

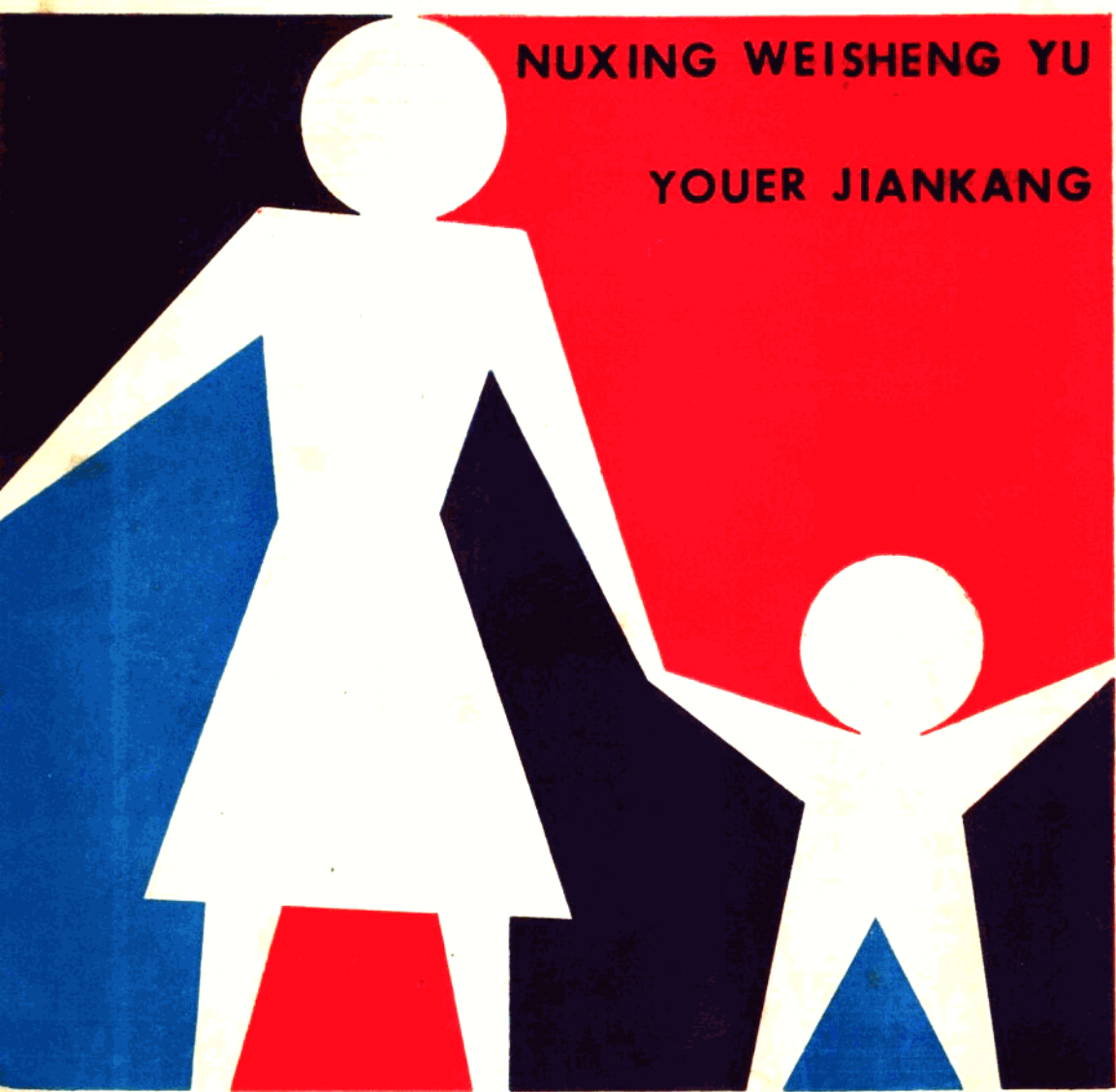
《女性卫生与幼儿健康》编写组编

女性卫生与 幼儿健康

科学技术文献出版社

NUXING WEISHENG YU

YOUER JIANKANG



人类的母亲 社会的未来

——祝《女性卫生与幼儿健康》出版

华嘉增

妇女是人类的母亲，儿童是社会的未来。妇女和儿童约占人口的三分之二。据世界卫生组织报道，全球人口中，育龄妇女占24%，15岁以下儿童占36%。这两组人的健康水平不仅直接影响整个人类的健康水平，而且还关系到民族的昌盛和人口自然素质的提高。

妇女和儿童的健康受经济环境、文化教育、风俗习惯、家庭社会等因素的影响。积极开展妇女健康教育，普及和提高全社会妇儿保健知识水平，逐步改变妇儿保健方面旧的、迷信的、不卫生的习俗，培养和树立新的、科学的、卫生的生活方式和保

健习惯，是提高妇儿保健工作水平的基础，亦是开展妇儿保健工作的重点内容。

妇儿健康直接关系到每个家庭的幸福，亦是社会健康的基础。母亲不仅是家庭的主妇，而且是孩子最早、最亲的保育员、教养员，是全家的保健员、营养员、卫生员。儿童是家庭的希望，自从计划生育被列为基本国策，提倡每个家庭生一个孩子后，怎样把孩子培育成为德、智、体全面发展的接班人，更是每个家庭、每对父母所关心的。

希望妇女和儿童保健工作者能主动、积极地宣传普及妇女和儿童的保健知识，希望广大读者能学习、了解、掌握这些知识，祝《女性卫生与幼儿健康》这本科普读物真正成为各个家庭的良师益友，为加速四化建设，促进我国的民族昌盛多做贡献。

孕期用药对胎婴儿的影响 孕期用药历来为未来的爸爸妈妈所关心，上海第一妇婴保健院长陈如钧将告诉你，哪些药会使胎儿致畸，哪些药对胎儿有影响，孕期用药的不同阶段又分别有什么禁忌。

高危胎儿的七个信号 谁都希望怀孕后能平安生产，但谁也难保其中不存在“万一”，在怀孕后何种情况需特别注意？请牢记高危胎儿的七个信号。

未婚泌乳是怎么一回事 热恋中的小珍珠姑娘突然闭经泌乳，羞急难容，当母亲的怀疑女儿行为不端，妇科医生揭示了其中的奥秘。

剖腹产的利与弊 有人为了挑一个“吉日”，有人为了逃避分娩的阵痛，还有人则是仅仅为了“顺产”，于是乎，走门路，写条子，千方百计要“吃一刀”。但一刀之下，利弊得失如何？请听产科专家的回答。

婴幼儿的哭闹 婴儿呱呱坠地的第一声就是哭。然而，哭却大有学问：饥饿、冷热、大小便会哭，脑膜炎、心脏病、低血钙、肺炎也会哭。音调有高有低，节奏有急有缓、时间有长有短……，年轻的妈妈应学会分辨宝宝的哭声。

遗传和先天性畸形 谁都希望生一个“十全十美”的宝宝，但令人不安的是，由于受环境和遗传因素影响，往往会出现各种各样的畸形……。

母乳喂养会影响体型的健美吗 爱美之心人皆有之，尤其是分娩不久的年轻妈妈，都希望自己能早日恢复原来的苗条体态，然而她们需要喂哺宝宝，有人说，母乳喂养会影响体型健美，有谁能为她解除烦恼呢？

