

霍爾德醫師著
幼兒之健康及營養
錢星海譯

THE CARE AND FEEDING
OF CHILDREN

L. EMMETT HOLT, M. D.

TRANSLATED INTO CHINESE
BY
ARCHIBALD P. CHIEN

民國十七年七月一日初版

幼兒之健康及營養

每冊訂價大洋壹圓

版權
所有
翻印
必究

著者 美國霍爾德醫師

翻譯者 蓬萊錢星海

發行者 蓬萊錢星海

代印者 商務印書館北平分廠

京華印書局

寄售處 商務印書館

及各大書坊

民國廿三年九月一日再版

再版序 一

我國嬰兒之產生，看護及營養，率皆由爲母者隨意料理，毫無研究可言；蓋以此等事乃婦女之天職，生養之道，不學而知也。孰意我國今日，一週歲之嬰兒，夭傷者，每年約計三百十萬一千六百餘名，幾佔出生嬰兒四分之三。即使苟延殘喘，而羸弱多病，未達入學年齡，即夭殤者，又佔百分之二十。可不悲哉！

此種驚人之死亡率，若欲銳減，凡可預防之疾病，更欲避免，應使社會人士，對於人體之構造，及其生理之作用，有相當之常識；及嬰兒之照料，與幼童之營養，有適用之技術；是則非賴環境設備，及文字宣傳不爲功矣。『幼兒之健康及營養』一書，關於嬰兒幼童健康上，料理之技術，及營養上，支配之程序，皆條分縷析，規定詳明，堪作育兒之南針。

二

曩者，本校及首都之國立中央助產學校，皆先後採用是書，以爲課程中『育嬰學，及兒科概要』所必讀之書。此外，普通婦女，若再人手一編，則是書之於兒童事業，及助產教育，當能有美滿之供獻也。值茲再版，故爲之序。

中華民國廿三年七月廿六日識於北平國立第一助產學校。

楊崇瑞。

再版序 二

兒童爲民族之本，欲復興民族，非提倡兒童事業不爲功。晚近一般人士，對於兒童之重要，漸有相當認識；以故年來滬上有兒童年之運動，本市衛生展覽有兒童神聖之標語。社會之注重兒童，由此可見一斑。譯者不才，未敢妄參末議；特以民族復興，關係綦重，凡屬國民，義不容辭；前曾譯有世界著名小兒科專家所著之『幼兒之健康及營養』一書。出版後，承國立助產學校歷年採爲課本，各處護士備作實習參考，及普通家庭用爲育兒指南；似於兒童事業，不無少補。茲因初版銷罄，特行付梓再版，以期廣爲流通，聊作兒童事業之一助。凡我同志，尙希有以教之。

中華民國二十三年八月十五日譯者誌於北平。

養 營 及 康 健 之 兒 幼

再
版
序
二

蘭安生教授序

(原序)

幼兒之榮養，爲中國公共衛生事業最重要之一工作之一，一週歲以內的嬰兒，尤應注重，其原因有二：第一，幼兒時期的夭殤率比較人生無論何年的死亡率都高；第二，幼兒時期內所施行的預防醫學（醫學分預防與治療兩種）的事工，收效極速且大，這是別的國家辦有成績可以證明的，所以應當爲儘先舉辦的一種。

嬰兒夭殤的重要原因爲母親方面的無知。霍爾德醫士著作『幼兒之健康及營養』一書，特意要革除這種原因。這本書在美國多半的家庭裡都案置一編，以爲育養幼兒的南針。此外不通英語的各國也都翻譯行世，其功用之大和價值之高可想而知。現在此書既經譯成漢文，凡屬受過教育的中國家庭應能普遍的採用，以育養幼兒了。

幼 兒 之 健 康 及 營 養

蘭安生教授序

一九二八年四月十六日識於北京協和醫科大學公共衛生科。蘭安生。

譯者序

(原序)

我國育養幼兒的知識非常缺乏。爲父母的都沒有相當的知識。爲父的多不注意，爲母的隨意育養，毫無方法可言。所以大多數的幼兒都黃瘦多病，天殤率極高，而母親身體之辛苦，與精神之煩惱，有非筆墨所能形容。幼兒們往往歷患兒科一切病症，幸而能掙扎逃出者，也是『飽經憂患，滿目瘡痍』，就造成現在多病的社會，和貧弱的國家。現在中國人不但不能和歐美先進國的民族相比較，就是和我們本國中古人比較，也是體格不及相差很遠。這就是種族退化的一個鐵證。若不急起直追，真是前途不堪設想。

西歷一九二三年秋前任美國哥倫比亞大學幼兒科主任教授，醫學博士霍爾德來到北京協和醫科大學講學，譯者得聆其演講，並且接近的

細談，才知道育兒一門，實在有科學，有方法，且有藝術，並不是無知無識所可胡亂辦理的。按霍博士歷充紐約醫學研究院講師，哥倫比亞大學幼兒科主任教授，紐約嬰兒醫院院長，羅氏醫學研究院董事，美國幼兒科學會會長，兒童健康會會長，羅捷斯特大學董事等職。他的著作非常的豐富，其流通最廣的有『幼兒的病症』一書，爲醫學學校的標準課本。再有『幼兒之健康及營養』一書，再版至十次之多，依據是書以育養的幼兒以百萬計。譯者細讀之下，覺得此書的材料，正是我國所急需的知識；若慎審遵行，確能解決幼兒的一切問題；所以趕緊譯出，以介紹於國人。將來養成強健的兒童，和健全的國民，及促成種族的進化，都是譯者的希望和禱祝。

西歷一九二八年一月一日譯者識於京師。

養 營 及 康 健 之 兒 幼

誌謝。

再本書譯稿承祝愼之醫士，馬季明教授，何志新先生多所指正，特此

譯者啟

幼 兒 之 健 康 及 營 養

幼
兒
之
健
康
及
營
養
序

幼兒之健康及營養

目次

第一章 嬰兒之健康

洗澡·····	一
生殖器·····	三
眼睛·····	五
嘴·····	五
皮膚·····	七
衣服·····	九
包布·····	一三
育嬰室·····	一四

換空氣.....一七

重量,增長,和發育.....二一

重量,高度,和頭部胸部尺寸表.....二三

生牙.....二九

第二章 嬰兒之營養

母乳.....三三

哺乳.....三五

哺乳次數,時間表.....三七

停奶.....四六

人工餵哺.....五二

養 營 及 康 健 之 兒 幼

選奶	五三
調和牛奶	五八
加糖	六〇
淡奶	六三
康健嬰兒的飲食	六六
量數	六七
調和純奶的方式	七一
康健嬰兒第一年的飲食表	七三
家庭裡調和牛奶	八一
餵哺嬰兒	八四
選擇方式的規則	八七

加增飲食	八八
減少飲食	九二
餵哺有定時	九三
餵哺有定量	九五
調奶, 餵哺	九七
失味	九九
嘔吐	一〇〇
汽, 胃氣, 疝痛	一〇三
便秘	一〇四
天熱	一〇六
不增重量	一〇六