

母親怎樣看護病兒

周
劉
鄭

實

畢 等著
凱 譯
雲 校



東北醫學圖書出版社

1952

母親怎樣看護病兒

周 畢 等著
劉 凱 譯
鄭 寶 雲 校

東北醫學圖書出版社

1952

譯 者 的 話

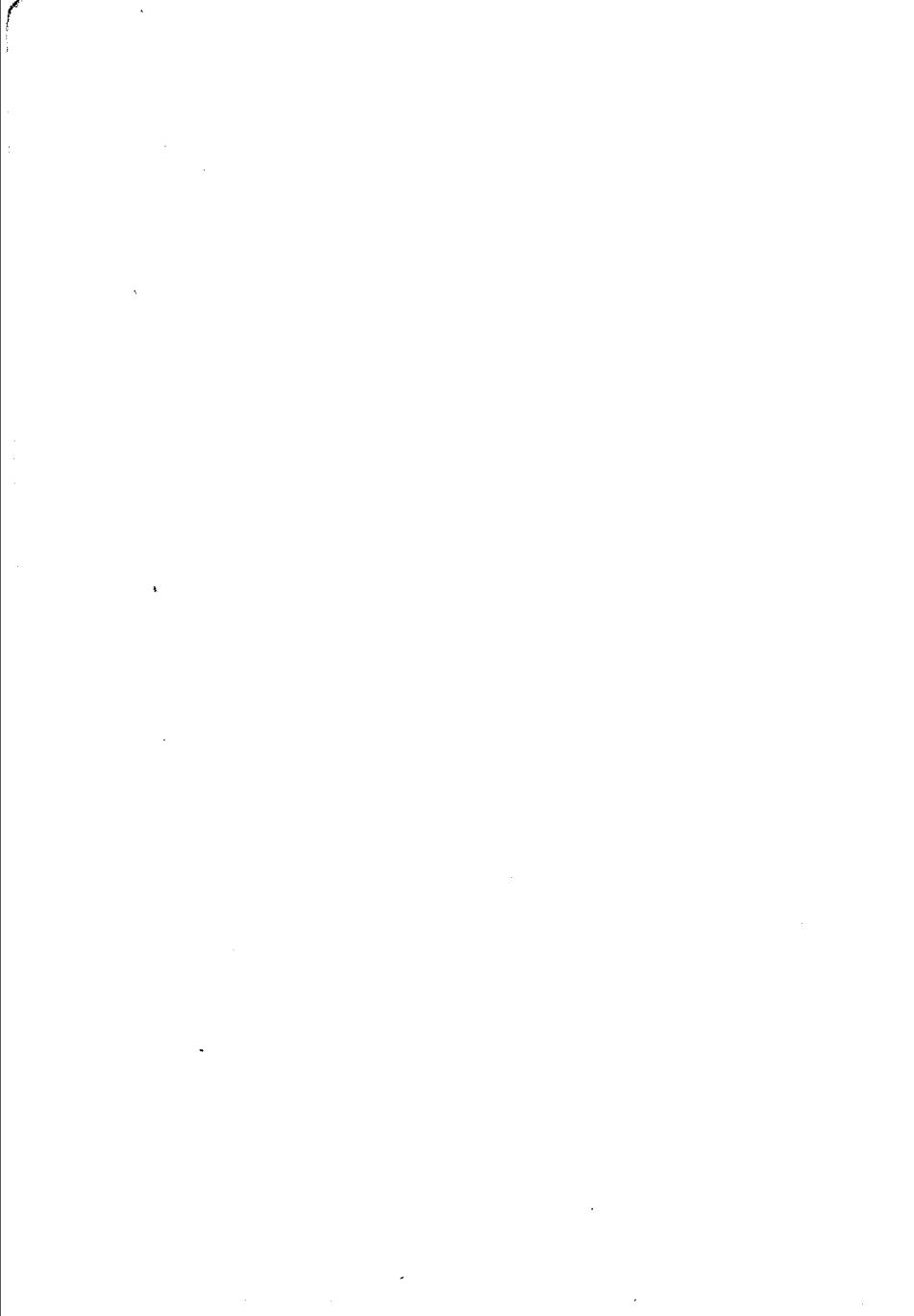
這本小冊子，是由蘇聯保健部衛生教育專門學校編輯的「母親函授講義」選譯而成的。講述通俗，觀點正確，在翻譯時，爲了適合我國廣大群衆的閱讀能力，有相別詞句是由譯者增刪的。但因個人的醫學知識很淺，難免尙有不妥之處，還希讀者指教。

