



世界卫生组织儿童手册之二

儿童的安全保健和 疾病护理

世界卫生组织编

保教人員學習資料之二
兒童的安全保健和疾病護理

河南省衛生廳婦幼保健處編

河南人民出版社出版（鄭州市行政區經五路）
河南省書刊出版業營業許可証出字第一號
地方國營鄭州印刷廠印刷 河南省新華書店發行

豫總書號：1203

787×1092 1/32· $\frac{11}{16}$ 印張·30,000字

1958年8月第1版 1958年8月第1次印刷

印數：1—10,085冊

統一書號：714105·21

定價：(7)0.09元



例 言

社会主义建設事業全面大躍進之后，占人口总数二分之一的广大妇女迫切要求从家庭事务中解放出来、積極参加各項建設事業，因而，工礦、农村和城市的各个街道，在短短的時間內普遍建立了托儿所和幼儿园組織。保育員和教養員的队伍也隨着来了个大發展，有些地方甚至是由無一躍而到大的，所以这些幼兒保教戰綫上的新手，如飢如渴的需要一些學習資料来幫助她們熟悉、掌握業務。为了滿足同志們这一要求，我們除編写了适合保育員和接生員學習的兩種教材之外，又編了这套學習資料。

这套學習資料共五本，是在衛生部原妇幼保健局編印的“兒童衛生常識叢書”的基础上根据当前形势、需要，修改、*編成的。主要供幼儿园的教養員和托儿所的保育員學習参考，从中可以获得幼兒保健和常見疾病防治等知識。孩子們的家和初小教师也可以参考。

这套書的編整時間十分急促，缺点、錯誤一定还有，希讀者多多提供意見，以便再版修正。

河南省衛生厅妇幼保健处

1958年7月30日

目 录

- 一 空气衛生与环境.....(2)
- 二 家庭的病儿护理.....(8)
- 三 預防儿童遭受意外危險.....(16)

一 空气衛生与环境

每一个人都知道，人們的日常生活中如果有几天不吃东西，不致有生命的危險；但是人們如果在几分鐘內不呼吸，就要死亡；这也就簡單的告訴了我們，空气对于人們生存在宇宙中的重要性。

人为什么要呼吸空气才能生活？簡單的解答这一問題是：空气中主要的成分是氧气（占空气的五分之一）和氮气（占空气的五分之四），除此之外，还有些水气、碳气和很小量的其他气体；人們必須依靠空气呼吸到肺部，空气中的氧气通过肺部血液循环輸送到全身肌肉，神經系統和其他一切器官，起着氧化（注一）作用，才能生活下去。犹如燒柴、燒煤及其他燃燒东西，如果沒有氧气，也是不会燃燒起来的；就是最容易燃燒的汽油，如沒有氧气也不会燃燒起来；因此，我們人类和动物如离开了氧气，就不能生存。人們的生活必須依靠在足量的氧气的空气中，一秒一分的生命時間都起着氧化作用。在燃燒的过程中，空气中的部分氧气和碳气化合，發生了二氧化碳及其他气体，人的呼吸也同样起着氧气和碳气化合的作用，如果每次呼吸及每次燃燒，就会或多或少的增加空气中的碳氧化的气体，同时减少氧气。但是植物在日光之下，通过氧化作用可以补充人类所消耗的氧气。

室内空气衛生 整个空气重要性已在前一段說明了，人們的日常工作，大部分的時間是在室内的，室内空气所給人們的影响如何呢？說明这一問題，我們如果把住房門窗都严密的关

閉起來，除了室內的人呼吸外，室內在冬季要燃燒火爐、木柴等，晚間還需要點煤油燈或蠟燭等等，都是需要氧氣的，如此情形，會不會就能將室內氧氣有用完了的可能呢？在這方面，蘇聯專家也曾作了研究，得出的結論是不可能的。

