

育嬰指南

薛 牲 生 譯



家 出 版 社 發 行

一九五一年二月初版三，〇〇〇冊
一九五一年四月再版三，〇〇〇冊

版權所有
翻印必究

Б. А. Крхангельский Г. Н. Сперанский
Действительный член Академии
Медицинских Наук СССР

МАТЬ ИДИТЯ

育嬰指南

（譯自蘇聯國家醫學出版局一九四九年出版
『母親與孩子』一書第八十二至一一一面）

原著者

翻譯者

發行人

發行所

印刷者

蘇聯醫學科學研究院院士

阿爾罕蓋列斯基

斯派朗斯

薛姓

黃嘉音

家出版社

上海（23）膠州路一八六號

電話三九五七八

上海柳林路一二二號

大眾文化服務社印刷廠

電話八〇三五八

育嬰指南序

蘇聯是全世界最注重母兒福利的國家。祇是有關嬰兒保育的蘇聯方面的有系統的資料，在國內尚未多見。薛甦生先生從蘇聯醫學科學研究院正式院士阿爾罕蓋列斯基和斯派朗斯基兩人合著的『母親與孩子』一書中所譯出，由本社分成『孕婦指南』、『育嬰指南』、『嬰兒的飲食』、和『嬰兒的生理與疾病』四本書，可說是第一批有系統的材料。

原書是一九四九年蘇聯國家醫學科學出版社出版的。我們希望這四本書的出版，對於國內的父母和托兒事業，能有所幫助。

這本書原文的對象，是蘇聯的母親們，因此其中不免有些不盡適合中國國情的地方，像應用物品和氣候方面，也許和中國不完全相同。但是它的原則，是很可以供中國的母親和兒童福利工作者參考的。

家編輯部

一九五一年一月

育嬰指南目錄

育嬰指南序.....	(一)
第一章 嬰兒的看護.....	(一)
房間裏的陳設.....	(一)
通風.....	(一)
房間裏的溫度.....	(二)
燈光.....	(二)
嬰兒的牀鋪.....	(四)
愛護皮膚.....	(六)
洗澡.....	(六)
洗身.....	(九)
洗臉.....	(九)

愛護口腔.....(一一)

嬰兒的衣服.....(一二)

溫暖的衣服.....(一七)

污衣的洗濯.....(一八)

散步.....(一八)

第二章 嬰兒的鍛練.....(二〇)

空氣浴.....(二〇)

濕擦.....(二〇)

洗澡、淋浴.....(二一)

第三章 嬰兒的健康指標.....(二四)

嬰兒的體重.....(二四)

嬰兒的身長.....(二五)

體溫.....(二七)

嬰兒動作的發展.....	(二七)
--------------	------

第四章 未足月的嬰兒.....(三一)

爲什麼母親懷孕未足月就分娩？.....	(三一)
怎樣看護未足月嬰兒？.....	(三二)
未足月嬰兒的餵食.....	(三五)

第五章 嬰兒的教養.....(三六)

睡眠.....	(三六)
搖提.....	(三七)
日常生活程序.....	(四〇)
坐便盆.....	(四〇)
遊戲及玩具.....	(四〇)
吃的熟練.....	(四一)
說話.....	(四二)

第一章 嬰兒的看護

看護嬰兒時，最重要的而且必須有意識地充分實行的法則，厥為絕對的清潔。照管新生兒的時候，母親必須仔細地注意：究竟自己的以及助手的衣服是否清潔。

房間裏的陳設——當母親攜帶嬰兒從「產婦之家」回到家中的時候，為看護嬰兒所必需的房子以及其中的一切，應該事先準備妥當。

在嬰兒居住的房間裏，非母親本身與看護嬰兒所必需的一切，應該一律挪移出去，房間裏多餘的東西越少，保持清潔便越容易。房間需要具有下列的物品：母親的臥床一張，有欄的小牀或睡籃一隻，下有抽屜的換裹身布的桌子一張，收藏看護用物的架子或櫃子一隻，容納污穢尿布的蓋桶一隻，椅子及踏腳矮凳各一二張。

通風——窗子上必須有通風口或者另有天窗，以便良好地流通室內的空氣。室內宜乾燥，可是如果裝有暖氣管，有時候則嫌乾燥過度，這當兒往往使得嬰兒鼻內生「痂」，唇皮開裂。

常常通風，窗上有彩色，器皿內盛水，這一切可以減少空氣的極端乾燥性。

反之，克服潮濕則困難異常，確實地，煤油燈可相當地降低濕度，但是却污損了空氣。對於住在



。角兒嬰：圖一第

潮濕房間的嬰兒，應該時時抱他出去散步，好好地流通室內的空氣。打算流通室內空氣，宜於先抱嬰兒出去，倘若這一點辦不到，那末就只有替他穿得暖暖的，跟散步時一樣，或者設法令他隔離冷氣流。

