活动时间 2018年1月1日 - 9月30日

评奖规则

本次活动本着公平、公正、公开的原则，投票形式采用手机微信和电脑网络投票两种方式。家长根据说明上传儿童作品，每个微信号每天限投1票。
特别提醒：系统具有先进的投票日志分析系统和报警系统，如果发现刷票行为，将取消为无效投票，并取消晋级赛资格。

赛程分为：3-4月份，5-6月份，7-8月份，9月，四个赛程。前三个赛程每个赛程结束，投票最多的前5位，共计15位，再次参加9月份总评选，得票最多的前3名，将获证书和奖品。



关注微信公众号“心系健康家庭秀”，点击菜单“赛事投票”——“儿童绘画赛”，即可为你的宝宝报名、上传参赛！

现在关注，您还可以听到文文姐姐讲中医药小故事！



动手画一画

参赛作品名称 _____

城市 / 幼儿园 _____

小朋友，多做运动才能有健康的好身体哦。你平时最喜欢什么运动呢？快点画下来吧！



甘草 gān cǎo

单数羽状复叶互生，蝶形花冠淡红紫色。根部、根茎入药。具有清热解毒、止咳祛痰、补脾和胃、调和诸药的功效。



参赛作品名称

城市 / 幼儿园 _____

一月 JANUARY 2018

妈妈给你 讲故事



甘草的小故事

从前，在一个偏远的山村里有位草药郎中，他总是很热心地为人治病。有一天，郎中外出给一位乡民治病未归，家里却来了许多求医的人。郎中妻子一看这么多人急等着丈夫治病，便暗自琢磨：丈夫替人看病，不就是那些草药嘛，我何不替他包点草药把这些求医的人打发了呢？她忽然想起灶前地上有一大堆草棍，拿起来咬上一口，觉得甘甜怡口。于是，她就把这些小棍子切成小片，用纸一包一包地包好，发给了那些病人。

过了些日子，几个病愈的人特地登门来答谢郎中，说吃了他留下的药，病就好了。草药郎中一听就愣住了，而他的妻子却心中有数，赶忙把他拉到一边，小声对他如此描述了一番，他才恍然大悟。草药郎中又急忙询问那几个人的病情，方知他们分别患了咽喉疼痛、中毒肿胀之病。此后，草药郎中便在治疗咽喉肿痛和中毒肿胀时，均使用这种“干草”。由于该草药味道甘甜，郎中便把它称作“甘草”，并一直沿用至今。



宝宝药箱 提醒您

家中常备的小儿咳嗽及呼吸道感染用药有儿童咳液、小儿咽扁颗粒。

儿童咳液



【功能主治】

清热润肺，祛痰止咳。用于咳嗽气喘，吐痰黄稠或咳痰不爽，咽干喉痛。

小儿咽扁颗粒



【功能主治】

清热利咽，解毒止痛。用于肺实热引起的咽喉肿痛，咳嗽痰盛，咽炎。



玄参 xuán shēn

外形褐色，呈椭圆形，双子叶植物。根部入药，具有滋阴降火、润燥生津、消肿解毒的功效。



参赛作品名称 _____

城市 / 幼儿园 _____

二月 FEBRUARY 2018

妈妈给你讲故事



玄参的小故事

三国时期，蜀国大将张飞有一个特别的嗜好：一日三餐喜吃牛肉，还要大碗喝酒，酒后常常打骂自己的手下。因为他总是喝酒吃肉，所以经常上火牙疼。

一天晚上，张飞的牙又痛了起来，可他依旧不停的命令手下送酒来喝。侍候他的手下一个叫正马，还有一个叫玄台。玄台就偷偷在药铺买了半斤黑参，水煎成汤，倒进一些酒后端给了张飞。张飞醉意上涌，喝了一碗又一碗，还直叫到：“好酒，好酒，快快再拿些来！”

从此，只要张飞酒醉，玄台就开始熬黑参水，当酒给他喝。慢慢地，张飞不再发怒，牙也不痛了，每天都能酣然入梦。

可是，有一次张飞在半醉时，看见有人往锅里放东西，以为是给他下毒，惊得醉意全失。于是将那人抓起来，问他给酒里加了什么？玄台说加的是中药黑参，也就是现在所说的玄参。他解释说，这药可以降火，治疗心烦躁、解毒，用于牙痛、口腔溃烂的效果也非常好。张飞一想，自己的牙和口腔的确很久没痛过了。于是，这才放了玄台。



儿童常见病—小儿疱疹性咽峡炎

首都医科大学附属北京儿童医院主任医师 张峰

主要症状

- 高热伴咽喉痛、头痛及厌食
- 发病时可有发热或不发热
- 食欲欠佳、干呕、嗓子痛、流口水
- 颈部、腹部以及四肢肌肉的疼痛
- 口腔黏膜、咽后壁处可见直径约为似芝麻大小的灰白色疱疹