清潔的空氣，經過人們的呼吸後，除了含有較大量的二氧化碳的氣體外，由於皮膚不時排出的汗液，另外還有大量的水蒸汽又由於溫度繼續的增高，此外，我們人每一晝夜經過肺及皮膚所排泄出水分為一公斤，一般液體的煮沸後所產生的水蒸汽，洗衣服、被褥等經過日晒也增加空氣中的水分，這些水分，如果不設法經過通氣方法而去掉，則存留在空氣中，再加上其他的因素，可以影響到空氣的質和量。例如：人們身上出了汗和塵土或污垢（身上的、衣服上的、被褥上的）混合後，就會發生一種異味；垃圾桶內存留食物的殘渣，因腐化而發生臭味，如不將蓋蓋得嚴密，臭味即能外溢；在習慣上人們喜歡在冬季留存一些食物，也可能發生異味，甚至在地窖內貯藏的食物，日子過久，因發酵或腐化而發生臭味，燃點煤油燈過久或燈罩不潔或燈芯沒有修剪，也會產生不悅的嗅覺氣味；土地中有时亦會自然的發生出一種臭味；人們吸紙煙的氣味尤其是低級紙煙的氣味，往往使室內空氣不清爽，是最常見的因素。同時紙煙內含着少量的毒素，這毒素不僅對吸食者沒有益處，而且對室內其他健康的人，也有不良的影響等等。但是這些空氣中不應有的成分，有些是可以避免發生的，有些是可以減少或減輕的。如我們的衣服被褥常常的洗淨，則異味越少；物質腐化或生霉時，應立刻拋棄；垃圾桶蓋可以蓋嚴密一些；油燈的使用，在人睡着以前，可以熄滅；食物的儲藏在地下室如不宜，可設法移置屋外；在臥室內盡量的不吸煙；這都是清潔空氣的有效辦法。但是我們住屋的空氣，要完全消滅“混濁”和減少

空氣內的“不健康分子”，只有常常暢開門窗，使室內外空氣時常的交流暢通，則空氣自然總是新鮮而清爽的空氣了。

混濁的空氣，是否除掉異味會使人感到不快以外，還有沒有其他的因素？解答這一問題是：我們生活習慣上在購買食物時，總是要買新鮮而不腐化的食物，否則我們寧願受餓，也不願意吃已發臭味的食物，因為吃了腐化的食物，往往是致病的原因；但是對一刻不能缺少的空氣，反而不注意他的質量和是否新鮮？是否對於我們的健康有着不良的影響，一般人往往的就忽視過去了，這是很不對的；我們應當而且必須認識空氣是人類無時無地的不在需要之物質，我們人類既不能停止呼吸，就必須和空氣發生關係；我們成人每一分鐘就要呼吸十至二十公升的空氣，這樣大量的空氣，日日夜夜的都要經過我們肺部，他的質量好壞，不可能和我們人類的健康毫無影響。科學家經過實驗證明，如果我們長時間生活在不新鮮的空氣中，首先就會不自覺的減少我們呼吸量，使我們的呼吸淺，肺部擴張不大，影響氧氣的吸入；如此使身體內各組織不能很好的工作，因此在工作過程中比較就會感到疲倦。此外不新鮮的空氣阻礙我們深呼吸，致使部分肺部可能擴張很少或根本不擴張，全使肺部失去正常作用，間接的就障礙了血液循環；我們為了保持健康，首先必須維持正常呼吸，而欲維持正常呼吸，只有在新鮮空氣環境中才能獲得。

空氣時常流通，可以去掉空氣中過多的水份，這對人們的健康也是有利的，空氣流通除可以減少空氣中的塵土外，同時塵土中往往含有微生物，如結核菌、感冒病毒以及其他病原，也隨空氣流通而消滅。因此，房間的窗戶能時常暢開流通空氣，對於減低疾病的傳染，是有很大的效力的。過去有許多人以為經常處在混濁空氣中生活認為已然成了習慣，不會受到不良