對於惡濁空氣以及灰塵的逐出，通風是不可或缺的。為適應此種目的，室內的地板，應該每天用濕拖把洗擦一次（第二圖）。清潔嬰兒的房間，不宜使用掃帚，因為它會揚起灰塵，而灰塵裏則活動着大量的細菌，他們一落到嬰兒的嘴巴、氣管、眼睛內以及皮膚上，則將引起發炎。

房間裏的溫度——在嬰兒落地的最初二、三個月內，房間裏應該保持着十八度（攝氏，以下皆然——譯者）的常溫，此後則不妨降至十七或十六度。

燈光——最好的光輝，當然是電燈的，燈上應該裝設罩子，這樣子才不會有強烈的光輝射到嬰兒臉上。電燈不污損空氣，並且使得空氣微微變暖，此



• 次一飯地洗把拖濕用天每：圖二第

外，就火災而言，這是十分安全的。

嬰兒的牀鋪——鐵床優於木牀或藤牀，因為洗滌容易。對於剛出世一二個月的嬰兒，可利用下墊臥褥的白色睡籃，臥褥裏最好襯以馬鬃或海草，最低限度得襯以單薄乾淨的苦提樹內皮，或者木屑，或者禾稈，但是如果是後三者的話，那末必須勤加更換。羽毛褥及乾草墊則對嬰兒有害，第一它們過於柔軟，嬰兒陷身其中，覺得太暖，第二灰塵衆多。枕頭應該是平坦的，裏面亦應實以馬鬃，如果根本不用枕頭，則更好。

爲了保持臥褥的清潔，宜於在其上鋪以膠布一塊，但是不應將整個的臥褥統統遮蓋起來，兩端以抵達嬰兒的胸部及膝蓋爲度。替嬰兒的小床張掛任何帳子，都不適宜，因為空氣不會自由地鑽了進去。應該記住：在第一年內，嬰兒的大部份時間是消磨於牀上的。

隨着嬰兒成長的程度，對嬰兒房間裏的設備，需要補充之以特殊的兒童傢具。這全然不是爲了什麼裝飾或者娛樂，正確地專門爲嬰兒定製傢具，這是有其必要的。他坐於合適的椅子上，椅背正及於他的腰部（第三圖），自然會覺得很舒服。這當兒嬰兒不宜弓腰，因爲如此做，足以形成脊椎骨彎曲，駝腰等症。

倘若全家住於一個房間裏，那末必須將嬰兒的小床置於最好最光明的地方，切忌攔於火爐附近，因爲這樣子嬰兒會受熱過度，身上出汗，飲食及睡眠勢必惡化。應該一勞永逸地祛除攜帶孩子跟自己同睡的惡習慣，因爲嬰兒臥於大人的被窩內，則吸入的正是被人體蒸發所污損了的惡濁空氣。



。服舒很得覺感他，時具傢童兒的殊特用利兒嬰當：圖三第

若干父母，由於駭怕孩子招涼，以致從不打開窗子或者窗子上的通風口，老是令嬰兒逗留於充滿人的呼氣的惡濁空氣內。假使在嬰兒居住的房間裏，既需養榮，又需洗衣，那末應該儘可能地常常把嬰兒抱到露天之下，只有當養榮，洗衣告一段落，房間裏通過風之後，才可以把嬰兒重新抱回。應該從兒童健康諮詢所請來護士，藉着她的協助，佈置對嬰兒合適的陳設。

愛護皮膚——正確地愛護皮膚，對嬰兒的健康是不可或缺的。嬰兒越幼小，越應該好好地注意他的皮膚。臍帶頭脫落，傷口痊癒後，則開始每日替嬰兒洗澡一次；倘若這時期的或者更大一些的嬰兒每日洗澡一次的話，這當然是有益非凡的。有這麼一種傳說，勤加沐浴，可使嬰兒變得孱弱，這是偏見。不過洗澡水不得太熱，時間不得太長，宜於使用三十四度的熱水，歷時五至七分鐘，連最末的沖身（用三十三度的水）在內，這樣子能够帶給嬰兒以巨大的快樂，造成他的愉快心境。對最初三週的嬰兒，洗澡需要較熱的水（三十六及三十七度），之後則逐漸降低洗澡水與沖身水的溫度，而後者的溫度則必須比前者低一度。

洗澡——在嬰兒洗澡以前，母親應該先替自己剪短指甲，用肥皂及刷子好好地刷洗雙手，之後洗淨浴盆或水槽，放入滾燙的水，再注入冷水，用「防水寒暑表」測量它的溫度，迄超出規定的一度時，乃停止冷水的注入。於是替嬰兒脫衣服，準備摩擦用品與換穿的衣服，經過這樣的短暫時間，盆裏的水是準會下降一度的。需要常常測量洗澡水，這當兒得用寒暑表，不宜用臂肘，因為後一法容易造成錯誤，結果不是水太熱，就是太冷。對最初三週的嬰兒，宜於令其在沸過的水裏沐浴，水是以能