劉 凱

1952年7月1日

目 錄

一、妊娠衛生常識	7
二、怎樣撫育嬰兒	14
三、小兒頭三年的發育	20
四、小兒不幸事件的預防	26
五、家庭裡怎樣看護生病的孩子	32
六、小兒消化不良	46
七、小兒軟骨病	53
八、小兒痢疾病	60
九、小兒的寄生蟲病	66



一、妊婦衛生常識

海 錯 夫 著

保護母親、嬰兒和兒童是我們國家的任務。

孩子們是我們生命的花朵——是我們美好的未來，我們是爲了他們的幸福而快樂的生活着。我們的孩子，將來一定會把國家的力量提高到最高度。爲此對於妊婦的一些常識就有提出研究的必要。

妊娠不是疾病，如果婦女在妊娠期間，對自己處理得當，一般的說妊婦就不會發生任何合併症（即因某種病而引起的其他病），大多數婦女在妊娠期間會變得紅潤美麗起來。

但在妊娠期間也可能發生各種意外的疾病或合併症。這一切從外表看來，沒有什麼顯著的症狀，這種可以預料到的症候，一般是可以預防的，使疾病迅速而輕微的經過，達到順利產兒的結果。因此，婦女一感到自己可能妊娠時，就應當趕快到產科醫院去檢查。爲了安全，應該每週去檢查一下。

產 科 醫 院

產科大夫對婦女應進行檢查，診斷她是否妊娠，判斷她身體的構造：骨盤是否狹窄，有無難產的形跡，並指示怎樣處理自己，以達到妊娠和分娩順利的始末。

大夫同時應將推測分娩的期限告訴妊婦。爲了幫助大夫判定這一問題，妊婦應記住自己末次月經的日期，或者感覺到胎兒初次轉動的時期，最好婦女有系統的在自己的筆記本上把月經的始末日期按月逐日的詳細的記錄下來，這樣的記錄，同樣也可以幫助明瞭各種不正常的現象與疾病的預測。

產科醫院應有系統的注意妊婦的健康情況：秤她的體重，說明她的體重增減是否正常，有次序的檢查小便，量血壓，化驗血液。這一

切可以及時觀察到未來的合併症或其他發生的疾病症狀，因此就能够採取辦法預防或使之迅速痊癒。

到分娩的時候，妊婦應趕快到助產院或產科去生產。

如果妊婦需要其他專門醫生的幫助，產科醫院就應把她介紹給內科、皮膚科、外科或結核病科等的大夫。

在懷孕前半期，每月至少去產科醫院一次。在後半期，每月至少應去兩次，並須切實完成醫生囑咐的一切指示。

妊婦如果老是不停地嘔吐，或生殖器出血，腰部或背部有劇痛，兩腳浮腫，體溫上升以及下白帶等病狀，那就應當趕快到產科醫院找醫生診斷，及時治療。

產科醫院對可以預見到分娩時有某種合併症的妊婦，要特別加以注意。在妊娠期間，婦女或胎兒的健康受到威脅時，產科醫院的醫生可以把即使在懷孕期間的妊婦也應送到助產院，直至使她住到分娩的時候。

產科醫院在妊婦生產後，要繼續護理產婦六至八個禮拜。

妊婦的各種制度

懷孕不是疾病，前面已經說過，那麼就不應當改變妊婦的生活習慣。孕後仍可以繼續自己平常的工作或社會活動、學習、家務，也可以到劇院，聽報告，參加音樂會，到俱樂部。但什麼活也不幹，或整天躺臥，如沒有醫生的特別指示，是絕對不允許妊婦這樣作的。按照衛生的要求應當注意日間正確的生活規律，每天至少要進行必要的日間散步一小時到兩小時。在新鮮空氣下作各種柔軟運動，對心臟是有益處的，能健壯肌肉，發達肺部，增加食慾，使大便正常，並能防止便秘等。