早孕的自我认识 怀孕，人类得以繁衍的本能，同样是怀孕，有人喜来有人忧，喜者，爱情结出硕果；忧者，谁让粗心大意呢！然而，喜也好，忧也好，谁都想早日知道啊！

目 录

人类的母亲, 社会的未来	华嘉增	
迎接宝宝的诞生	石树中	(1)
孕妇的理想饮食	盛丹青	(19)
孕期用药对胎婴儿的影响	陈如钧	(25)
高危胎儿的七个信号	叶锦云	(27)
剖腹产的利与弊——妇产科医师一席谈	张宪舫	(16)
葡萄胎是怪胎吗?	冯桃莉	(17)
遗传与先天性畸形	石蕴芬	(27)
怎样做好“月子”	姜爱丽	(18)
母乳喂养会影响体形的健美吗?	凌秀娟	(23)
母乳、牛奶和婴儿喂养食品	思 泓	(24)
早孕的自我认识	陈亚君	(16)
婴儿的沐浴	邱申熊	(2)
婴幼儿的哭闹	沪 英	(2)
婴幼儿肺炎十问	伟 堂	(8)
“红屁股”的防治	肖 丘	(15)
褶烂	郑雪吟	(10)
奶瓶消毒	马炯荷	(26)
小儿便秘怎么办?	张锦蓉	(5)
腮腺炎要防并发症	唐建华	(7)
玲玲的扁桃体要不要摘除?	金 烨	(3)
倩倩的牙齿怎么变黄了?	陈连贵	(4)
儿童扁平足的康复	金 铎	(6)
儿童也会感染爱滋病	陆兴海、张虎宝	(13)
不可忽视的婴幼儿心理卫生	韩棟华	(14)
性教育要从儿童开始	贾霁光	(11)
父母应在孩子面前树立怎么样的威信	许积德	(13)
未婚泌乳是怎么一回事	马 兆	(20)
她为什么闭经	晓 军	(21)
妈妈为何发脾气?	瑞 医	(22)
中国妇幼保健工作与国际卫生组织的合作	蒋迪仙	(28)

迎接宝宝的诞生



·石树中·

妇女怀孕以后，胎儿生活在母体的子宫里，在羊水的环境中，安全舒适，无忧无虑。他们那里知道，父母们正为迎接他们的诞生而紧张操劳。

喜迎宝宝的来临，要做哪些准备呢？

首先就是要注意防寒保暖。新生儿皮肤娇嫩，抵抗力差，皮下毛细血管丰富，缺乏对冷热的调节能力，所有衣服、尿布、抱裙等物均应预先准备，以浅色、柔软、易洗、保暖性好为原则。一般用棉织品为佳，化纤类产品吸水性能差，而尼龙织品虽牢度强，光滑耐磨，但几乎不吸水，抱在手中容易滑脱，不宜作为宝宝的衣料。

内衣至少应备三件，可买现成的新生儿和尚式斜襟棉毛衫，也可用白色或浅色绒布自制。衣袖宜稍宽大，袖长应超过指端，胸部要有两层织物，保暖性能可提高。衣服的固定，使用系带比使用纽扣、揷钮好，不会擦痛新生儿。热天用倒（向后）穿式的内衣，较为凉快，但颈背部的结带宜柔软，系带位置可移到衣边部，以免磨擦皮肤。如逢盛夏，备两只中国式肚兜也很实用。

尿布至少要备四十块，可用棉质旧被单制

做。一般有两种形式，长方形的用布较省，由二至四层织物组成，大小以八寸宽，一尺半左右长为宜。两端有纱带，便于系结。这种尿布洗后干燥较慢，使用时大便容易泄漏。另一种三角形尿布是用二尺四寸左右的方形布对折而成，用布较多，但洗后易干，大便不易漏出。此外，现在也有一种一次性尿布，以棉纸制成，用后扔掉，不必再洗，使用方便，但花费太大。比较实用的方法是利用旧棉衣剪成几块约 8×12 寸大小的棉垫，吸水性能好，又可保暖，也可洗涤。

棉袄在冬天是必不可少的，至少应备两件。样式也以斜襟为好，做成可脱卸式的，需要时把棉胆套入，不冷不热时可当作夹袄，洗涤也方便。另外，能备两件小背心更好，优点是胸背部保暖性能好，而不妨碍两手的自由活动。

裤子在新生儿期一般不必穿，但3~6月后不包襁褓时就需要了，待出生后做也不晚。用背带式的比束腰式的合理，既有利于婴儿的呼吸，也不致于影响婴儿的胸廓发育。

襁褓应备2~3条，这是每个孩子出生后都必须的，我国民间习惯上都是做成方形小被头，这样拆洗不便，不如采用医院里的被套式，拆洗方便，将来即使不用时拆开就是一条小床单。近年有人把被套式的再加以改进，两边装上拉链，上边有穿带，可收小，下边中 $1/3$ 处加一方块，翻上后拉上拉链就象只睡袋。外出可当斗篷用。

宝宝出生前的第二件事是怀孕6~7月就得用毛巾肥皂擦洗乳头，一日数次，瘪奶头者，需经常拉伸或用负压吸引，以免今后宝宝吮吸时，奶头吸破或吃不到奶头而造成喂奶困难。

只有在母乳确实不足时才使用牛奶、奶粉作混合喂养，故奶瓶、奶头可在宝宝诞生后酌情添置，通常奶瓶至少要备2只，橡皮奶头6只，而吸奶器则可放在产后奶管不通时购买。

（本文作者系世界卫生组织妇婴保健研究和培训合作中心新生儿研究室主任）



上海医科大学附属妇产科医院 邱申熊

皮肤是保护身体的第一道防线，清汗的皮肤，表面呈酸性，能控制细菌生长。常给婴儿洗澡，能保护皮肤不受或少受感染。

婴幼儿洗澡时，室温应保持在 26°C 左右，不能低于 24°C ，水温应在 40°C 左右，否则婴幼儿易患感冒甚至肺炎。目前普遍使用的浴罩能起到较好的保温作用。

洗澡时，可将婴幼儿抱在手里或放在海绵（或泡沫塑料）垫上，毛巾宜小一些，以便一

只手就能捏干。浴皂最好使用对婴幼儿皮肤刺激少，又有杀菌作用的“婴儿浴皂”或“秋兰香皂”。洗澡时，先将肥皂擦在成人手上，再用带肥皂的手轻轻擦洗婴幼儿皮肤。应从上到下擦洗，先面部、头部、颈部，再上身、下身。重点部位是头部（头发）、颈部

（因有奶渍、汗水）、臀部（大小便残留物）、腋下、手掌和腹股沟，面部宜用毛巾轻轻揩洗，不要用水直接冲淋，以免洗澡水流入眼、耳、鼻、口，特别要防止流入外耳，易引起外耳道炎，流入内耳则会引起中耳炎。婴儿脐部必须保持干燥，经常积水容易使细菌繁殖。婴幼儿洗完澡后，即要用干燥柔软的大浴巾包裹，吸干水份，再扑洒爽身粉，民间常用的松花粉也具有滑爽肌体、保护皮肤和抗菌的作用。

婴幼儿的哭闹

· 沪 英 ·

哭闹是幼儿在学会讲话之前，求援或抗议的表示。“哭”是表达要求或痛苦的一种方式，年龄愈幼愈易因轻微刺激而哭闹。

啼哭的原因很多，大致可分为“生理性”和“病理性”两大类，前者是日常生活中小儿一种本能性反应，后者指患病时的表现，常伴有烦躁或被烦躁所代替。

生理性啼哭常较温和、响亮、婉转，要求得到满足后即趋于安静，如饥饿时喂奶即可止哭，口渴时喂水啼哭即止等。经过训练的乳儿尿前和排便时可表现啼哭。尿布潮湿，衣着过冷或过热、多汗、皮肤不清洁可引起搔痒而啼哭，衣带擦破皮肤，小虫（臭虫、蚊子）误