护理建议

- 加强日常护理，如卧床休息
- 多饮水，吃清淡易消化、常温的流食或半流食
- 用淡盐水漱口、清洁口腔
- 遵循医嘱按时按量服药



佛手 fó shǒu

果实细长弯曲，状如手指，故名佛手。入药部位根、茎、叶、花、果。具有理气化痰、止呕消胀、舒肝健脾的功效。



参赛作品名称 _____

城市 / 幼儿园 _____

三月 MARCH 2018

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
				1 十四	2 十五	3 十六	4 十七	5 十八	6 十九	7 二十	8 廿一	9 廿二	10 廿三
11 廿四	12 廿五	13 廿六	14 廿七	15 廿八	16 廿九	17 二月	18 初二	19 初三	20 初四	21 初五	22 初六	23 初七	24 初八
25 初九	26 初十	27 十一	28 十二	29 十三	30 十四	31 十五							

妈妈给你讲故事



佛手的小故事



很早以前，金华罗店一座高山下，住着母子二人。母亲年老久病，终日双手抱胸，自觉胸腹胀闷不舒。儿子为了给母亲治病，四处求医无效。一天夜里，儿子梦见一位美丽的仙女，赐给他一只犹如仙女手样的果子，经母亲一闻，病就好了。可是，醒来一看，母亲病情依旧，原来那是一场梦。于是，儿子下决心要找到梦中见到的那种果子。经过多少天的翻山越岭，当他坐在岩石上歇息时，突然看见一只美丽的仙鹤，一边舞一边歌：“金华山上有金果，金果能救你老母。明晚子时山门口，大好时机莫错过。”

第二天午夜，儿子爬上金华山顶的山门，只见金花遍地，金果满枝，金光耀眼。一位美丽的女子飘然而来，儿子定睛一看，正是梦中所见的仙女。仙女说道：“你的孝心感人，今送你天橘一只，可治好你母亲的病。”儿子感激不禁，恳求仙女再赐给他一棵天橘苗，以便母亲天天能闻到天橘之香，永解病痛。

仙女满足了他的要求。儿子回来后，将天橘给母亲服用，母亲胸腹胀闷的症状很快就消失了。仙女赐给的天橘苗经过辛勤培植，很快地传遍了整个山村，给更多的人享用。乡亲们认为，这位仙女就是救世观音，天橘象观音的玉手，因此称之为“佛手”。