早睡早起是很有益處的，孕婦要保證充足的睡眠。徒手操（深呼吸、四肢運動、腹部肌肉輕運動）是可以提倡的，但必須先向醫生聯系如何去進行。

關於特別運動，必需同醫生商量。在頭四個月的懷孕期間，當胎

兒在子宮內還沒有固定的時候，特別運動是要小心的。妊婦應當注意劇烈的運動、劇烈的震蕩與過度疲勞。在懷孕的最後九個月，應當避免坐長途火車、長途騎馬。

如何護理身體

保持身體與陰部外表的清潔是妊娠期間必要的衛生條件之一。通過皮膚進行部分呼吸，因此保持皮膚的清潔對肺部有幫助的作用。在體內蓄積的有毒物質可以由小便排出，同樣也能通過皮膚上小的毛細管汗腺排泄。

在皮膚以及生殖器外部，可能有很多各種細菌，其中也有病菌。爲了皮膚的正常運動以及預防可能發生的疾病，在分娩前後期間，必需細心地保持皮膚以及生殖器外部的清潔。

每週除了日常的洗臉、洗手與刷牙外，還須行溫水坐浴，用肥皂洗淨身子。最好是攝氏三四——三五度溫水的淋浴，或在同樣溫度的家庭澡盆中洗身。在洗澡前，應將澡盆用熱水肥皂洗乾淨，並用開水燙過。在入澡盆前，要先洗腳和生殖器外部與肛門。洗澡的時間是十至十五分鐘。用熱水洗身，可以促使睡眠良好，但不要因洗澡而引起疲勞。妊婦也可以到澡塘子去洗澡，但不可以行蒸氣浴。洗澡時要自帶乾淨的臉盆。如用澡塘裡的提桶時，要將提桶用熱水肥皂洗乾淨，並用開水消毒。妊婦如要在河裡或海裡洗澡，沒有得到醫生的許可，是不可以的。在冷水中或有大浪的海裡也是不許可洗澡的。

保持妊婦生殖器外部的清潔

生殖器外部每天用肥皂在熱水中洗。應當用水壺或洗滌器由上而下的沖洗，即由生殖器到肛門，這樣能防止把肛門口的穢物帶到生殖器中去。

保護乳房

應當特別保護乳房。乳房與乳頭每天應以溫水及肥皂洗，之後用

毛巾拭乾，這樣可以鍛鍊乳房，以後給小孩哺乳時也不至發生困難。用酒精拭乳頭是不可以的，因為這樣能使乳頭皮膚變粗糙，出現裂縫。

很多妊婦在臨產前幾個月，乳頭分泌淡乳，乾了後，在乳頭上結成硬痂。這些硬痂應當除去，但不要硬剝。為此應當把一塊塗凡士林的乾淨紗布貼在乳頭上使之軟化，在第二天洗乳頭時，乾痂自然就掉落了。如果妊婦乳頭發育不良，平扁或凹陷，其結果要引起授乳的困難，因此在懷孕時就應找醫生想個辦法診治。

保 護 牙 齒

妊婦的牙齒，常常容易腐蝕，有時鬆弛或齒齦出血。在妊娠期間，有病的牙齒更應注意，如生有細菌，能成為產後重病的根源。

妊婦每天應當刷牙，飯後要用熱水漱口。

在妊娠前五個月，妊婦要到醫院裡去找齒科大夫，治療自己的牙齒。

便秘時怎麼辦？

妊婦易常犯便秘。連續便秘會使身體感覺不舒服，食慾不振，睡眠不好以及其他疾病。便秘通常引起排便時的困難，這就能使生殖器官充血，有時能引起早產。因此在懷孕頭幾個月必須常使大便舒暢。

防止便秘最好的方法是以適當的飲食調節、散步與柔軟操。早晨空腹飲一兩杯冷開水是有效果的。此外吃水菓、漿菓、蔬菜、梅子、酸牛奶、黑麵包效果也很大。如有頑固的便秘症可以灌腸。沒有醫生的允許不能吃輕瀉劑。