影响，这种說法是完全不正确的：因为一个人長期处在不新鮮的空气中，他的健康一定会被混濁空气所摧殘的。

居住人的房屋中，空气內多多少少含着水份的，如果水份不太多，对于人的健康是有利的。相反的如水份少，空气就干燥，干燥的空气也会使人感到煩燥。同样室內空气中水份过多，就会感到潮湿，在潮湿的环境中，人們又感到冷，为了保持室內温度，必須增加爐子的热度，这时又会使人感到煩悶而不舒适。所以空气潮湿的房間，是更需要將窗戶常常暢开的。否則即会产生不悅的嗅味，是不利于人的健康的。

室內空气中的水份，絕大部分是由于人們日常生活所需要的水而蒸發出来的，如滿壺的水放在爐子上煮开，經過一定的時間，壺中的水即減少了一半。水的減少原因，是水經過煮开后，变成汽，蒸發到空中，空气中的水汽逢到冷气，又凝固变成了水滴凝結在窗的玻璃上，如此，周而复始的，使空气中的水份增加了，我們如何設法控制室內的空气水份的含量，有兩個办法：第一要常換空气以加速空气的流通，使空气中的水份散布到旁处去，这样，室內潮湿的物件也容易干了；第二是提高室內温度，也是減少室內潮湿的方法。第二方法不如第一个方法好，我們前面已經說过，增加室內温度，会使人感到煩悶，如果要照第二方法进行，应当使室內空气流通，要更好的利用气窗。

避免室內潮湿方法：

（一）在住室內不应烘晾任何潮湿的衣服被單鞋袜等等，如因气候的关系不能晾在露天，最好放在房檐下讓他風干，或在廚房內烤干；如水洒在木板地上应細心地用擦布擦干，晒在磚土地上应用干熱土吃干扫出。冬季室內如不感覺干燥，不宜在爐上煮大桶的水。

（二）室內有水缸或水箱貯水，必須用盖盖严。水缸或水

箱最好不放在室內：

(三) 用水擦地板時，不要使水流在地板縫內，如有縫應設法堵塞住；擦地板時，要將窗戶暢開，可使地板容易干燥；

(四) 每日清晨起床後，打掃清潔時，應將窗戶暢開一次，以使一夜積存室內空氣內的水份因空氣交流而散失或減少，全日也應暢開窗戶數次；

(五) 室內的家具，不要完全靠近牆邊，因為這可以妨礙室內較暖的空氣達到牆上；

(六) 居住人的房屋，在冬季應注意使日夜二十四小時內不斷的保持相等的溫度，因室內空氣能保持一定的溫度，才能將空氣中的水份也能保持相等的程度，不會使室內增加潮濕，如室內空氣在二十四小時內不能保持相等的溫度，夜間空氣較冷，空氣中的水份就要凝固成為水滴，存留在玻璃上或牆上，即增加室內潮濕的。

怎樣使室內溫暖 有很多人以為在冬季里，室內的溫度愈高愈好，寧願多呼吸一些所謂混濁的空氣，也不願將室內高溫降下來，這是不對的。室內溫度過高，可有兩種不良傾向，第一能增加人的疲倦，睡眠時也不安穩；第二在外出時很容易遭受感冒。最適宜的溫度為攝氏表十八度，在寒帶地區的嚴冬的時候，室內溫度亦不宜超過攝氏表二十二度，再高就不相宜了。

使室內能維持溫度的工具就是火爐與暖氣了，但暖氣的裝置，不是一般人都能辦得到的，普通取暖的工具具有火爐及炭盆兩種。火爐如裝有煙囪的，應時常的查看有沒有被堵塞住，如果堵塞則煤煙就冒在室內的四處，同時人們就呼吸到肺部。有許多煙里，常常含着所謂煤氣，這種煤氣即是“一氧化碳氣”。一氧化碳氣是一種毒氣，對於人是非常有害的，如吸入過多，能使人喪失生命。沒有煙囪的爐子如沒有將煤燒透如將要燃燒完