宝宝药箱 提醒您

家中常备的儿童消化类药有醒脾开胃颗粒、健儿片、健脾康儿片

醒脾开胃颗粒



【功能主治】

醒脾调中，升发胃气。用于面黄乏力，食欲低下，腹胀腹痛，食少便多。

健儿片



【功能主治】

扶正祛邪，固表止汗，健脾和胃。用于脾虚胃弱引起的少食，多汗，睡眠不宁。

健脾康儿片



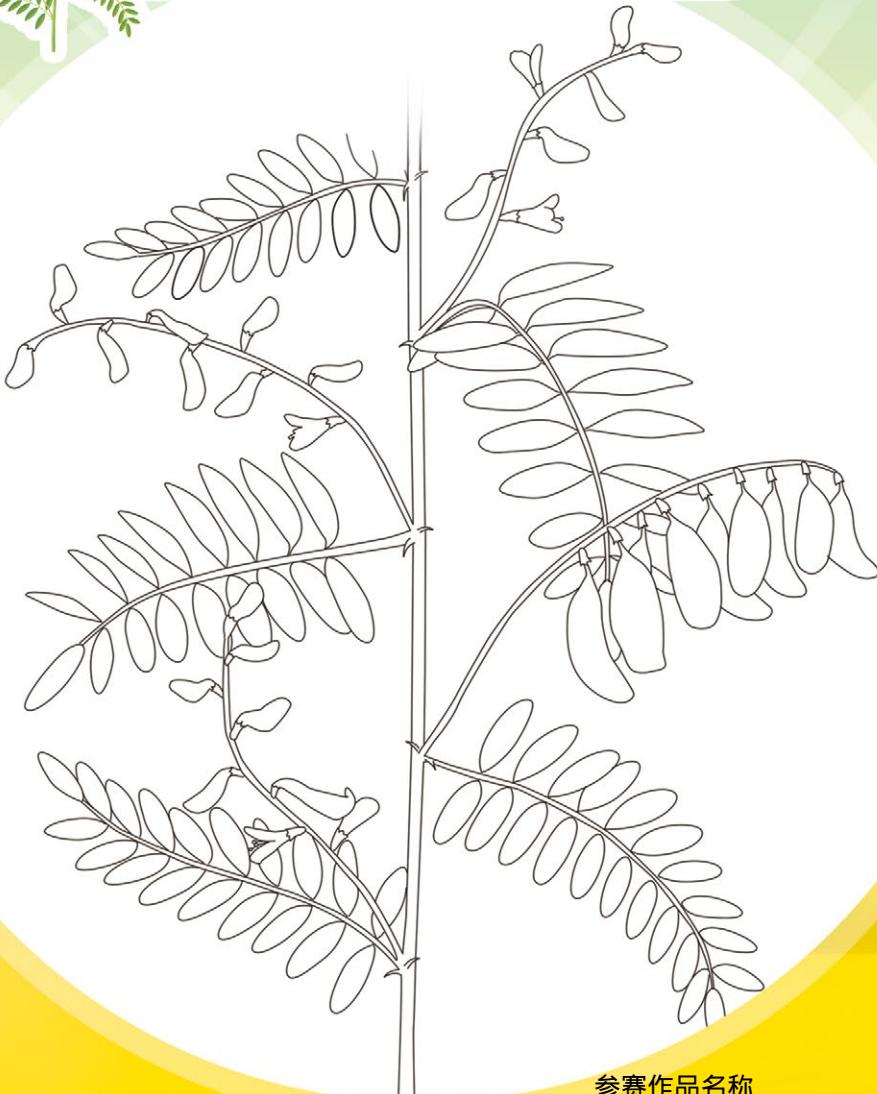
【功能主治】

健脾养胃，消食止泻。用于脾虚胃肠不和，饮食不节引起：腹胀便溏，面黄肌瘦，食少倦怠，小便短少。



黃芪 huáng qí

奇数羽状复叶互生，花冠黄色。根部入药，具有益气补虚、健脾养胃的功效。



参赛作品名称

城市 / 幼儿园 _____

四月 APRIL 2018

妈妈给你 讲故事



黄芪的小故事

黄芪，补气之圣药，被李时珍称为“补药之长”，具有补肺脾、升阳举陷、益卫固表、利尿消肿、托毒生肌、补血活血等功效。

相传，南北朝时期，许胤宗在南陈新蔡王手下做官时，柳太后突然患中风说不出话来，请遍名医治疗都没有效果。柳太后因为口噤不能服药，眼见病情一天比一天加重，新蔡王更是心急如焚，精通医药的许胤宗提出用热汤气熏蒸法为太后治病。于是用黄芪、防风两味药煮汤数斛，放到柳太后的床下，药汁弥漫，烟雾缭绕……不想，柳太后当天晚上就能说话了，经过一段时间调理，柳太后便康复同以前一样了。



儿童常见病·积食与厌食

积 食

症状判断

积食是中医的一个病症，多发生于婴幼儿，主要表现为食欲不振、厌食、口臭、肚子胀、胃部不适、睡眠不安和手脚心发热等症状，甚至引起孩子发烧。

护理建议

捏脊疗法：让患儿面孔朝下平卧。家长以两手拇指、食指和中指捏其脊柱两侧，随捏随按，由下而上，再从上而下，捏3-5遍，每晚一次。

厌 食

症状判断

小儿较长时期食欲不振，食量减少，不思饮食，甚至拒食，而精神状态较正常，并且有一动则出汗，睡眠不宁等症状。

护理建议

不要强迫宝宝吃东西，如果觉得宝宝吃得不多，可在1-2小时后，再给他吃一些零食，例如水果或者牛奶。



山楂 shān zhā

单叶互生或于短枝上簇生，花白色，后期变粉红色，果实球形，熟后深红色，表面具淡色小斑点。果实入药，具有健脾开胃、消食化滞、活血化瘀的功效。



参赛作品名称

城市 / 幼儿园 _____

五月 MAY 2018

妈妈给你 讲故事



山楂的小故事

南宋绍熙年间，宋光宗最宠爱的黄贵妃有病了。她面黄肌瘦，不思饮食。御医用了许多贵重药品，皆不见什么效果。皇帝见爱妃日见憔悴，也整日愁眉不展。最后无奈只好张榜求医。一位江湖郎中揭榜进宫，为黄贵妃诊脉后说：“只要用冰糖与红果（即山楂）煎熬，每顿饭前吃五至十枚，不出半月病准见好。”开始大家还将信将疑，好在这种吃法还合贵妃口味，贵妃按此办法服后，果然如期病愈了。皇帝自然大喜，展开了愁眉。

后来这种做法传到民间，老百姓又把它串起来卖，就成了现在的冰糖葫芦。



儿童调理脾胃的家庭食谱

食材 鲜山楂 300 克、淮山药 300 克、白糖适量。

制作

1. 将山楂去皮核洗净；山药去皮洗净后切成块。
2. 将山楂、山药块，放入碗内，加适量白糖调匀后，上笼蒸熟后压制成小饼即可食用。



功效

健脾导滞和胃助食。山楂含大量维生素 C 和酸性物质，可以促进胃液分泌、增加胃中酶类，从而助消化、健脾益气。





地黃 dì huáng

根茎肉质，鲜时黄色，花冠外紫红色，内黄紫色。
根茎入药，生地黃具有清热凉血，滋阴生津的功效，
熟地黃具有滋阴养血的功效。



参赛作品名称 _____

六月 JUNE

2018

城市 / 幼儿园 _____

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
					1 十八	2 十九	3 二十	4 廿一	5 廿二	6 廿三	7 廿四	8 廿五	9 廿六
10 廿七	11 廿八	12 廿九	13 三十	14 五月	15 初二	16 初三	17 初四	18 初五	19 初六	20 初七	21 初八	22 初九	23 初十
24 十一	25 十二	26 十三	27 十四	28 十五	29 十六	30 十七							