入外耳道也可致婴儿疼痛而哭闹。出生2—3个月内，婴儿的日夜观念尚未建立，生活周期紊乱，常是哭闹的原因。睡前嬉戏过度不能按时睡眠也易啼哭。

婴幼儿的啼哭，除具有语言信号的作用外，还能增加肺活量，增快新陈代谢，而且能使肋肌、膈肌、腹肌和四肢得到额外的运动锻炼。

但另一方面，因为婴幼儿不能用语言来准确反映自己的感觉和要求，故而啼哭也往往成为疾病发生和变化的早期征兆。任何疾病，凡是能引起机体痛苦和不适的，都可出现啼哭，但是啼哭的表现各有不同。

新生儿颅内出血，哭声突然，音调高尖无回声；脑膜炎时常有短声尖叫；肠痉挛常于进食后哭闹，重者可持久哭闹、翻滚；肠套叠呈突然阵发性哭吵；阑尾炎常表现为持续啼哭；肠蛔虫症则是阵发性剧烈啼哭；先天性心脏病患儿，哭声低而短促，有时嘶哑；肺炎小儿哭声往往急短，有憋气紧迫状；营养缺乏的患儿

玲玲的扁桃体要不要摘除？

瑞金医院儿内科主任 金 辉

张家五岁的玲玲，白白胖胖，逗人喜爱。但最近一、二年，每年总有几次喉痛发烧。每次到医院看病，医生都诊断为扁桃体发炎，玲玲的妈妈为此很着急。有人说，扁桃体经常发炎会影响健康，搞不好，还会引起心脏病、肾脏病，应该乘早把扁桃体摘掉。也有人说，不要摘掉，孩子大了，扁桃体就不会发炎了，不要让孩子“吃”一刀了。玲玲的扁桃体究竟要不要切除呢？

扁桃体是人体咽部两侧的淋巴组织，是淋巴系统的一个组成部分。扁桃体呈圆卵形，表

表现为无原因的持续性哭闹不安，且哭声细弱；低血钙和维生素D中毒者常惊哭；而药物中毒，如阿托品、非那更等，则多伴有明显的烦躁。

啼哭虽是婴儿表达其不愉快感觉的主要方式，但要注意啼哭的程度与疾病的轻重不一定成正比。往往在疾病严重时，患儿处于高度抑制状态而仅有痛苦的表情却不能哭出声或甚至不哭。

总之，我们要掌握正常啼哭的规律，消除引起啼哭的各种因素，学会鉴别病理性的啼哭，使您的宝宝能健康成长。



面略有不平，其凹陷处为隐窝的开口，常藏有细菌。扁桃体的外形像一只缺少翅膀的飞蛾，所以民间又称扁桃体为“乳蛾”。小儿出生时，淋巴系统还没有发育完善，所以，新生儿时期（出生后一个月内）往往看不到扁桃体，2岁以后扁桃体增大比较快，到了6岁左右扁桃体再一次增大，12岁以后逐渐退化、缩小。所以，小儿时期的扁桃体增大往往是生理现象。

随着孩子的成长，孩子在户外活动的时间相应增多。户外活动能增强孩子的体质，但也增加了接触病原体的机会。幼儿期（2—3岁）其扁桃体的功能还不够成熟，当细菌、病毒等病原体随空气侵入后，扁桃体就容易发生炎症；孩子长大后扁桃体吞噬和消灭病原体的能力逐渐增强，扁桃体发炎的机会就相应减少。

扁桃体急性发炎时，除了玲玲一样会引起发烧、喉痛之外，还可常常发现以下一些症状：

（1）扁桃体充血、肿大，有时扁桃体可以比平时增大一倍，堵塞咽部，引起进食困难。

（2）扁桃体上出现许多圆形小白点，类似透明的葡萄核，这是扁桃体内淋巴组织发炎的结果。

（3）在扁桃体隐窝处，有小片状的黄色分泌物，它是扁桃体隐窝中细菌、病毒和食物残渣等的混合物。

一旦得了急性扁桃体炎，应该如何处理呢？首先，应该及时到医院诊治，服用药物，

（如注射青霉素等抗生素）控制炎症，注意休息，进食容易消化的食物，如粥、面条、肉松、鸡蛋等。一般经过5~7天治疗就能痊愈。

对容易发生急性扁桃体炎的孩子，一定要重视预防。比如在感冒流行时，不带孩子到公共场所，寒冷季节外出时，注意保暖和戴上口罩，孩子玩耍不应过份；出汗后防止脱衣过多，以

免受凉，因为疲劳和受凉都会使人体的抗病能力下降，潜伏在扁桃体隐窝内的病原体很容易兴风作浪，引起扁桃体发炎。

扁桃体也是一个重要的免疫器官，它和人体的抵抗力密切相关。扁桃体和身体其他部位的淋巴结一样，能防御和消灭病原体的侵入，这种功能一般称为屏障功能。扁桃体摘除后，虽然扁桃体不会再发炎了，但孩子全身的抗病能力却下降了，也许更容易发生咽炎、气管炎，甚至肺炎。因此，一年内发生2~3次扁桃体炎，而且症状也比较轻，就没有必要摘除扁桃体。如果扁桃体经常发炎，影响孩子健康，或者急性发炎时，治疗不彻底，时间拖长后，扁桃体可能引起其他疾病，如风湿热、心脏病、肾脏病等。此时的扁桃体，就成了引起其他疾病的根源，医学上称为“病灶”。这时候的扁桃体对于人体就弊多利少了，应该及时摘除。

一般来说，出现以下几种情况，应该考虑做扁桃体摘除手术：（1）虽然经过防治，扁桃体仍然反复急性发作，或者还并发中耳炎。

（2）扁桃体过度肿大，影响呼吸和吞咽。

（3）慢性扁桃体炎，已成为病灶，引起身体其他器官疾病。作扁桃体摘除术，还应具备以下几个条件：（1）扁桃体未处于急性发炎阶段。（2）没有活动性传染病（如肝炎、结核病等）。（3）扁桃体炎引起的心脏病、关节炎、肾脏病，病情已稳定。（4）无出血性疾病，如血小板减少性紫癜、血友病等。

根据以上介绍，玲玲的扁桃体每年发炎的次数不多，年龄仅5岁，也无心脏病等并发症，所以玲玲不必作扁桃体摘除术。为了防止或减少以后扁桃体的急性发作，玲玲的妈妈应该重视本文中所提到的几点预防意见。

邻居家的情情是个活泼、聪明的孩子，尤其是她那一口白牙，衬着面颊上的一对小酒窝更惹人喜爱。谁料刚过5岁，一口整齐的白牙渐渐变黄了，刷也刷不掉，从此情情经常嘟起个小嘴。她妈妈也着急了，赶来问我这是怎么回事。经过了解才知道，情情喉咙痛时她妈妈常给她服用四环素。

原来四环素进入儿童体内后，可以与血液中的磷酸钙结合，沉积到正在生长的骨骼和牙齿中，使牙齿染色变黄，医学上称之为“四环素牙”。这不仅影响美观而且造成龋齿。尤其是幼儿，因肾脏发育不全，药物不能充分排泄，即使短期用药也极易引起乳牙的色

情情的牙齿

怎么变黄了？



素沉着和牙轴质发育不全。一般而言，剂量越大，染黄越深，牙轴质发育不全也更显著。再加上四环素还会引起小儿其他的一些不良反应，所以卫生部已经淘汰了四环素的各种小儿制剂。但临床上有时还会出现给小儿开写四环素处方，将成人用的剂量分几次给患儿服用，这是不妥的。

此外，四环素还能通过孕妇的胎盘和乳母的乳汁，进入胎儿和乳儿的体内。所以为了使你的孩子能长有一口洁白的牙

齿，孕妇和乳母也应尽可能地不要使用四环素。

（上海第六人民医院 陈连贵）

小 儿 便 秘 怎 么 办

上海华东医院 张锦蓉

便秘在儿童期很常见,病儿常由于排便艰难而啼哭不停,年轻的父母常为此伤透脑筋。那么,小儿便秘时应该怎么处理呢?首先,让我们先来看一看小儿发生便秘的主要原因是什么?

