



1-12 个月宝宝智能发展测评表

life

快乐生活系列丛书

超级宝宝 月月谈

郭秀芝 编著

早期教育与其说给孩子许多东西，倒不如说是不让孩子失去许多东西。

可让父母轻松掌握：

小儿生长发育特点

体格和身心发育指标

科学喂养、保健、教育技巧

智能测评

易患疾病

疫苗注射

容易发生的意外

气象出版社

超级宝宝月月谈

郭秀芝 编著

气象出版社

图书在版编目(CIP)数据

超级宝宝月月谈/郭秀芝编著. —北京:气象出版社,

2004. 1

(快乐生活系列)

ISBN 7-5029-3694-7

I. 超... II. 郭... III. 婴幼儿—哺育—基本知识

IV. TS976.31

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 103984 号

责任编辑:孟庆彬 终审:纪乃晋

气象出版社出版

(北京市中关村南大街 46 号 邮编:100081)

网址: <http://cmp.cma.gov.cn> E-mail: qxcbs@263.net

电话: (010) 68406961 传真: (010) 62175925

北京燕南印刷厂印刷

新华书店总店北京发行所发行 全国各地新华书店经销

开本: 889×1194 1/32 印张: 9 字数: 200 千字

2004 年 1 月第一版 2004 年 1 月第一次印刷

ISBN7-5029-3694-7/R·0062

印数: 1—10000 定价: 16.00 元



新生儿智能测评表

第一个月

分类	项目	测试方法	通过标准	出现时间
大动作	抬头 扶坐	小儿俯卧位， 用玩具在头前面 逗宝宝抬头 双手扶小儿上臂外侧	能左右转头 头竖立2秒以上	第 月第 天
精细动作	抓握	给小儿手指或玩具把 能紧握	握10秒钟以上	第 月第 天
言语	喉音	和小儿对视说话， 小儿会发出元音	发a、o、e等元音	第 月第 天
认知	看图形	将靶心图等置小儿正 面20厘米处，能注视	注视7秒钟以上	第 月第 天
	听定向	用哗铃棒声在距小儿 头部10厘米处摇动	会转头寻找声源	第 月第 天
社交形为	逗笑	用语言和表情逗笑	有微笑等愉快反应	第 月第 天
自理	识把	用声音“嗯”和“嘘” 示大小便	对声音刺激有 反应而大小便	第 月第 天

※请认真填写并保存



前言

科学研究证明，儿童的大脑中蕴藏着丰富的潜能，如何使他得到充分的发挥，抓住他们头3年尤其是头一年脑发育最快、最重要的关键期，给予科学的、适当的教育，这不仅是每个儿科医生、儿童教育者的责任，更是我们每位家长的责任，因为“家庭教育是教育的起点，父母是孩子的第一任老师，也是影响一生的最重要的老师”。要想达到这个目的，就要掌握打开儿童智慧宝库的金钥匙：它就是**“全能和科学育儿理念、知识、技术和方法”**；也就是必须要了解儿童各年龄段身心发育的规律，特有的言行、思维、情感方式与启发和教育的特殊技能、技巧。

当你们怀上宝宝的时候，在惊喜的同时，不要忘记，你们对儿童的教育工作就开始了，因为胎儿就能接受教育，胎儿的大脑会因刺激而得到促进和发展。胎儿是在身体不断完善当中的“小精灵”，而新生儿具有惊奇的能力，以独特的方式适应世界、适应刚刚开始的生活。利用他们可以接受的方式进行教育能极大地促进智能的发展。实践证明：**科学的早期教育可以提前三分之一时间成才**，但若错过了这个时期，孩子们就可能永远达不到他们可以也应该达到的智力发展水平，所以著名专家威特说：“**早期教育与其说给孩子许多东西，倒不如说是不让孩子丢失许多东西**”，可见早期教育在儿童成长过程中起着至关重要的作用。

这本书将是你开发0~1岁宝宝智慧潜能的朋友。0~1岁是人生的起点，也是一生中脑发育最快的时期；如初生时脑重是350克，而到1岁时，脑就迅速增长到了950克（到3岁时1100

克)。

实践证明，胎教和早期教育同等重要，因为胎儿期 6~10 个月至出生后第一年，是脑细胞数量的增殖期，如果抓住这个脑细胞分裂最活跃的时期，给予充足的、合理的营养，积极的科学的教育，将为孩子一生的智力发育奠定一个坚实的基础。