妊 婦 的 飲 食

有些人認為妊婦需要豐盛的飲食，這是錯誤的想法。妊婦的飲食應當多種多樣，營養多而容易消化。牛乳、蔬菜、酸牛奶、水菓、各種米飯是妊婦的主要飲食。

生水果、蔬菜（洋柿子、紅蘿蔔、白菜、菠菜）與漿菓都含有各種維他命（維生素），酵母也很好，缺乏這些飲食中的維他命身體就會虛弱，甚至可能引起各種重病。

吃罐頭與多量的肉食是不能提倡的。各種酒——白酒、啤酒、葡萄酒是絕對禁止的。到懷孕後半期，應少吃肉與能刺激腎臟並減弱其活動的強烈調味料，如薑、胡椒、芥子等。

如需吃定食時，妊婦應去詢問醫生的意見。

惡 心 與 嘔 吐

早晨空肚惡心與嘔吐，在懷孕頭幾個月，是常有的事，有些是屬於生理上的作用，不必驚慌。治療早晨惡心、嘔吐最簡單的方法：在晚上準備一點素淡的早餐（不是稀的），第二天早晨在未起床前食用，吃飯時頭部不要離開枕頭。早餐後再在床上睡半小時，這樣就可以防止嘔吐，如果還是想吐，並且經常嘔吐而成爲一種病態，那麼就要到產科醫院找大夫去診斷了。

性 交

在妊娠期間，應當節制性交。在臨產前兩個月不能性交，因爲在這期間的性交，有時能引起流產。此外在性交時（特別是臨產時），能把細菌帶到妊婦的生殖器官中，引起危險的傳染病。以前曾犯早產或流產的妊婦更應節制性交。

妊婦的衣服與鞋襪

襯衣要經常換洗，不要穿緊束乳房的襯衣，及迫緊腰部與肚子的窄小衣服。沉重的衣服也是有害的。妊婦應當穿寬鬆而輕便的適合四季溫暖的衣服，長的衣服與襯衣應當是兩肩支撐的，而不是腰中束縛的。

肚子應當用專門定做的或自己用寬毛巾以家庭方法做的寬帶扶持住，布帶不要緊壓肚子，僅能扶持住肚子就行，防止肚子垂長，保持

肚子與肌肉的彈性，並保護胎兒的正常位置。包紮布帶時應躺下。襪子要用長的沿腿的彈性襪帶連接住布帶。圓的緊繫腿的襪帶是不好的，因為它可以使血液受阻，靜脈擴張。

乳房要用乳罩扶持，使乳房不下垂，同時乳罩不要緊壓乳房。

鞋應當穿寬敞的、輕的後跟低的。妊婦的腳很容易腫，而狹小的鞋子更易使腳浮腫。高跟鞋能使步伐不正，且能改變骨盤位置。所有這些常常都能引起生產的各種困難。

妊婦的住所與床鋪

應當使妊婦住一間最好的房子，在這個房間裡應保持足夠的新鮮空氣。夏天應當整天開窗，夜間睡眠時最好把窗戶打開。冬天每天早晚至少使空氣流通兩次。

室內的空氣不應高於攝氏一六——一七度，室內不要太熱，妊婦是受不了熱與悶氣的，最好把房裡的一切多餘的東西拿掉，這些東西可以停留塵埃，並減少空氣的流通量。

妊婦的床不需要太軟，不需要羽毛褥子，和更多的枕頭，最好用有彈簧的墊子，輕而暖的被子。

妊婦為什麼需要產前產後的休息？

產前不休息可以引起早產，以及生產時的各種合併症與產後的各種疾病，並能減少胎兒的體重。

妊婦在產前有適當的休息，能使生產順利經過，而且很少引起產後的合併症，也能使新生兒體重增加。

產後婦女也要休息，使她的生殖器恢復到正常的狀況。恢復生產時失去的力量，休息也能防止產後的各種疾病。

此外休息還可以幫助母親在頭幾個月照應小兒，特別是給小兒授乳。

分 娩 所

在分娩的過程中可能有各種合併症和意外，(胎兒位置不正、羊水早破，嬰兒遲遲不下和輕微的或劇烈的陣痛，能使會陰破裂出血等)，產婦經常需要醫生的觀察，適當的照應與及時的醫療援助。如果在分娩所生產的話，那對母親和孩子都是很好的。那兒對產婦的清潔、安靜、及時的醫治和接生所需要的一切都是有保證的。在那兒還採用了無痛生產法。