了的时候，都会产生一氧化碳气的；这种爐子放在室内取暖，更是非常危险，有时虽然敞开窗户，室内空气仍可能含有大量的一氧化碳的毒气，而会使人感受到头痛、头晕甚至昏迷；如果此时窗户紧闭不开，空气不流通，那末更为可怕了。我国冬季时常有人中了煤的毒气而病而死的，多半是与室内取暖爐子没装烟囱或处理不宜及窗户紧闭所造成的。有人说：一氧化碳是有异味的，以为空气中如有一氧化碳，就先会使人们嗅觉到的，这完全不正确的。因为一氧化碳是没有气味的一种气体，所嗅觉到的则是别的一种气体，人们呼吸时即可以在不知不觉中就吸入，正是一氧化碳没有异味，才能加重他对于人们的危险性，使人不容易预防。中毒的病状，最常见的是头痛、恶心、呕吐，中毒严重的有失去知觉或昏迷不醒，此时应立刻将中毒的人移到室外空气新鲜的地方并实施人工呼吸法，同时应将窗户敞开，使空气能很快的对流，则室内所有一氧化碳及其气体亦很快的冲淡了。

保持室内适宜的温度，而且没有如上述的被一氧化碳气体中毒的危险，在采用某一种的爐子，是应加考虑和研究的。有许多人为了节省，在住室内装有烟囱的铁爐子来取暖，爐火升着了很快，热的也快，但火灭了，涼的也快；因此，用这种爐子来取暖的住室，就会有时太热，有时太冷，在这房内的人，就很容易受感冒。为了这种经济打算，可能并不能达到节省的目的。我们如改用磚牆的壁爐——即牆内砌成一个爐子，并在牆内砌成来回盤旋的烟囱再直通到屋顶上的式样的壁爐——是比较好多了。这样爐子在生火后，热的不快，但火熄了后冷的也慢，在室内能保持一定的温度，算起来是比较铁爐子经济了。在我国东北和苏联早有了这种爐子。还有取暖与燒飯两用的一种爐子，又方便又能取暖，是比较前一种更经济了，他有

两个烟囱，一个直通到屋顶，一个盘旋在牆内，两个烟囱有一处是相联的，在冬季时可將第一个烟囱用鉄板堵住，改用第二个烟囱，則室内温度与前述式样的爐子并無兩样。这种爐子是比較科学而安全的，也是值得介紹的。

注：氧化作用就是物質和氧氣化合的作用。

二 家庭的病儿护理

照护有病的儿童，是一种相当麻煩的工作，既須細致謹慎，并且需要能对疾病护理有适当的了解。母亲們要不断的向医师和护士們學習，而医师和护士們也有責任教导母亲們如何照护有病的孩子，怎样給吃藥，如何制备病儿的营养品。很小的嬰兒是不会說出自己有什么不舒服的，只是会哭会鬧，細心謹慎的母亲們，每从嬰兒生活的表現中，体会到自己的孩子有某一种要求时，給他合宜的处理或撫慰；孩子一旦有了病，母亲們往往要晝夜不息的为儿童的疾病而辛苦着，耐心的护理病儿；在使病儿获得合理的照护，母亲們勢必將一天的工作要妥當的安排下来，除了自己休息飲食和日常的家庭工作和清潔工作外，还必須注意到病儿有充分的睡眠。因此，也有必要禁止其他閑人在病儿的臥室进出。

病儿的床位应当放在光綫充足的地方，但要注意不能使日光直射在病儿的身上，以避免强光刺激眼睛。在床旁可預备一个小桌子，放置碗筷以及兒童自己喜愛的玩具，可是藥品及醫藥用具必須另放在一处，要在取用时方便。病儿所用的毛巾或手巾，則可挂在病儿的床上。

病儿在發高烧或睡眠不穩时，应尽量設法使病儿能得到充分的睡眠時間，如病儿病态呈現神志不清或昏迷的状态，母亲应立刻去請医师設法治疗。

病儿室内尽可能將不用的家具減少或搬出去，每天要將室内清扫几次，留戶应时常暢开至少每天数次，以使室内空气流通，开窗时应为病儿加盖被褥或毯子，头部可用毛巾盖上，在关窗以后，須等待室内空气轉温时，再將被褥或毯子、毛巾取掉。开窗的时候，病儿的母亲或其他护理人要穿上温暖的衣服，坐在病床旁边，看护病儿不要將加盖的被服掀掉。