1、饮食不足:母乳喂养儿因母亲的乳汁量不足,人工喂养儿牛奶或其它辅食的不足及牛乳中糖量的不足,均可造成食物消化后的残渣减少而大便不足。夏天,出汗多,肠道内水份被吸收,致使大便干燥也可产生便秘。

2、饮食成份不适当:如果饮食中蛋白质含量过高,会使大便呈碱性,粪质干燥,排便减少。而食物中钙质过多也会引起便秘。例如牛乳中蛋白质和钙的含量多于人乳,因此,用牛乳喂养的孩子发生便秘要比母乳喂养的孩子来得多。

3、缺乏有规律的排便习惯:由于生活无规律或缺乏定时排便的训练,都可发生便秘。例如,2岁以后儿童的习惯性便秘多与精神因素有关,每当有便意时,受到外界的干扰而不能及时排便,时间长了,自然便意消失。或因家长过于强迫小孩大便,而引起逆反情绪,也是一个因素。

4、疾病:孩子有肛门、结肠或全身性疾病时也可发生便秘。例如,肛裂的病孩,由于肛裂的存在,排便引起的疼痛可使患儿抑制大便,停留在肠道中的大便,水份被过量吸收,更易发生肛裂,形成恶性循环。

小儿便秘的家庭处理:

1、因母乳或牛奶量的不足所致的便秘,病儿常因饥饿而啼哭,只要适当添加奶量,便秘即可好转。

2、牛奶喂养儿发生便秘,可将奶量稍减,加一点奶糕,常会奏效。也可增加糖量,即把牛奶中的糖量由原来的5~8%增加到10%,即每250克牛奶加25克白糖可有通便作用。

3、儿童便秘者若系蛋白质类食物进食过多引起,可适当减少蛋白质类食物的摄入,增加谷类食物,如米、面等,并增加蔬菜,如菠菜、芹菜、卷心菜和大白菜,以及水果类食物。这些食物含有较多的纤维素,可使大便成形,有利于大便的排出。

4、训练定时排便习惯。三个月以上的婴儿即可训练定时排便的习惯。幼儿可以在清晨或食后定时坐便。儿童应培养每日定时排便的习惯。习惯性便秘的儿童应该注意改善其排便习惯,家长不要强迫,而应说服教育,加以引导,避免患儿与父母之间有对抗情绪而妨碍排便。

5、饮食疗法。分娩后不久的婴儿出现便秘,一般在3~4个月,添加辅食后就会自然改善。能吃蔬菜和水果之后就会有更大的好转。若仍无效,采取饮食疗法会奏效。此时可补充进食润肠通便的食品。如蜂蜜有润燥滑肠的作用,便秘的孩子每天清晨饮60~90毫升的蜂蜜水,可有通便作用。核桃仁有较好的润肠作用,可用核桃仁50克,黑芝麻25克,分别在锅内用文火炒熟,然后一起捣碎混合,每日清晨服一匙。香蕉也有人所共知的润肠作用,便秘的孩子每天吃上1~2只香蕉,短期内即能见效。一次服10毫升的麻油也有通便作用。

6、刺激直肠通便。小儿便秘,家长不能滥用泻药,小儿消化功能不完善,服泻药后肠子的异常蠕动可能引起肠套叠或肠功能紊乱。



有不少儿童平时不喜欢走长路，往往一多走，小腿就疼痛，如果父母仔细检查一下孩子的两足底，常会发现孩子的足底部呈平板状，缺乏健康人所持有的足弓。医学上把这种儿童的足称之为扁平足，俗称平脚板。

正常人脚的骨骼呈弓形排列，脚背隆起，自然形成足弓，在负重、跑步和跳高时，足部承受的压力通过足弓起到一种缓冲减震的保护作用。处在发育阶段的少年儿童，若从小足部缺乏锻炼，尽管脚部的骨头亦无病变，但脚部肌肉和韧带的发育较差，或足部韧带承受过多的重量，如长时间站立，负重过多，儿童重病后行走过早等，都可引起扁平足。

初发扁平足的病儿，脚部外观并无异常，只是在负重时维持足弓的小腿肌肉疲软无力，

由于正常婴儿足心脂肪较多，初学站立时为了保持体位的稳定，几乎都采用两脚分开的姿势，所以，确定小儿是否有扁平足，要到2足岁以后才能作出有价值的诊断。

儿童扁平足必须及早矫正，否则会给全身发育带来不利影响。儿童扁平足的防治，在于使脚保持在功能位置上，使之在正常的姿势下生长发育。预防方法是让孩子光着脚在沙滩上或草地上行走，练习弯曲脚趾头，用脚的外侧缘着地走路，锻炼足部的肌肉和韧带。长期患病卧床的孩子，其足弓的肌肉和韧带软弱无力，病后的行走要慢慢地增加，切忌步行太早或走长路。家长也可以为扁平足的孩子制作一双矫形鞋，即在孩子穿的鞋子内侧弓放置一特制的小垫子，其高度约0.9厘米，成为人造足弓，以预防病足弓的进一步发展。

为矫治儿童扁平足，下面介绍一套保健操：

1、让孩子用双脚夹住球，在屋内慢慢地来回走动，力争不使球失落，每次3~5分钟，每日2次。

2、让孩子坐在地板上，用双手撑住地，两脚夹住球，双脚尽量高高抬起，保持一段时间。

3、取木棍一根放在地板上，双手抱头，赤足，踮脚在木棍上来回行走，每次3~5分钟，每日2次。

4、让孩子练习用脚趾从地板上夹起手帕，每日数次，每次3~5分钟。

5、让孩子站立，先将两脚尖靠拢，足跟向外分开，然后，反复将足跟抬起放下，连续做几十次。

在家中可把肥皂削成条状塞入患儿肛门，刺激直肠，通便效果好。也可用涂油的肛门表插入肛门，轻轻摆动，亦可以起通便作用。“开塞露”是一种常用的通便药物，小儿一次使用1/3只，注入肛门后家长应用手按住患儿两侧臀部向肛门推挤2~3分钟，以便注入的甘油等不至

于马上漏泄，刺激直肠壁，引起排便。

7、按摩法。小儿仰睡在床上，按摩者右手四指并拢，按在小儿脐中，以顺时针方向作环行按摩，不轻不重，柔中带刚，均匀地按摩300次，每日早晚各一次。此法有通便之效，且能增进病儿的食欲。

腮腺炎要防并发症

·唐建华·

流行性腮腺炎，俗称“痄腮”或“大嘴巴”，它是由腮腺炎病毒感染所引起的一种急性传染病，多见于学龄期儿童，表现为发高热，一侧或两侧肿胀疼痛，张口咀嚼及吃酸性食物时胀痛更甚。孩子得病后，家长一般都重视孩子的发热和肿大腮腺的处理，而往往忽视了腮腺炎并发症的发生。其实，腮腺炎对人体的危害不仅是腮腺炎本身，更重要的是其严重的并发症。