妈妈给你
讲故事



地黃的小故事

据说在唐朝时，有一年黄河中下游一带瘟疫流行，无数老百姓因感染瘟疫而失去生命。当地的县太爷来到神农山药王庙祈求神佑，得到了一株根状的草药，这种药根块大而短，形状像山萝卜，颜色微黄，口味发苦。送药人将此药称为地皇，意思是皇天赐药。并告诉他，神农山北草洼有许多这种药，县太爷就命人上山去采挖，用此药解救了百姓。瘟疫过后，百姓们把它引种到自家农田里，因为它的颜色发黄，便把地皇叫成地黃了。地黃又叫地髓，是说吸收了地气之精髓，一般土地在种过一年地黃后，地就变苦了，第二年便不能再种地黃，必须等到至少八年后才能再种，因此就更显得地黃的珍贵。



《地黃》

苏轼（宋代）

地黃餌老馬，可使光鑒人。吾聞樂天語，喻馬施之身。
我衰正伏枥，垂耳氣不振。移栽附沃壤，蕃茂爭新春。
沉水得稚根，重湯養陳薪。投以東阿清，和以北海醇。
崖蜜助甘冷，山姜發芳辛。融為寒食餭，咽作瑞露珍。
丹田自宿火，渴肺還生津。願餌內熱子，一洗胸中尘。



连翘 lián qiáo

早春先叶开花，香气淡艳，满枝金黄。果实入药，具有清心解热，消肿散结，利尿的功效。



参赛作品名称 _____

城市 / 幼儿园 _____

七月 JULY 2018

儿童常见病 感冒



流感来袭 你做好准备了吗？

中国疾病预防控制中心、儿童卫生保健部副主任 宫丽敏

流感比较典型的症状有高烧、头疼、咳嗽、全身酸痛、疲倦无力、咽痛等，普通感冒也会有这些症状，但很少会出现全身症状，比如周身酸痛等。流感发烧比普通感冒要高，一般以高烧为主，体温在38.5-39度甚至到40度，儿童流感有时还会出现胃肠症状，比如恶心、呕吐、拉肚子等。儿童流愠除了一般症状比普通感冒较重以外，还能引起严重的并发症，最重要的是肺炎。家长需要注意的是，儿童流感转成肺炎的速度比较快，而且也比较隐蔽，尤其是在婴幼儿中，不易察觉。此外，儿童流感还可以引起心肌炎、中耳炎、支气管炎、脑膜炎等并发症。

儿童流感的预防更重要，家长需要注意以下几点：

- 1、积极锻炼，增强体质、提高免疫力。
- 2、养成良好的卫生习惯，教育孩子勤洗手、勤剪指甲。
- 3、加强护理，经常保持室内空气通畅，天气骤变时注意添减衣被。