打胎有什麼危險？

打胎是很危險的事，而且非常損害婦女的健康。

打胎對婦女的生命與健康都是可怕的，就是在醫院內由大夫打胎也是一樣的危險。沒有生產常識的人，在髒的房間用不乾淨的器械進行秘密打胎，能使產婦變成殘廢，甚至死亡。

打胎常常會引起嚴重的長期的婦科疾病，打胎後生殖器發生慢性炎症往往能引起不妊娠的後果，外妊娠(外妊娠就是在子宮外妊娠，必需施行手術)的原因通常就是打胎引起的。

在蘇聯法律規定只有在這種情況下才能够進行打胎，即繼續懷孕威脅着生命，或者使孕婦的健康以及未來的孩子有嚴重的損失，在這種情況下必需在醫院或助產所根據大夫的指示才能够進行打胎。秘密的打胎是要受到法律處分的。

× × ×

婦女們！如果你是懷了孩子的話，那麼就應認真的重視這一問題，按期到產科醫院檢查，執行大夫、助產士與護士的指示，正確的利用政府給予你們的妊娠與分娩的假期。國家保護着你們和孩子們的健康，我國人民是非常尊敬為自己的祖國養育着新一代的母親們。婦女們：你們是最光榮的。

(註) 本文的『產科醫院』原文係『婦嬰諮詢所』。

二、怎樣撫育嬰兒

史彼蘭斯基 著

孩子生下來了……。

他呱呱哭出第一聲，媽媽的心裡是多麼的高興啊！開始呼吸了，換句話說，他開始生活了。

嬰兒最初開始他的生活是十分困難的。他必須鍛鍊獨立生存，必須順適外界的環境。他的小小的身體，無論大小或輕重，都與大人不同。嬰兒的生理有他自己的特點。每一個做媽媽的都應當知道這種特點，這是在撫育嬰兒時應懂得的常識。

剛生下的孩子，皮膚是非常薄嫩而柔軟的，很容易擦破或受傷。在即使是嬰兒的襁褓上也會磨擦着皮膚的。

未滿月的孩子，生命是不堅耐的，骨頭也很軟。脊椎幾乎全是軟骨。慢慢地隨着他的年齡而堅硬結實。

嬰兒的胸腔，像小桶一樣，因此，在呼吸的時候，胸腔是很少擴張的。沒有像大人那樣均勻的深呼吸。若對他有一點小的刺激，都能引起頻繁的呼吸。呼吸器官——鼻子、咽喉、大氣管、支氣管，都沒有完全發育，細而狹小。如果你注意到孩子們胸廓的樣子，以及他在呼吸時肋肌軟弱的抽動情形，那麼你就會想到，呼吸器官的疾病，如支氣管炎和肺炎，對於嬰兒是多麼危險。就是傷風感冒，對於嬰兒也是一種重病，因為鼻孔受阻塞，嬰兒就不能吮乳，這樣一來，嬰兒一天天瘦下去，身體抵抗力也削弱了，很容易受傳染病的侵襲。

嬰兒常常需要清潔新鮮的空氣。若灰塵侵入嬰兒的呼吸器官，就會停留到鼻腔的黏膜上，因為空氣中附着的灰塵裡有許多細菌，就會使鼻腔黏膜受刺激，或引起發炎。嬰兒對於氧氣的需要非常大，因為在一晝夜的時間，經他的小肺通過的空氣比成年人更多。正因為如此，常使嬰兒呼吸清潔的空氣是頂要緊的事。所以，盡可能常使嬰兒住

的屋子空氣流通，在晴朗的天氣，應常抱嬰兒到戶外散散步。

嬰兒的心臟跳動，也和成人不同。人的各個器官以及心臟的活動，都是為神經系統所支配着。但是，嬰兒的神經還未發育健全，因此，他們的心臟跳動，常常是不規律的，甚至身體很健康的嬰兒也是這樣。這種不規律性，慢慢才能轉為正常。