脑炎 脑炎是腮腺炎最常见的一种并发症，约28%的病孩出现明显的中枢神经系统症状，而脑脊液有变化者约占62%。一般在腮腺肿胀后3~10天出现症状。主要表现为发热、头痛、颈强直、呕吐、嗜睡和谵妄。多数症状较轻，大多在10天左右恢复正常。重症患者则可发生惊厥和昏迷，甚至致死。

睾丸炎 男性病孩中，约25%会并发睾丸炎，多为单侧性，约在腮腺肿大一周左右开始。表现为突然高热、寒战、睾丸胀痛伴剧烈触痛。症状轻重不一，一般持续3~4日至1~2周后消退。严重的睾丸炎可因腮腺炎病毒对一侧或两侧睾丸组织的破坏而发生肿胀和萎缩，可影响将来的生育能力，尤其是双侧睾丸炎可造成15~30%的男性不育症。

卵巢炎 卵巢炎比睾丸炎要少见，约占6~7%，病人症状也较轻。有上腰部酸痛，下腹部轻按痛，月经失调等。严重时在腹部可摸及肿大的卵巢伴压痛。但与男性患者不同，女性腮腺炎引起的卵巢炎一般不会引起不育症。

胰腺炎 常发生于腮腺肿胀后3~4天至1周，主要症状为体温骤升、恶心、呕吐、急性上腹痛、腹胀、腹泻和便秘等。有时可摸到肿大的胰腺，有明显的触痛及局部肌肉强直。症

状大多在发病后一周左右消退。

肾炎 儿童因腮腺炎引起的急性肾炎并不少见，大多在腮腺炎发病后一周内出现肾炎，有时与腮腺肿大同时发病。除表现为发热、咽痛、头晕、恶心和呕吐等消化道症状外，同时伴有腰痛、尿少、尿频、血尿、面部眼睑及下肢水肿和高血压等急性肾炎症状。随着腮腺炎肿胀消退，肾炎的临床症状就会减轻，多数在3周内完全消失，预后良好。

心肌炎 约有4~5%的腮腺炎病人会发生心肌炎，多见于病程的5~10日，表现为面色苍白，心率增快或缓慢，心音低沉，心律不齐和暂时性心脏扩大等症状，大多数病人在10天后可恢复正常。

多发性神经炎 部分腮腺炎病人在发病后1~3周可发生多发性神经炎或脊髓炎，而出现暂时性的面神经麻痹、平衡失调、三叉神经炎、偏瘫、截瘫和上升性麻痹等病变。

流行性腮腺炎引起的并发症不少，因此，得了腮腺炎后就应及早彻底治疗，防止并发症的发生。首先让病人卧床休息，高热病人应及时降温，并保证充足的水份供应，给予易消化的流汁或半流汁饮食，忌吃酸性食物，以免刺激腮腺而加剧疼痛。要注意保持口腔的清洁卫生。由于流行性腮腺炎是腮腺炎病毒所致，用青霉素或磺胺类抗生素一般无效。目前主张使用中药内服或外敷。口服中药以清热解毒剂为主，可取大青叶30克，板兰根30克，银花9克，薄荷9克，甘草5克，加水煎服。也可使用验方：蛇蜕一条，用香油炸焦，伴炒鸡蛋一个内服。板兰根注射剂也可一用。腮腺肿大部可外涂，如意金黄散，用醋或茶水调匀后，局部外涂，每日1~2次。辅以局部热敷效果更好。

婴

幼

儿

肺

炎

十

问

· 伟 堂 ·

肺炎是婴幼儿时期常见的疾病,据统计,婴幼儿急性呼吸道感染约占门诊病例总数的三分之二,占住院病例总数的三分之一以上,肺炎已是我国儿童死亡的第一位疾病,每年至少夺去30万名五岁以下儿童的生命。

婴幼儿为啥易患肺炎?

婴幼儿容易患肺炎,与婴幼儿呼吸系统的解剖和生理特点有关。婴幼儿的呼吸系统中,肺的发育不成熟,胸廓的活动度大大小于成人,加上小儿呼吸肌的不发达,更影响到肺的扩张。小儿的呼吸道长度比成人短,管径狭窄,一旦发炎,粘膜充血肿胀,很容易引起堵塞。另一方面,小儿呼吸系统局部免疫功能低下,容易感染患病,粘液腺发育不足,粘膜容易干燥,减弱了支气管等粘膜上的纤毛的摆动能力,导致排除灰尘、细菌和异物功能的减弱。此外,小儿肺的储备能力相对较小,一旦发生炎症,适应能力差。小儿肺部血管丰富,容易诱发肺炎。小儿肺容量小,含气量小,影响气体交换,也容易诱发肺炎。

发热会烧坏肺吗?

婴幼儿的肺炎在其典型症状出现之前往往出现高热,不少家长却因此认为是高热烧坏了肺部组织而发生肺炎。其实这种推测完全没有科学根据。发热仅仅是一种疾病症状而已,引起肺炎的致病菌才是病因。婴幼儿娇嫩的肺脏受到细菌或病毒的感染,发炎后,体内便会产

生一系列的反应,以抵抗入侵的“敌人”。其中,发热就是其反应之一。由于肺部炎症的进一步发展,病人可出现咳嗽、痰多、气急、呼吸困难、胸痛、肺部出现罗音等症状。因此,发热成为肺炎的早期症状,是人体的一种防御反应,而不是引起肺炎的罪魁祸首。发现孩子发热,同时伴有呼吸道症状,一定要去医院仔细检查,找出发热的原因。在病因不明之前,不要滥用退热药物,以防突然降温而发生意外。婴幼儿高热最好采取物理降温法,如用冷毛巾、冰水敷于前额、腋下、颈旁和腹股沟等处大动脉通过的地方,帮助散热、降温。其次,也可用酒精擦浴,以达到散热降温的作用。

如何创造良好的治疗环境

俗话说,生病以后,三分靠治七分靠养。良好的环境有助于患病机体的康复。对于患肺炎的孩子来说,什么样的环境和条件较为理想呢?一个好的环境必须具有适宜的温度、湿度和足够的氧气。有些家长因孩子患了肺炎,唯恐孩子受凉,往往把卧室搞得密不通风,加上室内成人吸烟,屋里生炉做饭等,使得室内空气十分浑浊。这样的环境对患肺炎的婴幼儿极为不利,有碍疾病的及时治愈。肺炎患儿最理想的环境是室内温度为18~22℃,相对湿度为60~65%左右,地面洒水或拖地板等都可增加空气中的湿度。保持室内空气的新鲜十分重要。新鲜空气中含氧量最高,每天早、中、晚应定时开启窗户,流通空气,但要防止病孩直接吹风。

怎样调配饮食?