病儿床每天必須大整理一次，在整理之前，最好能將病儿放置另一床上，床上的油布要用潮布擦干淨，被褥被單要拿在外面清扫，被單髒了应加換洗，病床上务使平坦不生綹紋，因为床上不平坦很容易使重病人患褥瘡。以后还須随时查看病床上有無遺留下的食物屑或玩具等，如有应立即清理。

病儿的清潔衛生 如洗臉、洗澡、換衣等等是護理病儿的必要工作，每次在开始作清潔衛生工作之前，先作好一切准备，如果需要另外的人帮助时，也要在事先找好。病重的孩子，每天可以躺着洗臉，头下先垫上千毛巾或清潔的旧布，然后用棉花或毛巾浸沾温开水擦臉、頸及兩耳；擦澡时亦用干毛巾垫在身下，用另一毛巾浸水擦全身，再用干毛巾擦干，特別要注意皮膚有綹紋的地方，如腿弯、腋下、肛門周圍等处，在肛門处擦干时可敷上一些凡士林或煮开过的菜油，每次大便后也必須洗淨擦干再敷上一些凡士林或煮开的菜油。病儿兩手須用清水肥皂每天洗数次，洗澡時間，除由医师指定專为治疗所需的時間以外，每次不可超过五分鐘，以避免病儿的过分疲倦，同时室内温度亦不宜低于攝氏表的十八度，浴水的温度当在攝氏表三十七度至三十八度。洗完后用温热的毛巾擦干，再將病儿

放入已經設法溫暖的被褥中，給他喝熱的飲料，切不可使病兒將被褥掀開。

洗澡的次序是先洗背部，擦干后再洗胸部及腹部、四肢，每部分洗完時，即以溫熱的毛巾裹上或蓋上，再開始洗其他部分。

病兒皮膚指甲和頭髮的護理 病兒的皮膚應注意使其不發紅，不生膿泡，不生褥瘡。預防不生褥瘡，有以下的幾種辦法：（一）尽可能使病兒變換躺臥的方向；（二）注意床上的清潔，被單要平坦干燥無折；（三）在擦洗或沐浴後即檢查病兒全身一遍；（四）可以用橡皮氣圈墊在身體壓重的部位（橡皮氣圈上最好加上布套）。

手指甲和腳指甲必須隨時剪短，每次給病兒梳頭髮，是增加病兒疲勞的，所以頭髮剪得愈短愈好，以免每天梳洗。

眼睛的護理 病兒眼睛有時會生膿害眼的，應禁止用手摩擦眼部，也要避免強烈的燈光及日光刺激病兒的眼睛；眼睛生膿是非常奇癢的，而且眼皮也時常被粘住，病兒有此病後，就越發不斷的用手摩擦眼部，所以母親們要特別注意這一點；母親發現病兒有了這種情況時，就應以硼酸溶液每天給病兒洗三、四次可以減輕癢的程度。洗眼之前，預備清過毒的脫脂棉花，貯存在有蓋的罐子里，用時即以棉花球沾硼酸水洗眼，每眼至少用一個。病兒經過醫師的指示與開給處方後，母親得為自己的病兒滴上眼藥；滴眼藥的方法按醫生指示做。

耳的護理法 熱敷對於治療耳病是一種很有效的方法，先以棉花貼在耳的四周，再用熱水袋斜靠有病的耳朵上，如須敷用油膏，要將油膏溫熱再敷在耳的四周，用棉花包上，敷以熱水袋。此種熱敷，必須靠緊耳之四周皮膚，不要蓋在耳輪上，在耳輪上可以加蓋較厚的棉花一塊，要比敷用的布大一些，然後用細帶裹上。

鼻的护理 鼻內的清潔，用小塊棉花或小塊紗布絞成小細條，經過消毒手續，塞在鼻孔內，片刻取出，再清洗另一鼻孔。洗过后用棉花条蘸油、石油或已煮过的植物油，放入鼻孔，或直接用小玻璃管或小匙子滴入藥液；所用藥品或油类必須溫熱后使用。滴藥的方法，如系嬰兒可使仰臥床上滴藥，已能自己坐起的孩子，可使坐直头往后仰臉部向上，母亲左手托住下頷，右手滴藥，滴完藥后使病儿坐于床上或平躺臥片刻，再任兒童自由側轉。