宝宝药箱 提醒您

家中常备的儿童感冒药有小儿感冒颗粒、小儿感冒口服液、小儿解表颗粒、小儿退热口服液。

小儿感冒口服液



【功能主治】

清热解表。用于风热感冒，发热重，恶寒轻，汗出而热不解，头痛鼻塞，咳嗽，口渴咽红。

小儿感冒颗粒



【功能主治】

疏风解表，清热解毒。用于小儿风热感冒，症见发热、头胀痛、咳嗽痰黏、咽喉肿痛；流感应上述证候者。

小儿退热口服液



【功能主治】

疏风解表，解毒利咽。用于小儿风热感冒，发热恶风，头痛目赤，咽喉肿痛。

小儿解表颗粒



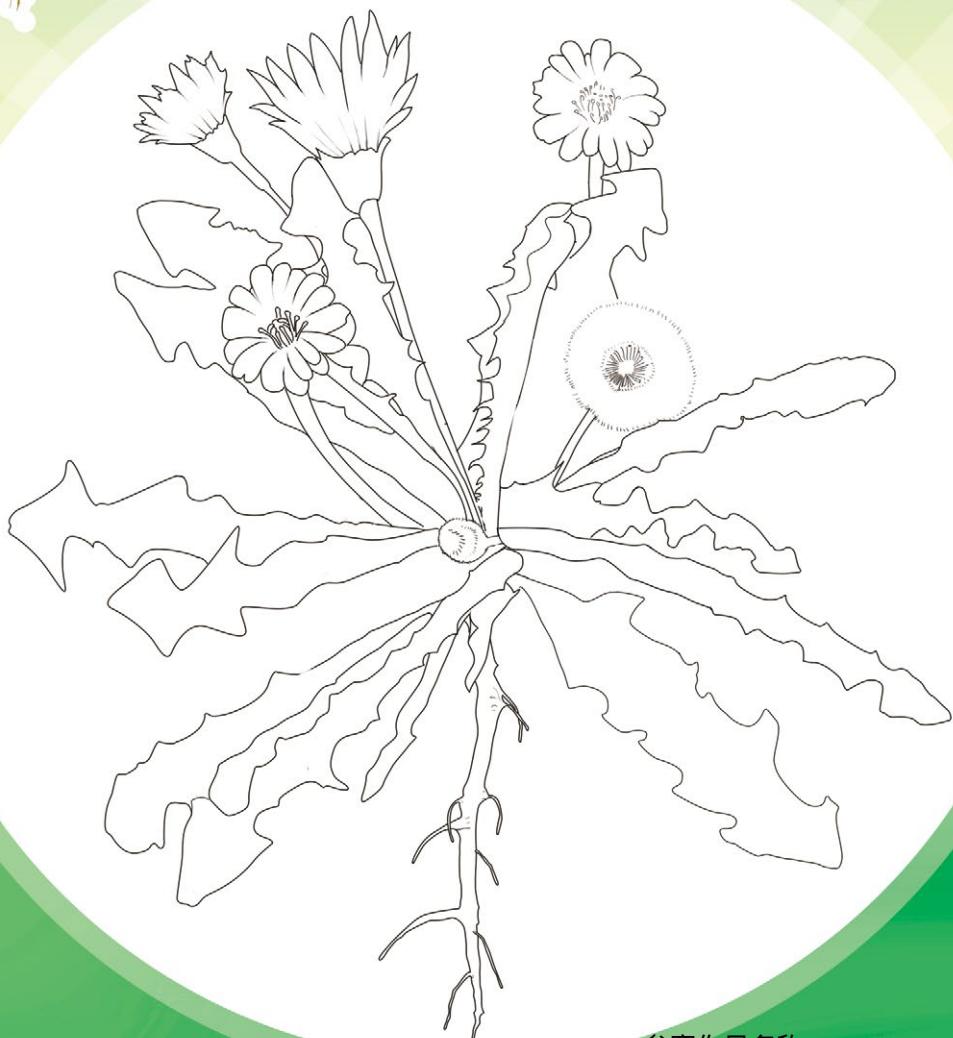
【功能主治】

宣肺解表，清热解毒。用于小儿外感风热所致的感冒，症见发热恶风、头痛咳嗽、鼻塞流涕、咽喉痛痒。



蒲公英 pú gōng yīng

头状花序，花蕊黄色，叶子呈锯齿状，种子上有白色伞状绒毛结成的绒球，花开成熟后会随风飘散到新的地方生根发育。干燥的全草入药，具有清热解毒、消肿散结的功效。



参赛作品名称 _____

城市 / 幼儿园 _____

八月 AGUEST 2018

儿童感冒的家庭护理



小儿感冒都有哪些特点

中医认为，小儿肌肤疏薄，卫外不固，加上脏腑稚嫩，功能未全，寒温不能自调，当气候突变，冷暖失常，外邪侵袭就易酿成感冒。一般症状较轻，预后较好。但年幼体弱患儿临床表现多较重，病情复杂，常夹痰、夹滞、夹惊，年龄愈小，兼证也愈多。这是小儿感冒与成人感冒有所不同的地方。

小儿感冒也分风寒、风热、暑湿、流感等类型，但热多于寒。纵有寒象，亦以寒包热居多。因小儿卫外较差，且一般食火较重，风寒感冒也常会很快入里化热。小儿感冒高热时易引起惊厥，必须及早用药防治高热惊厥。小儿感冒易发生兼证、变证，而且往往变化很快，常可转为肺炎、心肌炎、脑膜炎等疾病，用药期间必须密切注意，及时就医，调整药物。患儿如出现呕吐、烦躁、惊厥、抽搐等现象，说明病情较重，应立即送医院治疗。



治疗感冒的几点误区

1. 滥用抗菌药物。感冒多属病毒感染，滥用抗生素不但无用，反而会对小儿肌体造成不必要的伤害。
2. 用激素降温。有的家长急于给孩子降温，采用口服激素的方法，这是不正确的，因为激素可以使感染扩散，加重病情，故使用激素一定要慎重。
3. 给小儿服用成人感冒药。
4. 认为中药不能抗菌消炎抗病毒。其实这是错误的，现代医学大量研究成果表明，许多中药都具有抗菌、抗病毒、抗炎性渗出的功能，如金银花、连翘、大黄、黄芩、板蓝根、黄连等，对许多细菌病毒都具有强力扑杀作用，而且不怕细菌病毒的变异。
5. 任意加大服药剂量。

紫菀 zǐ wǎn



不规则的块状根茎，簇生多数组细根、灰紫色。根和根茎入药，具有温肺，下气，消痰，止咳的功效。



参赛作品名称 _____

九月 SEPTEMBER 2018

城市 / 幼儿园 _____

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
							1 廿二	2 廿三	3 廿四	4 廿五	5 廿六	6 廿七	7 廿八
9 三十	10 八月	11 初二	12 初三	13 初四	14 初五	15 初六	16 初七	17 初八	18 初九	19 初十	20 十一	21 十二	22 十三
23 十四	24 十五	25 十六	26 十七	27 十八	28 十九	29 二十	30 廿一						