婴幼儿患肺炎时常有高热,高热必然消耗体内大量的营养物质,而这时病孩胃肠道的消化功能往往较弱。因此,患儿的饮食应注意少量多餐,要进食易于消化吸收而又富有营养的食物。但要防止吃得过饱,胃容量的扩大会抬高膈肌,使肺扩张受到限制,有碍呼吸。当病儿

咳嗽厉害时，不能进食或强迫喂药，否则易使食物或药物呛入气管，引起吸入性肺炎，加重病情。呛奶的孩子可将奶加稠，如加入适量的奶糕或代乳粉，以减轻或消除呛奶的症状。气急明显时，每次的奶量应分为多次，不要急于一次喂完。小儿进食后要取侧卧位，以防呕吐物呛入气管内。患肺炎的病儿由于高热，体内经皮肤和呼吸损失的水份必然增加，家长和护理人员必须给病儿补充足够的水份，以利于退热，湿润呼吸道，使痰液不致于过份粘稠，有助于气管和支气管内痰液的排出。为此可让病孩在二次进奶期间喂以糖水或桔子水等。

咳嗽时应止咳吗？

肺炎的症状之一是咳嗽，家长往往让孩子服用止咳药。其实，止咳药物的使用是很有讲究的。肺炎病人出现频繁剧咳或刺激性干咳时，可适当应用止咳药。而对湿性咳嗽，尤其是痰多者，应使用助咳祛痰药。如果这时盲目使用止咳药物，虽一时止咳，但痰却不能顺利排出体外。含有大量细菌或病毒的痰液就会长时间地停留在支气管内，阻碍通气，使病人感到呼吸困难；另一方面，肺内丰富的毛细血管网又为细菌和病毒的生长、繁殖提供了良好的条件，从而加重疾病，因此不能滥用止咳药。有些家长还喜欢给咳嗽的孩子服用竹沥油。其实，淡黄澄清的竹沥油，并不是油，只因粗看之下颇象油，就被称为竹沥油了。竹沥油是化痰药而不是止咳药。化痰药不是每个咳嗽病人都可服用的。中医认为，竹沥油性寒，适用于热证。所谓热证，系指病人发热、口渴，喜食冷饮食，患者面红，小便短赤，大便闭结，痰和鼻涕稠厚或呈脓样。对这种热证咳嗽痰多者，竹沥油有着良好的化痰作用。但是，若病人口不渴，喜欢热汤，面色苍白，小便清长，大便稀薄，舌苔光滑，鼻涕清稀，不但服用竹沥油无效，反而会引起腹泻等症状。

痰咳不出怎么办？

婴幼儿患肺炎时，呼吸道分泌物多且粘稠，往往不易咳出。表现为呼吸时喉咙内痰声呼噜作响，既咳不出，又咽不下，尤以睡眠时更明显。做家长的常为此感到不安和焦急。为了能及时去除痰液，保持呼吸道通畅，除做到以上几问中所应注意的各点以外，对于婴儿，由于缺乏咳嗽反射能力，粘稠的痰液往往积聚在咽喉部，这时家长可用手指轻轻挖取口腔深部的粘痰。此外，还可通过吸入温热、湿润的气体，使粘稠的痰液变稀，易于排出，同时可减轻气管或支气管局部粘膜的充血和水肿，减少刺激，缓解咳嗽。如水罐法，将沸水倒入罐中，抱好小儿，使其口鼻对准罐口，持续吸入蒸气。也可让壶中蒸气进入床帐内，使之充满蒸气，持续20~30分钟后移开水壶，维持20分钟，让婴儿睡在床帐中吸入蒸气。有条件的可采用超声雾化器，其化痰效果明显。与此同时可使用淡竹沥油、氯化铵、痰易净和抗生素等药物，增加支气管的粘液分泌，使痰液变稀或溶解痰液，使痰液能迅速排出，从而达到祛痰镇咳、抗菌消炎的目的。

肺部罗音不消失怎么办？

使用听诊器检查肺炎病人的两侧肺部，往往能听到很多罗音。罗音是支气管的痉挛和分泌物的不完全堵塞，阻碍呼吸气体通过时产生的一种特殊声音。肺部罗音有干湿罗音之分。肺部罗音的存在说明肺部炎症尚未得到有效控制或治愈。不少病人经药物积极治疗，其它症状均已消失，唯独肺部的罗音迟迟不消失。这时可以进行一些辅助治疗，如改变病人的体位，做小儿保健操，晒日光浴等，以增强体质，改善肺部血液循环，帮助肺部罗音的吸收。还可外敷芥末泥，方法是将芥末与面粉各一份，用水调成糊状，涂在纱布上，敷胸或敷背，敷后要注意皮肤的变化，待皮肤发红时取下，每日1~2次。使用松节油敷胸也有

效，方法是取松节油一份，温水八份，用纱布浸湿，敷于胸部或背部，纱布上面可用温水袋加温约5~10分钟，至皮肤发红即取下。在敷胸时，应随时注意不要引起烫伤。敷胸前，可先涂以凡士林，再行敷胸。如采用花生油敷胸法，可将纱布在花生油中浸湿后包裹胸背部，经12小时后取下，此法简单而又安全，并能取得一定效果。使用拔火罐法，可选择罗音多的部位进行，每日一次。有条件的话，可采用紫外线照射胸部或背部，也可交替照射，每日一次，6~7天为一个疗程。

体位与疾病有什么关系？

肺炎患儿应及时治疗，家属应加强护理，尽可能让病人保持安静，以避免因烦躁不安加剧气急和缺氧。患儿卧床休息时，要注意卧姿。取平卧位时，体内血液易集中在肺部，使两侧肺发生瘀血，积聚的痰液也不易排出，影响肺部的气体交换，不利于疾病的治疗。应让痰多不易咳出且经常呕吐的患儿取侧卧姿，气急时上半身可稍稍抬高。经常改变患儿的体位，帮助患儿翻身或由成人经常怀抱，防止肺部瘀血，促进炎症的吸收，也有利于痰液的排出。

拍背有什么好处？

一岁以内的婴儿神经系统的发育不很完善，患肺炎时，尽管支气管内痰液很多，也不会有意识地咳嗽、吐痰。有些患儿咽喉部积有大量痰液，有时痰已经到了咽喉部，但又会自动咽回胃里，或在喝水和吃奶时从口或鼻腔中呛出。对于这种年龄的小儿，还可进行拍背疗法，帮助患儿排出痰液。具体操作方法是：患儿侧卧或抱起侧卧，家长五指微曲成半环状，即半握拳状，轻拍病孩的背部两侧。右侧卧的应拍左侧背部，两侧交替进行。叩击的力量不宜过大，要自上而下，由外向内，随着病儿的深呼吸和咳嗽，依次进行，每侧至少要拍数分钟，促使患儿肺部和支气管内的痰液松动，易于排出，保持呼吸道的通畅。这种拍背还可促进心肺部的血液循环，有利于肺部炎症的吸收，使疾病早日得到治愈。

什么叫冷空气疗法？

呼吸道是气体交换的出入通道，小儿的呼吸道粘膜及肺组织血管丰富，一旦发生炎症，便会发生充血、肿胀，而气管与支气管的管腔较小，呼吸道粘膜充血肿胀后，必然气管管腔进一步缩小，影响气体的交换，使患儿出现气急、喘憋、鼻煽、烦躁不安等轻度缺氧的症状。遇到这种情况，除送医院治疗外，通常还可采用冷空气疗法，常可显著缓解缺氧。所谓冷空气疗法，是指让患儿吸入稍冷而新鲜的空气来治疗疾病，缓解症状的一种方法。新鲜的冷空气（不低于零下5℃）可刺激上呼吸道的神经受体，从而使呼吸道通畅，减轻缺氧症状。具体做法是让患儿穿暖或包好，露出口鼻抱至窗前或室外背风处，呼吸新鲜空气，每日2~3次，每次10~15分钟，患儿缺氧症状可较快得到减轻，喘憋缓解减轻，呼吸平稳，面色转红，并逐渐入睡。若患儿吸入冷空气后症状无明显好转或面色苍白等，则应立即停止。