口腔护理 病儿在發高烧后，或有嘔吐，或是腹瀉，他的口腔內是时常干燥的，有时也会發痛。減少这种現象，須不断的給少量的溫开水喝，嬰兒的飲用量，每次不要超过一茶匙，如用奶瓶喝水，要注意含进奶头不能太深，以避免刺激喉头而發發生嘔吐。自己已能漱口的病儿，每天早晚要漱口各一次。

病儿的营养問題 病儿是需要更多的营养，用以維持他的抵抗疾病的力量和促进恢复健康的。在某种情况下，病儿食欲很低的时候，必須要設法供給病儿所需的营养；在医师指导下，應給病儿一种特备的飲食，用少吃多餐的办法。不病自食的嬰兒可以用奶头或匙子喂食，切忌不可大口大口的喂。遇到患气急和咳嗽的病儿，每次喂食，不但要少喂，更要特別注意慢慢的喂。食物以流質的熱的小塊而細碎的为主，喂食时不要太急，应当給他有休息的机会。食物的容积要小，尽可能要濃一些，病儿少吃而所得到的营养并不少。

解 病儿吃母乳时也要慢一些，有时病儿無力吸吮母乳，母亲应将奶慢慢挤入病儿口內。如系人工授乳，可以吃一吃，停一停，不可过急，同时在停吃的时候，应將奶瓶放在热水內以維持溫度，等待病儿再吃。病重的兒童，喂奶时更要注意，先使病儿斜傾在母亲怀內，帶上圍嘴，用小匙喂食，徐徐送进口

內。

自己能进食的病儿，先在病床上架一小桌，使儿童坐起，慢慢的吃。有时因病儿病重或因呕吐不愿自行进食时，则不必勉强他吃，可给以小量的温热饮料；最为重要的必须多喝一些温开水。乳儿因患病而呕吐时，母亲可将奶挤出，温热后，用小匙喂吃。

腹泻时的护理 经过多次腹泻的儿童，身体一定会变成软弱不支的，就是在更换床单时移动腹泻的病儿，也往往会使他疲乏不堪；因此，在护理患腹泻的儿童方面，必须注意以下几点：护理患腹泻的病儿，更换衣服的时候，先准备好用水、毛巾、油和干净被罩，再为孩子脱衣服，一边擦洗，一边穿衣，轻轻放在已经整理清洁的床上。此外对于患痢疾的病儿粪便必须谨慎处理，此种粪便内含有能传染痢疾的细菌，必须防止他的传播。因此，病儿所换下来的被罩及衣裤应加以消毒；消毒的方法，病儿的大便内最好能先倒入用百分之三的石炭酸溶液，然后倾倒在厕所坑内，再用白石灰粉盖上；换下来的床单、被褥罩，亦必用百分之二的漂白粉溶液中加入浸洗，或用清水煮开再洗滌，护理病儿大便后，母亲的兩手亦必须用肥皂清水洗净。总之，必须设法将可能传染的病菌杀死，以免蔓延。平时更要注意消毒藥水之保藏，不可使儿童随意拿着玩，以防危险。

患腹泻的病儿，每天由于排泄粪便而由体内失去的水份很多，必须注意随时补充；病儿在睡醒时，应每隔十五分钟喝水一次，如病儿睡眠时间较长，则不必这样，但必须多喝一些水，以补充体内所需要的水份。喝过多的水，亦有未宜。患痢疾的病儿，因大便次数太多，能使肛门发生裂纹而致疼痛，可以在大便后，用水洗净肛门，再擦上少許的凡士林。

