

書叢庭家好

9

寶寶的照顧法

二昭塚大
譯利聆林

局書衆大
行印

書叢庭家女

9

寶寶的照顧法

二昭塚大
譯利聆林



前言

「這一本書，會幫您照顧您的寶寶的。」這樣講的話，您一定會覺得有些誇口，但的確是有其理由的。

因為最近幾乎都是由夫妻兩個人所組成的所謂小家庭，結果，由奶奶等育兒經驗者口授的。經驗性育兒法就式微了，而取而代之的是情報育兒法——靠來自育兒指南書和大眾廣播的知識及醫院、衛生所裡專家意見的育兒法了。

舉例說尿布套子吧。使用褲襠式就會變成外翻膝，所以還是卷式好。這是經驗性育兒的想法。”卷式妨碍脚部運動，所以一定要褲襠式（褲子式）。“這是情報性育兒的想法。

意見完全不一樣，究竟那一方對呢？這樣，難怪初為母親的會不知所措，因此我們就應該想辦法了。

事實上用了褲襠式也不會變成外翻膝的。還有，不能一概地說卷式尿布套子會妨碍運動。新生一、兩個月的嬰兒本身，不太有活潑地運動雙脚的。所以如果您想卷式比較容易

用的話，就可以用它。不過，過了兩個月就應該考慮到腳部運動的增加，而改用褲襠式。您明白了嗎？育兒工作如想得太多，太學術性的話，反而會產生多餘的煩惱的。」平易且輕鬆地來。」

在這本書裡頭，所寫的都是以這種育兒方式為主，為人父母者詳閱本書，必能收益匪淺。

目錄

瞭解嬰兒.....一五

分月份發育情形和照顧法.....一六

新生兒期

一個月~兩個月.....六個月~七個月

兩個月~三個月.....七個月~八個月

三個月~四個月.....八個月~十個月

四個月~五個月.....十個月~十二個月

五個月~六個月.....一歲至一歲半

嬰兒的睡眠.....一歲半~二歲.....四三

睡眠依個人而有差別.....睡午覺.....睡相

詢問室

嬰兒的流汗……………五四

嬰兒的大便……………五六

嬰兒的哭聲……………六〇

《方塊記事》

餵哺量的測定

智慧熱和生牙熱

○脚和脫臼

吮指頭和奶嘴

歪頭

神經質

可悟哺指數

訓練排洩習慣

三個月疝痛

使育兒工作輕鬆的方法……………六七

不要過度煩惱……………六八

育兒的心理準備

母親的煩惱

選擇家庭醫師……………七三

好母親的條件……………七七

奶奶是神明……………七九

讓父親也參加育兒工作……………八〇

母親有職業時的育兒工作……………八一

雙胞胎育兒法……………八三

平常的育兒工作……………八五

每天的育兒工作……………八六

尿布..... 八七

套上時應注意事項 洗尿布和晾晒法 尿布套子的洗法

詢問室

沐浴..... 九二

沐浴的重要性 要有自信 沐浴的準備 沐浴順序

沐浴法 浴後保養 沐浴時刻和時間

沐浴中嬰兒的樣子 可否沐浴 不能沐浴時
和大人一起沐浴

詢問室

保持嬰兒清潔..... 一〇六

外氣浴・日光浴..... 一〇九

外氣浴、日光浴的效用 特別需要勵行的嬰兒

外氣浴的方法 日光浴的方法

詢問室

嬰兒體操.....一一六

嬰兒體操的目的 嬰兒體操的方法

爲運動要注意的事項 月份和要開始的運動

背嬰兒.....一二〇

可否背嬰兒 背嬰兒的好處 背嬰兒時的注意點

詢問室

抱嬰兒.....一二四

抱嬰兒的重要性 不能抱時 抱成習慣的真相

詢問室

外出・旅行.....一二八

和月份的關係 交通工具 時間和時刻

外出時的服裝 帶去的東西 目的地的好壞

旅行中及旅行後所發生的嬰兒毛病

詢問室

嬰兒的環境……………一四一

嬰兒的房間……………一四二

詢問室

嬰兒的營養……………一四九

母乳正確餵哺法……………一五〇

詢問室

人工營養正確餵哺法……………一五六

詢問室

水分・其他飲料……………一六七

果汁和湯……………一六九

初期的斷奶食物……………一七四

斷奶中期的斷奶食物……………一七八

斷奶後期的斷奶食物……………一八二

詢問室

一週歲生日左右的食物……………一九〇

幼兒食物……………一九三

《方塊記事》

人工營養嫌惡症

斷母乳法

訓練吃飯時的禮貌

四季的育兒工作

一九九

春天的育兒工作

二〇〇

夏天的育兒工作

二〇一

詢問室

秋天的育兒工作

二一四

冬天的育兒工作

二一九

詢問室

《方塊記事》

預防接種的知識

半夜裏啼哭

火傷燙傷的急救處理

育兒用品用具

一三一

新生兒必需的用品用具

一三二

尿布

一三四

尿布的種類

尿布的條件

要準備幾條

尿布套子

一三六

尿布套子的種類和條件

使用時的注意

衣服和寢具

一三九

衣服的條件

種類和使用要點

寢具的要點

詢問室

育兒用具

一四三

選擇要點

主要的用具

玩具

到六個月

六個月以後

找玩具

詢問室

詢問室

二四六



瞭解嬰兒

分月份發育情形和照顧法

嬰兒是一天比一天地長大。

例如，遇到了不常碰面的朋友。「好久不見，就這麼大了啊！小手裏還會拿着玩具呢。來，給叔叔抱抱。」

我把他抱過來。好重呀！我再一次感到嬰兒的發育竟是如此的又快又棒。

如此，新生的嬰兒是在哭、笑之間，來迎接一週歲的生日。由蹣跚學步，繼而會跑，摔倒了，接著會遊戲了，就這樣成長到幼兒的。

現在我把他成長的過程，和其照顧要點，概括說明如下。

新生兒期

剛誕生為家庭一份子的嬰兒，老實說，不過是小小一點點的，只顧活着的存在而已。日常生活中，有時醒着，但大部份時間是在睡眠中過的。但他已經能夠用哭聲向父母充分地表