此书会让初为父母的家长掌握 1 岁以内每个月的小儿生长发育的特点、体格和身心发育的指标、如何科学喂养、保健、教育的技巧、智能测评、易患的疾病、预防注射、容易发生的意外等七个方面的知识，按月龄逐一阐述，通俗易懂，使科学育儿早期教育的工作，从专业化走向普及化，普及到每个家庭，让每位家长一看就懂，一学就会，在游戏的愉悦中、温馨的亲情中完成早期教育，使每个孩子都不失时机地得到应有的教育，成为既聪明又健康的超级宝宝，使我们中华民族不断提高民族素质，为祖国高速度的发展提供合格人才，为奔向世界前列，培养出最勇敢、最智慧的开拓者。

海淀妇幼保健院 郭秀芝

于 2004 年元月

目 录

前言

第一个月新生儿阶段	(1)
一、“阿化”评分(Apgar)	(1)
二、新生儿特点	(2)
三、新生儿 20 项行为神经测定	(8)
四、新生儿期的身心发育	(17)
五、智能训练和情商培养	(20)
六、新生儿的科学喂养	(30)
七、新生儿保健	(38)
第二个月婴儿	(50)
一、2 个月婴儿的身心发育	(50)
二、智能训练和情商培养	(54)
三、2 个月婴儿的喂养	(67)
四、2 个月婴儿的保健	(74)
五、2 个月婴儿易患的疾病	(79)
六、预防接种	(81)
七、预防意外发生	(81)
第三个月婴儿	(83)
一、3 个月婴儿的身心发育	(83)
二、智力训练和情商培养	(86)
三、3 个月婴儿的喂养	(93)
四、3 个月婴儿的保健	(95)
五、3 个月婴儿易患的疾病	(97)

六、预防注射	(99)
七、预防意外发生	(101)
第四个月婴儿	(102)
一、4个月婴儿的身心发育	(102)
二、智能训练和情商培养	(103)
三、4个月婴儿的喂养	(114)
四、4个月婴儿的保健	(117)
五、4个月婴儿易患的疾病	(120)
六、预防注射	(122)
七、预防意外发生	(122)
第五个月婴儿	(124)
一、5个月婴儿的身心发育	(124)
二、智能训练和情商培养	(125)
三、5个月婴儿的喂养	(134)
四、5个月婴儿的保健	(138)
五、5个月婴儿易患的疾病	(141)
六、预防注射	(144)
七、预防意外发生	(145)
第六个月婴儿	(146)
一、6个月婴儿的身心发育	(146)
二、智能训练和情商培养	(148)
三、6个月婴儿的喂养	(156)
四、6个月婴儿的保健	(158)
五、6个月婴儿易患的疾病	(161)
六、预防注射	(162)
七、预防意外发生	(163)
第七个月婴儿	(164)

一、7个月婴儿的身心发育	(164)
二、智能训练和情商培养	(165)
三、7个月婴儿的喂养	(173)
四、7个月婴儿的保健	(176)
五、7个月婴儿易患的疾病	(178)
六、预防注射	(180)
七、防止意外发生	(180)
第八个月婴儿	(182)
一、8个月婴儿的身心发育	(182)
二、智能训练和情商培养	(182)
三、8个月婴儿的喂养	(189)
四、8个月婴儿的保健	(193)
五、8个月婴儿易患的疾病	(195)
六、预防注射	(196)
七、预防意外发生	(197)
第九个月婴儿	(198)
一、9个月婴儿的身心发育	(198)
二、智能训练和情商培养	(198)
三、9个月婴儿的喂养	(205)
四、9个月婴儿的保健	(210)
五、9个月婴儿易患的疾病	(211)
六、预防注射	(213)
七、预防意外发生	(213)
第十个月婴儿	(215)
一、10个月婴儿的身心发育	(215)
二、智能训练和情商培养	(216)
三、10个月婴儿的喂养	(222)

四、10 个月婴儿的保健	(224)
五、10 个月婴儿易患的疾病	(226)
六、预防注射	(227)
七、预防意外发生	(229)
第十一个月婴儿	(230)
一、11 个月婴儿的身心发育	(230)
二、智力训练和情商培养	(230)
三、11 个月婴儿的喂养	(238)
四、11 个月婴儿的保健	(240)
五、11 个月婴儿易患的疾病	(245)
六、预防注射	(247)
七、预防意外发生	(247)
第十二个月婴儿	(249)
一、12 个月婴儿的身心发育	(249)
二、智能训练和情商培养	(250)
三、12 个月婴儿的喂养	(257)
四、12 个月婴儿的保健	(260)
五、12 个月婴儿易患的疾病	(264)
六、预防注射	(265)
七、预防意外发生	(266)