咳嗽气喘病儿的护理 患这种病的病儿，可用枕头垫在上半身下，头部要抬高使病儿半坐半躺，呼吸可以稍为松快，咳嗽也可以减轻些。病儿坐卧的姿态须常加变动，尤其在患支气管炎的病儿，时常变换坐卧方向，更是必要，以避免因痰的淤积而转变成肺炎。同时肺内的痰，也容易吐出。患肺炎的病儿，不应常时睡在床上，可由母亲或护理人抱起（必须先將病儿加上衣服）往来踱步，抱的时候要轻一些，不可摟得太紧，免致妨碍病儿的呼吸。

發冷打抖 儿童偶然的会發冷打抖，脸色蒼白，手脚冰冷，处理这种情况，我們要用热水袋或用瓶装上热水增加被褥内的温度，并酌加盖被褥，使儿童安臥在較高温的被內，并給儿童較热的水喝。热水袋和热水瓶須用布包上避免燙伤皮膚。

皮膚病的护理 患皮膚病的儿童，在护理方面，是相当困难的，最重要的是預防抓破和受感染。患皮膚病極痒，使儿童感觉不舒服，虽然可以应用各种的处方来治疗皮膚病，首先还是注意防止被抓破而化膿。防止儿童自己用手去抓痒，常为儿童的指甲剪短，在医师指导之下，可用二十公分長的一塊布（用八層紗布或已經洗淨的旧布制成）把手及前臂包起，距离肘之上下各長十公分。如此，前肘不能向上弯曲，即不能再用自己前手去抓臉部。包扎不可太紧，在包扎肘部后如手指發青白色，証明包扎太紧，血不流暢的原故，应立即放松或除去。患皮膚病儿童的服裝，必須寬大，腋下和腿弯处更要寬大些。

測量体温 为嬰兒測量体温，最好使用肛門表，將体温表有水銀的一头，稍稍抹上一些凡士林，插入肛門中，此种方法，往往儿童要哭；另一方法是將体温表放在腋下或大腿弯的皮折中，至少須將体温表掩盖一半，母亲同时握往儿童的臂或大腿，使稍弯曲不动，均需十分鐘取下查看温度度数，当时記

下，每天在清晨及午后四至六时测量各一次。

喂藥的方法 在取藥时，首先要看清藥瓶上的藥名，不可拿錯。用藥的份量必須也要看清应吃多少，既不可多，也不应太少。流質的藥品可用小匙子慢慢的喂（喂藥时应小口小口的喂，一次不可太多），如系瀉藥可以混合在奶中来喂食，藥丸須研碎后，溶于水中或奶中用小匙喂食，母乳液养的嬰兒，可將母乳挤出少許和藥混合一起，再用小匙子喂。喂蓖麻油时，应在乳后或飯后一小时后，并先用溫水將油盪热再給孩子吃，如果小孩不肯开口吃藥，可用手指輕压小舌下顎，使口張开再喂。

热敷 热敷是一种消炎的办法，如用在癰瘡上可以消腫或助長他的快熟，热敷的作用，是相当多的。热敷的方法，用清潔的布或洗干淨的毛巾浸在滾热的水中，或医师处方的藥水中，取出稍稍擰干即敷在患处的上面，再盖上油布或橡皮布一类的东西，在油布上再遮上一塊較大的絨布，然后用綢帶包扎上（注意设伤皮膚）。热敷去掉后，絨布仍应留在患处，不便病儿感到驟然的冷热。使用热敷时及在热敷后短時間內，非經医师指示，不应作戶外活动。

冷敷的方法 冷敷一名退热，有时候因为病儿体温增高，必須用冷敷的方法来減退；在处理病儿疾病中，冷敷是一种常用的方法。冷敷法比較簡便，用一塊比較大的毛巾或布浸入冷水內，擰干敷在医师所指示的部位。冷敷很快的被身体的高溫所溫热；因此，必須时常更換或輪替浸在涼水內再用。另外一种冷敷方法是用冷水袋，以冰塊打碎裝入冰袋，挤出空气再盖紧袋盖，包上毛巾或布，要輕輕的放在头上。冷敷和冰袋敷，应多少時間更換一次，可照医师的指示办理。

各种沐浴 我們先談談热水浴，热水浴是一切沐浴的起