治疗感冒的食疗



风寒感冒

症状 发热恶寒，头痛身寒，流涕等。

食疗方

生姜红糖茶：生姜 10 片，红糖适量，开水冲泡，代茶饮之。
姜苏茶：生姜 3g，切成细丝，同苏叶 3g 一同放入杯中，开水冲泡 10 分钟，代茶饮。
紫苏粥：白米 25 克，常法煮粥，粥熟放苏叶 5 克。



风热感冒

症状 发热，微恶风寒，头痛、咳嗽、咽痛、目赤。

食疗方

金银花粥：金银花 9 克，淡豆豉 9 克，水煎去渣，加入粳米 60 克煮粥食。
菊花茶：菊花 5 克，开水冲泡，代茶饮。
白菜绿豆饮：白菜头 1 个，洗净切片，绿豆芽 15 克，煎水饮用。



风湿感冒

症状 发热、头痛、头晕、鼻塞、声重、困倦乏力，纳减欲吐。

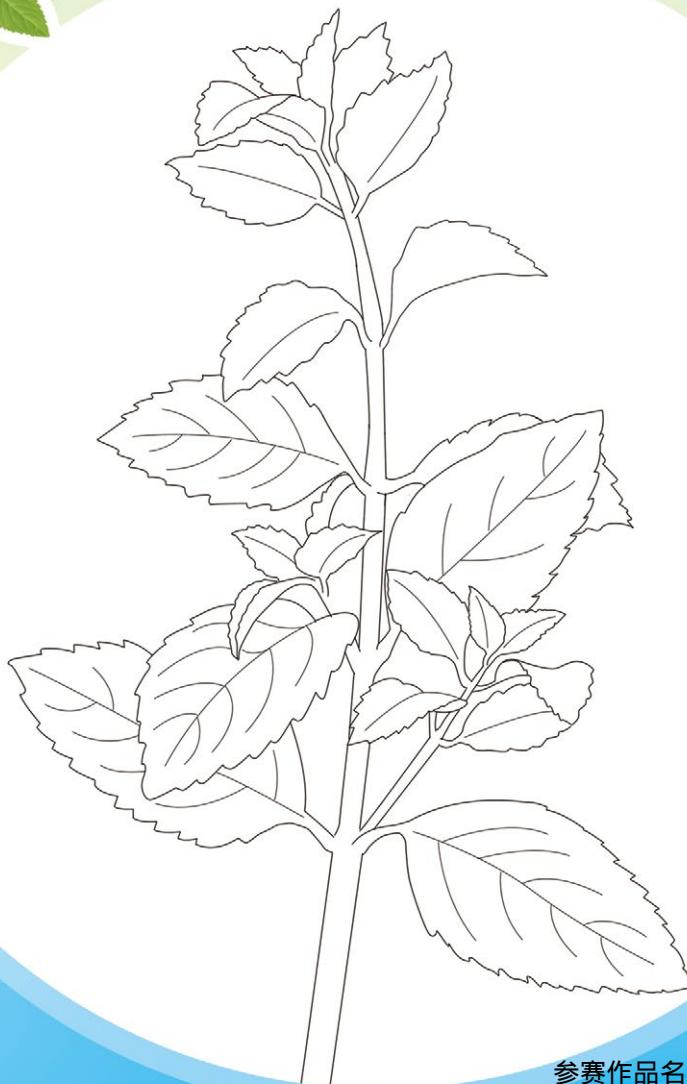
食疗方

藿香饮：鲜藿香叶 5 克，砂糖适量，煎水饮。
白萝卜汤：白萝卜 250 克切片，加水煎后趁热温服。白萝卜对咳嗽、咳痰等呼吸道疾病有较好的辅助治疗作用。



薄荷 bò he

叶对生，长卵形或椭圆形，叶缘锐锯齿状。全株有辛凉香气。全草入药，具有疏散风热的功效。



参赛作品名称

城市 / 幼儿园

十月 OCTOBER 2018

儿童常见病 儿童鼻炎



儿童鼻炎的预防及护理

首都医科大学附属北京儿童医院主任医师 张峰

很多宝宝都有这样的经历：早上刚一醒来，就打喷嚏、流鼻涕，鼻子、眼睛奇痒难耐，有时候喷嚏一打就是十几甚至几十个止不住。很多家长的第一反应是：“宝宝感冒了”。于是，吃药、理疗各种措施齐上阵，可是，一番折腾，宝宝的症状丝毫没有改善，这是为什么呢？其实，宝宝极有可能患上了“小儿过敏性鼻炎”。

日常生活中，家长可以从以下几方面进行简单分辨：

	感冒	过敏性鼻炎
打喷嚏	会打喷嚏，但次数并不多	连续打喷嚏，有的宝宝甚至会一天打几十个以上
流清鼻涕	一般出现在感冒初期，而且量不会很多	伴随着打喷嚏会有大量鼻涕
鼻塞	会出现鼻塞症状	一般鼻塞超过7天就很有可能是过敏性鼻炎
鼻痒	感冒时鼻子最主要的症状是长时间的鼻塞	鼻腔会非常痒，忍不住要不停用手揉搓鼻部。鼻痒严重的患者还会伴有眼、耳、咽喉等多处发痒，出现嗅觉减退。
全身症状	会并发一些全身症状，如发热、全身无力、肌肉酸痛等	出现全身症状的可能比较小