第一个月新生儿阶段

十月怀胎，一朝分娩。孩子以他（她）响亮的哭声，宣告了自己的诞生。离开了母亲宫内温暖的“海洋”生活，来到了神秘不解的大千世界。从“胎儿大学”毕业了，又要开始谱写人生的新篇章。

新生儿根据胎龄（在母亲体内生活的时间）可以分为：

足月新生儿：指大于 37 周而不足 42 周娩出的新生儿。体重在 2.5~3.9 千克之间。

早产儿：指大于 28 周不足 37 周的新生儿。体重轻，各器官发育不成熟，生活适应能力差。需要精心护理和喂养。

过期产儿：指大于 42 周出生的新生儿，由于母亲胎盘老化，供给氧气及营养物质功能减弱，易发生宫内窘迫，新生儿窒息、难产、产伤及低血糖等，属高危新生儿。

根据新生儿出生体重可分为：

低体重儿：指出生体重小于 2.5 千克，多见于早产儿或足月小于胎龄儿。

正常体重儿：指体重在 2.5 千克以上 3.9 千克以内的新生儿。

巨大儿：指体重等于或大于 4 千克的新生儿。除正常发育较好的孩子外，还多见糖尿病母亲生的孩子，易出现低血糖。

一、“阿化”评分（Apgar）

用五项标准来衡量新生儿出生的状态，判断新生儿有无窒息

及其他程度,有心跳、呼吸、肌肉张力、喉反射、皮肤颜色五项标准。生后1分钟和5分钟评定(临床上正常新生儿只做1分钟评定),根据体征应得分数为0分、1分和2分三个分数线,得分越高,新生儿越接近正常,满分为10分;得分越低,越不正常,窒息程度越严重。

判定:8~10分为正常;4~7分为轻度窒息;0~3分为重度窒息。窒息的新生儿需要治疗,重度窒息要立即抢救,否则会发生生命危险或产生严重的后遗症。

二、新生儿特点

新生儿是个十分娇嫩的小生命,中枢神经系统及各脏器发育都不够成熟,所以具有以下特点:呼吸浅而快,有时节律不规则,甚至有呼吸暂停情况,早产儿较多见,以腹式呼吸为主。每分钟40次左右。新生儿心率偏快,波动在120~160次/分之间。由于皮下脂肪少,体表面积相对较大,散热快,体温调解能力差,又刚从36℃左右母体内娩出,多出现暂时性体温不升,尤其早产儿、窒息儿更为严重,需要给予保暖,否则易引起新生儿硬肿症,新生儿皮肤薄、嫩、末梢血流缓慢且血红蛋白偏高,而遇冷或哭闹时口周或末梢(手、脚)可出现青紫,且抵抗力弱,容易造成皮肤感染。新生儿睡眠较多,每天在20个小时以上。

1. 新生儿感觉器官的发育

皮肤感受器:位于皮肤上,有触觉、温觉、痛觉等各种感受器。

触觉:新生儿触觉在某些部位已发育很好,如当触及小儿口唇时,即引起吸吮动作;当刺激口周围皮肤时,即引起张口觅食的动作。

温觉:新生儿对冷的反应很灵敏,胎儿生出瞬间受冷空气刺激时,即引起哭声,同时也开始了第一次的呼吸,从此肺泡张开,

开始承担呼吸功能。

痛觉:痛觉是存在的,但比较迟钝。如肌肉注射,取耳垂和足跟血时,可引起哭的反应。

嗅觉:新生儿嗅觉感受器在胎儿时已发育好,对强烈刺激物有较敏感的反应,而对刺激性小的气味则反应迟钝。

味觉:味觉感受器发育较好,足月新生儿可对不同味道的东西有不同的反应,对苦、酸味东西有痛苦和拒绝的表情,对甜的东西乐于接受,甚至可引起吸吮动作。

视觉:新生儿的眼已有视觉反应,当用强光刺激时可引起闭目,但新生儿的眼睛,因解剖上的特点而呈生理远视,调节功能也不好,看不清东西,往往出现一时性斜视,或两侧眼球运动不对称。据专家观察发现,新生儿可看清 20 厘米远处,尤其喜欢看黑白相间的图案。