• 兒嬰乾吸巾浴用，後澡洗：圖四第

够淹沒嬰兒的軀體爲度。浴盆或水槽應當是白鐵（鋅鐵）的，不得兼作它用，例如在其中洗濯衣服，浴盆或水槽用過後，應該洗得乾乾淨淨，掛於壁上，底子向外。

用肥皂替嬰兒痛快地洗澡一次，可維持兩三天之久，其法如下：先將肥皂擦於小團脫脂棉，或者柔軟的布片或者無指手套上，之後小心地摩擦嬰兒的頸額、腋下、鼠蹊部、耳後，然後母親洗淨自己的雙手，再替嬰兒洗頭。接着藉助於浴盆內的水洗淨嬰兒的軀體及腦袋，另用碗裏沸過的熱水沖滌他的面孔，最後則用壺裏的熱水（低於洗澡水一度）替嬰兒周身沖滌，更用浴巾裹起嬰兒，連腦袋在內。

把嬰兒抱到桌上，仔細地吸乾他的皮膚，不得措擦，只能够將浴巾攤到皮膚上，用手在上面撫摸幾下，接着揩乾他的頭髮（第四圖）。

之後用凡士林或植物油（向日葵油或橄欖油 *Тростяное масло*）塗抹嬰兒的鼠蹊部、腋下、頸額以及一切皺痕處，或者用滑石粉給上述各部撲打一番。對植物油，應該每週令其煮沸一次，歷時十至十五分鐘，之後將盛油之瓶收藏於有水的蒸鍋內，輕輕關好鍋蓋。煮沸植物油的目的，在於殺死其中可能有的細菌，如果其中的細菌隨油落到嬰兒的皮膚上，往往足以引起膿泡或者其餘的皮膚病。至於滑石粉，也應該先放進清潔的鍋內蒸炙一次，之後趁熱倒入小瓶，再用紗布蒙住其口，使用的時候，就是經過此層紗布替嬰兒撲粉。撲粉也是爲了潤滑，其目標爲兩片較高皮膚之間的凹陷處，藉以減輕摩擦作用。不過滑石粉必須極其細碎而柔軟，以免刺激皮膚，因此澱粉、鈣粉、撲面粉，都不適

合於此一方面。未得醫生允許，不得使用任何一種油類。

洗身——除洗澡外，當嬰兒大小便過後，也得替他從事部份性的洗滌，這時候宜用溫水與小團棉花，最好是在面盆裏，用溫水沖刷嬰兒。如果是女嬰，則沖刷的方向應該是由前而後，以免污穢及傳染物滯留於性器官內。洗身完畢後，用毛巾給嬰兒吸乾皮膚，之後塗油或撲滑石粉，跟沐浴後的所爲一模一樣。

對能够站得很久了的嬰兒，不妨給他淋浴，而不必在浴盆裏洗澡。實行淋浴，即是用熱水（三十四至三十五度）澆沖他的肩胛，另用肥皂去垢，三五天一次。

洗臉——每晨應該替嬰兒洗臉一次。首先用溫水（略高於室內溫度）替他洗面，此刻可利用碗，這隻碗不得兼作它用。洗眼時，用脫脂棉蘸以沸水或硼酸水，先洗眼角，再向內移動，即是沿着淚水的運動方向向內移動。

之後用肥皂替他洗手，假使手或腳上的指甲長了出來，那末就用小剪刀謹慎地剪掉它們。剪短指甲，保持它們的清潔，這一點非常重要，因為指甲之下可能積有污穢之物，而在較大的孩子，則往往有虫卵藏身其間，這些虫卵可能給嬰兒帶來傳染病，甚至更傳染給其他的嬰兒。

對嬰兒的耳垢及耳腔，則用棉花搓成長條，蘸水伸進去洗滌，不得用任何硬東西替嬰兒掏耳，卽或是耳垢成了塊；在此種場合下，只有將嬰兒抱進兒童健康諮詢所，教請經驗豐富的護士替他清除掉。給嬰兒洗鼻，也是用蘸水或油的棉花條（第五、六、七圖）。嬰兒頭上生了黃色或黑色的皮膚，



◦ 鼻耳滌洗兒嬰替以藉，條花棉拭擦親母：圖五第



◦ 染耳的兒生新滌洗條花棉用親母：圖六第



。腔鼻的兒生新潔洗條花棉用親母：圖七第

則宜於在洗澡以前四個鐘點替他塗油一次，到洗澡時用熱水及肥皂將其洗滌乾淨。

愛護口腔——在喂食前後，絕對不得替嬰兒揩嘴，跟揩嘴類似的舉措，也同樣地要不得，因為如此很容易損傷他的柔嫩的粘膜，而一個微小的創口，亦足以被細菌侵入，以致引起粘膜發炎。

至於令嬰兒吮吸空橡皮乳頭，對愛護口腔，是根本談不上的，除害處外，它不會帶來什麼其他的。通常缺乏忍耐的母親往往求援於自己的乳頭，結果使得孩子消化不良，引起腹疼。她們給嬰兒哺乳頻繁，以便暫時令他安靜下來，但是要知道：一旦孩子生了病，是無法塞住他的口，他是會喊叫不休的。

還有另一個壞習慣：即是吻孩子的嘴唇，這種動作實在做不得，大人嘴上的細菌，往往乘此