褶 烂

婴幼儿由于身体褶皱处积汗潮湿，局部热量不易发散，相贴的皮肤互相摩擦而引起充血糜烂。

身体褶皱处（如腋窝、颈部、腹股沟、臀缝、四肢关节曲面，肥胖婴儿会阴部等处）表面发红发热，糜烂，表皮剥脱，甚至出现浆液性或浆液脓性渗出物，是褶烂的症状。褶烂处产生臭气，患儿常常因疼痛而哭吵不安。

要防治褶烂，关键是保持皮肤褶皱清洁、干燥。浴后用细软布将褶皱中水分吸干，再扑些爽身粉，并勤换尿布，保持腹股沟、会阴、大腿等处的清洁、干燥。

（郑雪岭）

性教育要从儿童开始

上海市纺织局第二医院 儿科主任医师 费霁光

在儿童中开展性教育，实际上是对父母或保教老师进行与儿童有关“性”问题的学习或教育。这是因为儿童有很强的求知欲，对世界上的一切事物，充满着好奇心，常有提问多及追问到底的特性，对有关“性”的问题及一些常见的“性”现象的提问及好奇更是如此。如何父母或保健老师“我是从哪里来的”？孩子自觉或不自觉地抚摸外生殖器及对别人上厕所的动作感兴趣而喜窥视等……。父母等的对策不是胡编乱造，一骗了之，就是大惊小怪，加以训斥甚至挨打。这从小就给孩子一种错误观念，认为生殖器官是脏的，是见不得人的，这些问题也是问不得的……。因而凡与性器官有关的活动是要抑制的，否则便要受到惩罚，有害的性心理就此形成。由于孩子的逆反心理，常背着父母到处寻求答案，如从别处获得了有害的性知识则将贻误终身。北欧如瑞典、挪威等国早在40~50年代就开展了这项工作，日本在60~70年代也进行了相同的工作，并作为儿童早期教育的内容之一。我国近1~2年冲破了这个禁区，开展一些性教育的工作，但其对象主要是青年及成人，在儿童中还属空白。当前在孩子的周围，通过电视、电影、画报等看到一些袒胸、接吻、拥抱等……过去孩子们未见过的镜头或画面，我们更应当因势利导，进行这方面的教育，使孩子从小对“性”这个问题不感到陌生，不受到压抑。

一、在“性自认”的基础上达到“性识别”，在儿童中开展性教育是指0~7岁学龄前的儿童，特别是0~3岁的幼儿。因而严格地说，性教育是从0岁开始的。在0~1岁时除了让孩子吃饱，穿暖以外，还要有安静的环境及

父母的爱抚，如抱抱、吻吻，自己给孩子喂奶更能使孩子感到舒适和亲切。让孩子在接受爱的过程中，培养孩子成为一个仁慈而富有同情心的人。所谓“性自认”即性别的同一性。小儿出生后即有男女性别之分。出生后不久，孩子首先认识的是妈妈，在以后的几个月中，从妈妈的形象（面容、发型、服装）逐渐认识了其他的女性（姐姐、阿姨、奶奶等），从爸爸的形象（面容、胡须、服装、声音等）扩大认识了其他男性（哥哥、叔叔、外公等）。当然孩子自己也知道是弟弟或妹妹（自己的性别）。但在日常工作中很常见到家长把男孩子打扮成女小孩，如穿裙子、留长发、梳小辫，尤有甚者是擦口红、染指甲等……或者给小女孩打扮成男孩子，大家觉得很好玩，丝毫不认为这是个错误行动，其实对孩子起名字及买玩具（应当根据性别区别对待）等均有关关系，常此以往造成小孩“性自认”及“性识别”不清，性格及兴趣都会往异性方面发展。如男孩子缺乏刚毅气质，造成日后的“性倒错”及变态心理，这种例子为数不少。

二、对小儿提出的“性”问题要正确回答：3岁左右的孩子常常会问“我是哪里来的？”以及“楼上的妈妈怎么会养出小弟弟来？”父母亲或保教老师不是避而不答，就是胡编乱造骗孩子说“从外面拾回来的”，或是用什么东西调换来的，或说是妈妈吐出来的，不然就是用训斥的口吻说“小孩不懂，不许问”等……。应当正确而态度自然地告诉孩子说是从妈妈肚皮里养出来的。如果孩子再问从肚子的什么地方养出来的？就可说“在妈妈肚内长大以后，从妈妈的阴道中养出来的”。这么

正确回答有下列几个优点：1.孩子对父母增加了信任，使孩子对“性”有正确的认识，满足了孩子的求知欲。2.养成日后在“性”问题上乐意与父母商量。3.对孩子日后进入青春期是一种安全保障。当前不少青年男女对恋爱及选择对象方面多不愿与父母商量，而与同性别中的好朋友或同学商量。主要是孩子与父母间从来不谈，甚至不允许孩子谈论“性”问题的事实有关。此外在日常生活中偶尔看到其他裸体的男孩或女孩，甚至父母亲的裸体时，也不要大惊小怪，应泰然处之。以上这些是消除性神秘的最好方法。

三、不要压制小儿的求知欲及探究性，防止“性压抑”：由于孩子对世界上一切事物，充满着好奇心，常有提问多及追问到底的特性，对人体各个部位的提问也是如此，如问对外生殖器时，就很自然地直接告诉孩子是阴茎或阴道。或者在给孩子洗澡时把外生殖器的正确名称（阴茎或阴道）也像让孩子认识眼睛或鼻子一样告诉孩子。无论男孩或女孩都会自觉或不自觉的抚摸自己的外生殖器的，这是正常的举动，切不可加以训斥或嘲笑，可用玩具或讲故事等方式以转移其注意力。平时宜穿着较大的裤裆裤，或直接告诉孩子说那是小便的地方，摸来摸去万一小便不出就要生病了，而且可根据小儿提问时的年龄大小，顺便告诉孩子，男孩子的尿道就在阴茎内露在外面，所以要站着撒尿，而女孩的尿道在阴道上部不露在外面，所以要蹲下来撒尿，甚至尚可灵活机动的给孩子说，男人女人都是这样的。这么回答就满足和鼓励了孩子的求知欲。如加以训斥、打骂或嘲笑，则给小孩的心灵上造成了不少错误概念，认为外生殖器官是脏的，见不得人的，摸了就要受到嘲笑或训斥……由此产生了强烈压抑，出现日后性功能障碍，甚至影响终

身！

四、父母及保教老师，必须首先接受性教育，掌握基本的性知识：食欲与性欲都是与生俱有的行为，也就是本能，因为它们毕竟都是人类生存和发展的基本要求。难怪一、二千年前孔夫子也不得不承认“食色性也”。如注意观察在新生儿的男婴中可有自发性的阴茎勃起，女婴可伴有阴道分泌物，这都是最初的性表现。当然他们的性满足是肌肤的亲近所体现出的舒适感。著名的性心理学家弗洛伊德曾说“这种本能在婴儿时期是，婴儿的性欲趋向于在最亲近的人中找对象，男婴通常选择母亲，女婴则选择父亲……”。孟子说“人少则慕父母，知好色则慕少艾，……”。这种正常的性生理现象，在我国历来是学校不教，家长不谈。大有谈“性”色变之势，这主要是多年来封建流毒的影响！近年来逐渐冲破了这个“禁区”，做了不少开拓性的工作，如举办性教育学习班，开展性咨询门诊及在部分中学增加了青春期的教学内容等……。终于实现了周恩来总理的遗愿“一定要把青春期的卫生知识告诉男女青少年”。父母及保教老师明确了“性”是生理现象，“性”是一种专门科学。纠正了“性”是“黄色”、“下流”的代名词，知道了不按性别的打扮是一种错误行为及其危害，胡编乱造的解答孩子们提出的“性”问题，除抑制了孩子的求欲以外，尚可造成“性压抑”，甚至影响终身……，了解这些情况后，父母及老师思想上就有所准备。遇到孩子提出的有关问题时，就不会张口结舌或躲躲闪闪，而理直气壮地正确回答问题了。美国性教育家玛丽·考尔德伦博士曾说“在儿童期间接受有关“性”的培养和教育，将决定以后一生有关“性”方面的问题，这都说明了早期教育的重要意义。