脑:出生时脑平均重量是 350 克左右,头围平均为 34 厘米,约为成人脑重的 25%,9~14 天出现第一个天然性条件反射。生后母乳喂养的小儿,自 9~14 天开始,每当母亲抱起他(她)来,还没把乳头放到口中时,小儿即出现了吸吮动作。说明大脑皮质已经有了接通功能,但是,因为此时新生儿大脑发育还不成熟,所以所能形成的条件反射数量少,速度也慢。

2. 新生儿期常见的生理现象

新生儿有几种特有的生理现象是暂时的,随着年龄的增长而逐渐消失,如马牙、乳房肿胀及新生儿月经等,有些家长不了解这些是生理现象而惊慌失措,抱着几天的婴儿到处求医,所以,初为父母之人,了解这些情况很重要。

(1) 粟粒疹

新生儿出生后,在鼻尖及两侧鼻翼上可以见到针尖大小的、密密麻麻的黄白色小结节,略高出皮肤表面。这是因为新生儿皮

脂滞留所引起的。一般生后一周就消退了,这属正常生理现象,小儿无任何感觉,不必做任何处理。

(2)“螳螂子”

新生儿及乳儿口腔颊部有坚厚的脂肪层,叫颊脂体。这种结构便于吸牢奶头,有利于吸吮动作的进行。有的新生儿生来两块颊脂体较大,通过吸吮锻炼更发达而向口内突出,俗称“螳螂子”。随着小儿长大,会逐渐消失。

(3)“马牙”

婴儿出生不久,牙龈粘膜出现白色韧性小颗粒,如绿豆粒一样大,医学上称“上皮球”,俗称“马牙”,它实质上是牙齿的奠基者。是无生命的东西,可慢慢消失,小儿无任何不舒服感觉。千万不要擦破“马牙”,有的农村有个坏的习俗,主张用黑布将其擦破,这样容易造成感染,导致败血症,会危及生命。

(4)生理体重下降

婴儿出生头几天由于吃奶少,要排出胎便及小便,而且呼吸较快,皮肤相对表面积大,经肺及皮肤蒸发的水分较多,生后2~3天会出现体重下降(低于出生体重),一般要下降6%~9%,约6~7天恢复,这并不是营养不足,是正常的生理现象。

(5)脱水热

新生儿体温调节功能不健全,当室温较高时,小儿会突然发烧,有时可达38~40℃左右,一般发生在出生后的2~4天。这多因饮水及乳量不足引起,若饮用足量液体后,体温即可恢复正常,严重者可到医院输液治疗。

(6)生理性黄疸

多数新生儿在生后2~3天出现黄疸,黄疸轻重不等,皮肤、粘膜、眼球巩膜(即白眼珠)发黄,4~5天黄疸最重,可能会波及到躯干和四肢,7~10天消退。除黄疸外,孩子没有其他异常,如精

神好、吃奶香、大小便正常,这就是生理性黄疸。一般早产儿消退较慢,可达2~3周,产生的原因有以下几个方面:

①小儿出生后,由于肺呼吸的建立,使大量红细胞破坏而产生的胆红素增多。

②新生儿肝功能发育不完善,参与胆红素代谢的肝脏酶量少且活性较差,胆红素到肝脏后转为结合胆红素及排出的过程受阻,胆红素大部分仍以间接胆红素的形式存在于血液中。

③胆红素排到胆道后,胆道排泄的功能亦不完善。

④胎便粘稠,不易排出,从大便排出胆红素的过程受影响,增加了胆红素在血内的堆积。7天后,各项功能逐渐完善,胆红素或被结合,或被排出,而使黄疸逐渐减轻至消退。

(7)乳房肿胀

由于受母亲体内雌激素、孕激素、生乳素等的影响,部分新生儿(无论男女)有时出现乳房肿胀,有的还会分泌乳汁。一般过1~2周(个别小儿可延迟至2~3个月),这种现象可逐渐消失,千万不要受旧的习俗影响而挤乳头,容易造成乳腺炎,孩子会出现发烧,乳头周围红肿,有脓性分泌物等症状,重者可引起败血症,需到医院及时求治。

(8)新生儿“白带”和“月经”