预 防 措 施



- ★ 尽可能远离或减少过敏源
- ★ 尽量不接触宠物



黃芩 huáng qín

主根粗状，略成圆锥形，外皮暗褐色，内部黄色。叶对生，披针形，表面深绿色，背面淡绿色。根部入药，具有清热燥湿、泻火解毒的功效。



参赛作品名称 _____

十一月 NOVEMBER 2018

城市 / 幼儿园 _____

儿童常见病 诺如病毒

首都医科大学附属北京儿童医院
主任医师 张峰



诺如病毒是什么？

诺如病毒是一种引起非细菌性急性胃肠炎的病毒。多发于11月至次年的5月。

主要症状

感染者主要症状有腹痛、腹泻、恶心、呕吐或伴有发热、头痛和全身酸痛等不适症状。



感染诺如病毒怎么办？

目前还没有治疗诺如病毒的特效药物。治疗方案为预防脱水、治疗脱水和对症治疗。

口服补液盐。轻症患者口服补液盐。严重病例，尤其是幼儿及体弱者应及时输液，纠正水、电解质、酸碱平衡失调。

预防脱水。虽然此病大部分可以自行恢复，但医生提醒：脱水是诺如病毒感染性腹泻的主要病因，严重病例尤其是幼儿及体弱者应及时输液或口服补液，以纠正脱水、酸中毒及电解质紊乱等问题。

日常护理。应注意患者的饮食卫生，多吃新鲜、易消化、含钙高的食品，多喝水，少吃高脂肪食品，少吃冷食，同时注意保暖，并少去人群过于集中、通风不畅的公共场所。

膳食调整。腹泻营养治疗原则是从饮食上进行调整，停止进食高脂肪和难以消化的食物，以减轻胃肠负担，逐渐恢复消化功能，补充维生素和电解质，切忌滥用抗生素。积极采取饮食治疗对恢复体力非常重要。



桔梗 jié gěng

形态特征：根结实而梗直，故名桔梗。叶子卵形或卵状披针形，花朵呈蓝紫色，花形美丽。根部入药，具有宣肺，利咽，祛痰，排脓的功效。



参赛作品名称 _____

十二月 DECEMBER

2018

城市 / 幼儿园 _____

星期日 星期一 星期二 星期三 星期四 星期五 星期六 星期日 星期一 星期二 星期三 星期四 星期五 星期六

9 初三	10 初四	11 初五	12 初六	13 初七	14 初八	1 廿四	2 廿五	3 廿六	4 廿七	5 廿八	6 廿九	7 十一月	8 初二
23 十七	24 十八	25 十九	26 二十	27 廿一	28 廿二	15 初九	16 初十	17 十一	18 十二	19 十三	20 十四	21 十五	22 十六
						29 廿三	30 廿四	31 廿五					

妈妈给你 讲故事



钱乙黄土救太子

钱乙是我国医学史上第一个著名儿科专家。钱乙撰写的《小儿药证直诀》，是我国现存的第一部儿科专著。它第一次系统地总结了对小儿的辨证施治法，使儿科自此发展成为独立的一门学科。后人视之为儿科的经典著作，把钱乙尊称为“儿科之圣”，“幼科之鼻祖”。

钱乙做过一段时间的翰林医官。一天，宋神宗的皇太子突然生病，请了不少名医诊治，毫无起色，病情越来越重，最后开始抽筋。皇帝见状十分着急。

这时，有人向皇帝推荐钱乙。于是，钱乙被召进宫内。皇帝见他身材瘦小，貌不出众，有些小看他，但既然召来，只好让他为儿子诊病。钱乙从容不迫地诊视一番，要过纸笔，写了一贴“黄土汤”的药方。

心存疑虑的宋神宗接过处方一看，见上面有一味药竟是黄土，不禁勃然大怒道：“你真放肆！难道黄土也能入药吗？”