父母应在孩子面前 树立怎么样的威信

· 许积德 ·

父母与孩子天天接触，父母的一举一动对孩子有着深刻的影响，所以说父母是孩子的第一任老师。有的家长为使自己在子女心目中树立“绝对”的威信，采取各种各样的方法来“强化教育”，归纳起来有以下几种。

1. 通过“严”来获得威信：摆出一副“老子”的架子，不分事情大小，孩子的一切行动都要家长同意才行。要

求子女对父母的言行绝对服从，有时家长明知是说错或做错也不承认，而孩子一有错误，训斥没完没了。结果使孩子长大后，没有主见，缺乏创造能力，缺乏远大的理想。

2. 通过“高压”来获得威信：“棒头下面出孝子”就是这些家长用“高压”的理论根据。孩子一有错误不是打，就是骂，表面上把孩子打得服服贴贴，其实孩子的内心并不服气。一位心理学家曾说过，“爱比维生素还重要”。每个孩子都希望自己的父母疼爱他。长期遭受打骂，使他产生一种想法，为什么我的遭遇与

别的孩子不同，难道我是家庭中的“多余者”？逐渐产生抵触情绪，一旦长大，有了力气之后就会抵抗甚至与家长对着干。同时造成心理发育上的偏离。心情孤僻、沉默寡言、畏惧、缩手缩脚、自卑，很少在他们的脸上看到欢乐的表情，失去了孩子的天真。有的孩子可能走向反面。为了摆脱打、骂，违心地说假话，欺骗、吹牛成为他的绝招，也会把自己的委屈、怨恨在别处发泄，可以虐待幼小的动物，更为严重的，从父母处学会的方法，以暴力来制服比他还年幼的孩子。

3. 以“溺爱”来获得威信：认为对孩子的要求百依百顺，孩子对家长的要求也会样样做到。因此平时随便许愿奖励，缺乏正面教育，对其错误的言行，也采取姑息的态度。日久之后孩子变得骄傲十足；或者缺乏自理能力，样样依赖别人。

以上所介绍的三种都是假的威信，孩子因为恐惧、无法抵抗或者为了达到某一目的，可能暂时地服从，但时间一久，假的威信就要失效。

父母在孩子中的威信主要通过日常的言行，起到示范作用，使得他们看得到，学得着，经过一段时间才逐渐树立。首先，父母应该从自己开始。

1. 家长要有自我修养：家长的言行是孩子

儿童也会感染爱滋病

被称为“二十世纪瘟疫”的爱滋病是如何传播的呢？经专家验证：爱滋病的病毒主要存在于血液、精液、唾液、汗液、尿、母乳和眼泪之中，其传播途径类似乙型肝炎，一般只通过体液交流传染。例如纽约一个名叫卡丽丝热的男婴，在输血后，突然食欲丧失，再不发育。经检查，该男婴因所输的是爱滋病患者的

血液，故此不再发育。而其母因怀抱哺乳其宝贝儿子，在频繁的接触中，也感染到爱滋病。

此外，因接触而传染爱滋病的也不乏其例，如护理患者的医生、护士，口腔科和内科医生也颇易感染，英国某患者在一次事故中严重烧伤脸部和手部，在医院进行皮肤移植手术后也不幸感染了爱滋病。

而染上爱滋病毒的妇女受孕后，也祸及婴儿，据联邦德国统计，现已有五百至一千名儿童因此而受爱滋病感染。

（陆兴海 张虎宝）

不可忽视的婴幼儿心理卫生

上海市儿童医院 韩锦华

人们谈起“卫生”，一般都认为是环境的清洁卫生和个人的卫生习惯，往往忽视了心理的卫生。其实心理卫生对一个人来说是非常重要的。对孩子来说，在不同年龄阶段要更注意不同心理的卫生问题。

胎儿期 指妇女从受孕到胎儿出生前这一段时期，胎儿生活在母亲子宫里，对子宫内外的环境刺激却有一定的感受能力和“学习能力”。这时就要开始注意胎儿的心理卫生。合理饮食、谨防疾病、力戒烟酒，活动适度，特别要避免生气、受惊，孕妇的情绪不稳，脾气暴躁，胎儿会感受到，出生后的新生儿容易哭闹，入睡晚，孕妇过度的焦虑、恐惧，易影响到胎儿的神经系统，出生后容易形成畸形。

乳儿期 指孩子出生到一岁这段时期。以喂奶来说，也有个心理卫生问题。母亲喂奶时应该有良好的情绪，把孩子搂抱在怀里，母子身体紧紧地贴在一起，母亲微笑着，抚摸着正

在吃奶的婴儿，这时婴儿不仅饱吮了乳汁，获得身体上所需要的营养，而且还享受到母爱的温暖。若是这个时期母亲情绪不稳，对孩子态度不好，把喂奶当任务，就会影响孩子的情绪。特别是六个月以后，孩子在生活中需要有舒适的衣袄，丰实的营养，新鲜的空气，充足的睡眠，此外还需要有彩色的玩具，优美的音乐，母亲的爱抚和逗乐，使孩子经常保持良好的情绪，就能促进孩子心理正常的发展。相反，如孩子得不到身体上及感情上的需要，长期见不到母亲，孩子就会好哭、呆板，长大以后，会个性孤僻，脾气古怪，不易与人相处，甚至会发生情绪障碍，影响精神发育，影响孩子的心理发展。

婴儿期 指一岁到三岁的孩子所处的时期。这时孩子开始懂事，逐渐产生了自我意识，因此心理卫生就更应重视，首先要注意断奶的心理卫生，有的母亲不是有计划地从小添

的表率。要求孩子做到的，家长自己首先要做到，否则就缺乏说服力。俗语说：“有其父必有其子”就是这个意思。如果家长自己有某些缺点或不良的习惯，为了教育下一代就应该首先克服，这就是无声的教育，无声的威信。

2. 家长应该是努力学习的榜样：孩子将来的学习、品德情况是与父母平时是否努力学习有一定的关系。“近朱者赤，近墨者黑”。家长平时抓紧时间学习文化、科学知识，无形之中对孩子起到良好的影响，孩子也会跟着家长努力学习。很难设想天天吹牛扯皮、打扑克、逛马路的家长能抓好自己子女的学习。

3. 家庭人员对待孩子的教育要一致：目前

家庭结构中还有一部分三代一起居住生活。祖辈、父辈从各自的角度关心孩子的成长，虽然教育好下一代是共同目标，但也难免出现教育要求、方法上的不一致，使孩子无法适从，也就是说，孩子听爷爷、奶奶的话呢？还是听爸爸、妈妈的话，孩子一般选择是对他目前最有利的。避免孩子有机可趁，为了取得较好的效果，家庭人员对孩子的要求要一致，标准的依据是谁的正确就按照谁的，不是以最年长者说了算数，这样在孩子中容易树立真正的威信。

（本文作者系上海第二医科大学附属新华儿童医院教授）