有些女性新生儿出生一周内,可出现大阴唇轻度肿胀,阴道流出少量血液,有时还有白色粘稠分泌物从阴道口流出,称为新生儿“月经”或新生儿“白带”,这是由于胎儿在母体内受到雌激素的影响,使新生儿阴道上皮增生,阴道分泌物增多,还可以使子宫内膜增生。而当胎儿娩出后,雌激素水平下降,子宫内膜脱落,阴道就可以流出血液和白色分泌物,持续一周左右就消失了,这也属正常生理现象,因此不必紧张。

(9)新生儿包茎

新生儿的男性外生殖器包皮与阴茎头间都有粘连,使包皮不能上翻。婴儿2岁左右,包皮与阴茎间粘连部分逐渐被吸收,包皮就能上翻,露出阴茎头,包茎消失。若不消失,应给予治疗。

(10)先锋头

自然分娩的小儿,在娩出过程中,随着阵阵宫缩,头部逐渐下移过程中,受到产道的挤压,使颅骨发生顺应性变形(颅骨可重叠),头被拉长,尤其先露部的头皮可以发生水肿,临床上称为产瘤。一般小儿在出生1~2天内自然消退,小儿不痛不痒,对健康也无任何影响,不需做任何处理。

(11)头颅血肿

难产与自然分娩的新生儿较为多见,常在婴儿出生后1~4天之间,可以看到部分新生儿的一侧头顶或双侧头顶(较少见)凸起一个鼓包,大小不等,小者如红枣,大者如鸡蛋,摸之有囊性感,无疼痛感,鼓包不越过颅骨骨缝,可与先锋头相区别。这是由于分娩过程中胎儿的颅顶盖和产母骨盆间接地相摩擦,或因小儿娩出时因产道强韧而胎头受压,颅骨膜下的血管破裂,血液淤积于患处,遂成头颅血肿。积血在40天左右钙化形成硬壳,3~4个月才能渐渐吸收。

(12)新生儿溢乳

溢乳为新生儿常见的现象,俗称漾奶。多发生在吃奶后,有时一歪脖、一打嗝就吐奶,可顺嘴流。吐奶时不费力也无痛苦表情,吐奶后仍有食欲继续吃奶,这种情况是属于生理性的,与新生儿的消化系统尚未发育成熟及解剖特点有关。新生儿胃容积小,呈水平位(成人胃是斜立着的,并且贲门的肌肉与幽门的肌肉一样发达),胃下口幽门的肌肉发达、贲门(上口)肌肉不发达,所以当小儿吃得过饱或吞咽的空气较多时就容易发生溢乳,它对小儿

的生长发育并无影响。如果每次喂完奶后,竖抱起小儿轻拍后背,就可将咽下的空气通过打嗝排出来,睡时取右侧卧位,头偏高就可以避免或减少溢乳现象(睡熟后可变换体位,否则易睡偏头)。

(13)新生儿红斑

出生2~3天的新生儿,个别可见皮肤出现红色丘疹,有的红疹周围有红晕,出疹同时小儿不发烧,一般情况好、精神好、吃奶佳,多于1~2天内皮疹消失,这就是新生儿红斑,是因为新生儿皮肤娇嫩,皮下血管丰富,角质层发育不完善。当胎儿从母体娩出后,便从羊水的浸泡中来到了干燥的环境,又受到空气、衣物、日用品等的刺激,皮肤便会出现这种红色的丘疹,这也是新生儿适应环境变化的生理反应。新生儿洗澡时最好用中性浴液或用清水洗澡,若用了浴液一定要冲洗干净,要用柔软、清洁、刺激性小的浴巾将身体擦干。

(14)皮肤色斑

①青斑:多见于骶尾部、臀部、手足、小腿等部位,呈蓝灰色,形状大小不一,边缘不规则,不高出于皮肤,孩子无任何感觉,这是皮下色素细胞堆积的结果,俗称胎斑或胎记,不需要处理,多于5~6岁时自行消失。

②红色斑:为云状红色痣,又称毛细血管瘤。常见于眼睑、前额以及颈后部,这是接近皮肤表面的微血管扩张所致,大约1岁左右可消失。

③草莓状痣:表面是红色草莓状凹凸不平,医学上称草莓状血管瘤。到6个月时可以长得很大,但颜色会渐渐变浅,有的3岁左右会消失,个别的不消失也可以治疗。

(15)下巴及四肢抖动

新生儿可以出现下巴的不自主抖动,多在哭时明显,手、臂、足、小腿等肢体也可出现不自主抖动,在换尿布和洗澡时多见,这