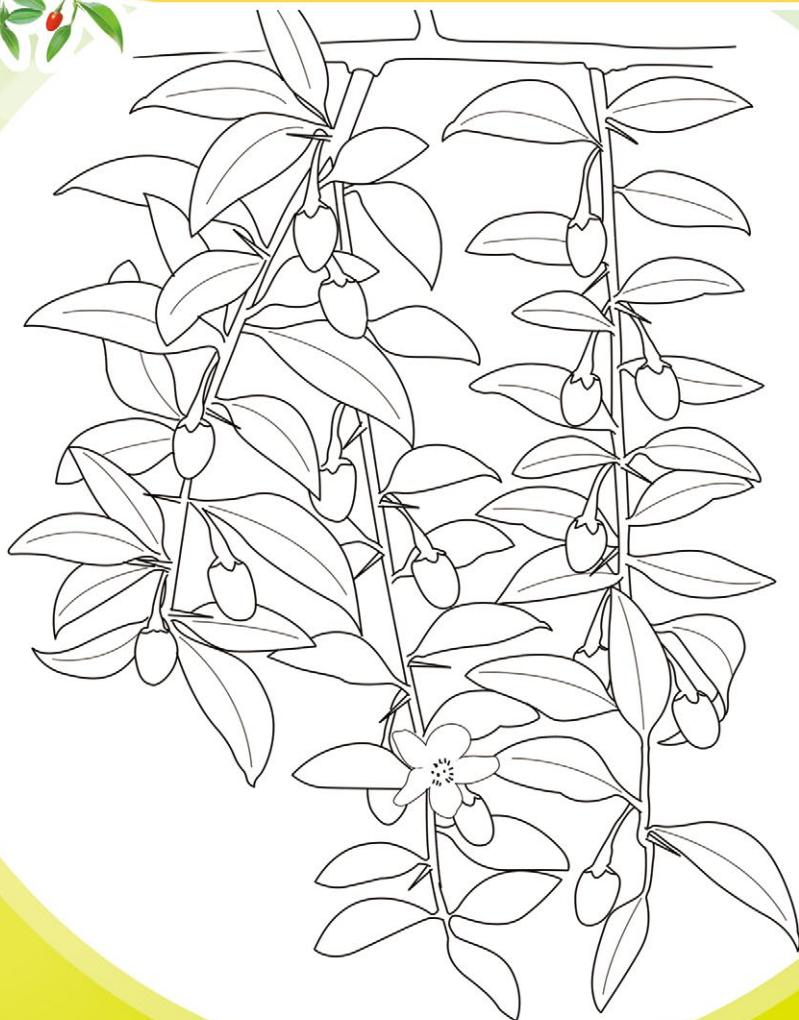
钱乙胸有成竹地回答说：“据我判断，太子的病在肾，肾属北方之水，按中医五行原理，土能克水，所以此症当用黄土。”

宋神宗见他说得头头是道，心中的疑虑已去几分，正好这时太子又开始抽筋，皇后一旁催促道：“钱乙在京城里颇有名气，他的诊断很准确，皇上勿虑。”于是，皇帝命人从灶中取下一块焙烧过很久的黄土，用布包上放入药中一起煎汁。太子服下一贴后，抽筋便很快止住。用完两剂，病竟痊愈如初。这时，宋神宗才真正信服钱乙的技术，把他从翰林医官提升为很高荣誉的太医丞。



枸杞 gǒu qǐ

落叶灌木，多分枝，单叶互生或簇生，花紫色，漏斗状。浆果卵形或长圆形，深红色或橘红色。具有滋补肝肾、益精明目、养血、增强免疫力等功效。



参赛作品名称 _____

城市 / 幼儿园 _____

一月 JANUARY 2019

教您避开 儿童用药误区

首都医科大学附属北京儿童医院
主任医师 张峰

日常生活中，儿童用药在用法、剂量、说明以及产品类型等多方面学问诸多，家长在给孩子用药时要格外注意。



红色 OTC、绿色 OTC 都一样？

妈妈们都知道 OTC 代表非处方药，即不需要医生的处方，消费者可自行判断、购买、使用的药物。但是，很多妈妈不知道的是，非处方药却分为以下两类：

红色（甲类）OTC：只能在具有《药品经营许可证》配备执业药师或药师以上技术人员的社会药店，医疗机构药房零售的非处方药。

绿色（乙类）OTC：除了在社会药店和医疗机构药房外，还可在经过批准的普通零售商业企业零售的非处方，消费者可以根据说明书自行服用。



咬文嚼字 难 分 清

不宜：指某些药有一定的毒副作用，单独使用或与其他药物配合时对小儿会产生不利于治疗的不良反应，不适合小儿使用。

慎用：提醒服药时需小心谨慎，即在服用后要注意观察有无不良反应出现，如有就必须立即停止服用，如没有方可继续使用。

禁用：即禁止使用，指某些药有一定的毒副作用，单独或与其他药物配伍时可产生严重不良后果，甚至影响小儿生长发育。



OTC

小儿感冒口服液

清热解表

功能主治：

清热解表。用于风热感冒，发热重，恶寒轻，汗出而热不解，头痛鼻塞，咳嗽，口渴咽红。

注意事项：对本品过敏者禁用，过敏体质者慎用。

禁忌、不良反应尚不明确，其它注意事项详见说明书。

请按药品说明书或在药师指导下购买和使用

国药准字Z10940020 京药广审（文）第2017100500号

地址：北京市丰台区南三环中路20号



广告

北京同仁堂 科技发展股份有限公司制药厂



“心系妇儿·家庭教育空中课堂”
公益项目办公室

心系系列活动项目办公室

地址：北京市东城区灯市口大街50号好润大厦5层，100006

电话：010-65221118

网址：www.xinxife.org

版权所有 翻印必究