嬰兒的血液，就其組成看，和成年人的血液沒有多大差別。但嬰兒血液的組成是易變化的。一旦有病，就迅速發生變化，但病一好，恢復得也很快。

成年人每天所需要的飲食，主要是供給身體各部的消耗。嬰兒的飲食，就是促進身體內新的器官組織成長。

嬰兒的胃腸，不僅和成年人的消化器不同，就是與年齡較大一點的孩子也不一樣。嬰兒的消化器，僅可食流動質食物，硬的食物是消化不了的。兩三個月的嬰兒分泌很少的口涎。消化有澱粉的食物（如麵包、洋芋等）是需要口涎來幫助的。但消化奶是用不着口涎的，因為奶裡沒有澱粉。四五個月的嬰兒，開始分泌豐富의 口腔唾液了。因此，要給嬰兒喂食物，應當在五六個月以後。

當嬰兒滿了六個月以後，他已開始出牙齒了；但嬰兒在那時是用流動食物的，所以牙齒還不大用得着。如果滿了九個月或十個月的嬰兒還不出牙齒，很明顯，這個嬰兒的健康狀況是不很好的。牙齒出的很慢或不正常（正常者是先出門牙，後才長小白齒），這就說明由嬰兒有軟骨病或其他病症。一週歲的嬰兒應當有六個到八個牙齒。其餘的乳齒——下犬齒和大小白齒，應在第二年底或第三年初長出來。

嬰兒長牙時期，常是沒有什麼疾病現象。有些人認為嬰兒在長牙時期，會發燒、咳嗽、下瀉，這種說法是不科學的。做父母的若在這個時期把嬰兒發生的疾病，認為由於出牙齒，而不加注意，常常忽視了與出牙毫無關係的重病，那是不對的。如果嬰兒在出牙時，口腔發炎，這是由於你對孩子照顧的不好，以及不注意清潔的緣故，這與出牙是兩回事。

為什麼嬰兒常吐奶呢？因為嬰兒胃的發育遲緩，胃肌不健強，

胃運動的神經系統同樣不發達。因為這樣，所以嬰兒常常吐奶（亦稱倒奶）。如果嬰兒僅僅吐出吃得過多的奶，這倒不要緊，但有時因吐奶而失去了必需的營養。因此，嬰兒常吐奶，就應當注意他的體重。如果體重減少了，就應當去找醫生檢查檢查。

成年人的腸子，比自己的身體長四倍，嬰兒的腸子，是身長的六倍。嬰兒每公斤的體重，比成年人需要更多的營養，就是因為嬰兒腸道很長，營養物的吸收也快。

因為這種原因，嬰兒的肝臟也相當大。肝臟，這是我們身體的主要化驗室。腸內吸收的一切營養物都要由它來支配。肝臟把對人體有害的物質扣留，並把它化為無害，而對人體有益的物質，輸入血液內，流向人體的各器官，各臟器。

成年人的體溫，通常保持一定的度數，不受周圍氣溫的影響。當天熱的時候，成年人的呼吸頻促，皮膚發紅，也就是說，毛細血管發漲了，從血管流過大量的血後，皮膚紅熱才漸消退。人出汗，汗就蒸發，身體就涼快了，由於這種原因，不管氣溫如何變化，人的體溫是不變的。嬰兒的身體，還不能那樣快地順應周圍環境氣溫或冷或熱的變化。因此，嬰兒很容易受熱或着涼。嬰兒在太陽下晒久了或在爐旁烘的時間久了，或是身上穿的衣服過暖，他的體溫就會增高。多次經驗證明，如果給嬰兒多蓋一塊被子，那麼，他的體溫就能增高一度。

過熱或過冷，對於嬰兒是很有害的，而且可引起各種疾病。因此，給嬰兒穿衣，應當根據室外的溫度，就是說，穿得不能太薄，也不可太暖。

嬰兒的身體，還有一個與成年人身體完全不同的特性，這就是對各種傳染病的抵抗力還比較弱。

我們周圍的環境，如空氣、水、食物等等，都可能大量細菌存在，在我們的皮膚上，在粘膜上，在腸內或呼吸器上（如鼻腔、咽喉），也有很多細菌停留着。有一些細菌對人是非常危險的。致病的有毒的細菌如果侵入我們的器官，就能使人得重病。但人的器官對於這些危險的細菌，不是沒有抵抗力。細菌分泌毒素，而人的器官能製