

幼  
童  
教  
養  
新  
導

胡叔異  
編譯  
洪寶林

商務印書館發行

3  
00

胡叔異  
編譯  
洪寶林

幼  
童  
教  
養  
新  
導

商務印書館發行

中華民國三十四年九月重慶初版  
中華民國三十六年五月上海初版

(32014 泥報紙)

幼 童 教 養 新 導 一 冊

定 價 國 幣 貳 元

印刷地點外另加運費

編 譯 者

胡 寶 叔  
洪 寶 叔  
林 異

發 行 人

朱 經 農  
上海河南中路

印 刷 所

商務印書館  
商務印書館

發 行 所

商務印書館  
各地

\*\*\*\*\*  
版 翻  
權 印  
所 必  
有 究  
\*\*\*\*\*

## 序言

美國 阿萊特 (Ada Hart Arlitt) 博士於其所著之初期幼童心理學 (Psychology of Infancy and Early Childhood) 一書的序言中，開頭便說：『從健康、教育、人格發展、以及心理衛生的觀點上看來，新近的各種研究已證明幼童生活的最重要時期是在開始的五年中』。阿萊特博士是美國新西奈太 (Cincinnati) 大學幼童教養和訓練學教授，對於幼童教養問題，研究有素，她這話當然是有所根據而來的，值得我們相當的注意。

英國 史篤特 (Mary Sturt) 女士在其所著之七歲以下幼童的教育 (Education of Children Under Seven) 一書中，也曾有這樣的話：『早年間身心上所受的損傷，常是無可補救的，我們差不多白費了幾千萬的金錢於醫藥衛生上及社會事業上，以企圖在幼童生活之後期，恢復其初期中所受的愚笨的損傷』。史篤特女士是英國倫敦大學教育心理學教授，對於幼兒教育有精深的研究，她這話更是精闢，所以更值得我們的注意。

以上是近代兩位兒童教養專家，就整個幼童身心發展的觀點，對於幼童教養問題，所下的論斷。若單就兒童人格的發展和品性的形成方面而言，很早便有人注意到幼童初期的教育的重要了。大教育家裴斯塔洛齊在其鴻鵠歌中說：『從搖籃時代始，就宜教養兒童，使得良好的習

慣」。對於幼稚教育有極大貢獻的福祿培爾也以為：從出生至七歲期間是教育上最重要的時期，因為人類的品性大抵都在這時期確立其基礎。

以上所引的話大概可以代表西洋教育家對於幼兒養教問題的主要的意見。若再從我國當前的實際情形而論，我們知道人力是求得最後勝利的主要因子之一，未來的優秀的人力之補充，非賴日前的小心培育不可。

我國一般家庭對於兒童的教養，向例根據老年人的意見，這些老年人既毫無科學的頭腦和常識，把兒童的命運寄託在他們手裏，實在危險。在一般小康以上的人家，往往又有溺愛兒童的趨向，以致兒童嬌生慣養，身心方面的壞習慣，不一而足。他們的小兒病了，不是隨便聽信一般隣人的建議而胡亂處置，便是亂請醫生診治，即倖免一死，亦必變為面黃肌瘦的小骷髏人。在一般窮苦人家的孩子，則蓬首跣足，滿身骯髒，不死於疾病，即為生活的重壓所磨折。由這種種情形看來，實在使我們為民族前途擔憂。

抗戰以後，因實際的需要而有保育院的設立。這種事業若能擴大實施，對於一般窮苦兒童的救濟確可有很大的效果。所以不獨在戰時有此需要，即在平時亦應力求其發展。但一般小康以上家庭的兒童，大概仍在家庭中受教養，所以他們不能由這種事業辦到什麼益處，那末我們非設法使他們的父母獲得一種新知識，以改變他們原來的教養方法不可。

有人以為兒童出生以後，最初的需要只是『吃』『睡』兩事，這種情形直可延長到他們能

起坐時爲止。到兒童能起坐時，他便想有所消遣，從此他便有『遊戲』的需要。等到他能獨立行走時，對於這種需要必更感迫切。他獨日的生活，除了『飲食』『睡覺』外，便是一刻不停的活潑潑地從事他的『遊戲』。他的精神如有呆滯的現象，他的身心方面便有『疾病』的可疑。所以關於幼兒的教養，我們大可卽以『飲食』『睡眠』『遊戲』『疾病』爲研究的中心，而以身心的『衛生』爲研究的總目標。此外，『語言』的成就，却是兒童最初五年間的偉大的成就之一，所以我們也應一併加以研究。

這本兒童教養新指導的主要來源，有下列幾方面：

(一) Mary Sturt: *The Education of Children Under Seven.*

(二) Royal S. Copeland: *Dr. Copeland's Home Medical Book.*

(三) *Mother Child*, V 1, X, No. 2, 4, 5,

這些都是外國文的材料，作者於工作之餘，加以選譯。但近年關於兒童教養問題的有價值的著作和雜誌，不僅在外國很多，在中國亦當不少，所以作者很想儘量搜集，以作爲編述『*幼童教養手冊*』一書的參考。

本書材料之技集與譯述，全由寶林負責，叔異僅對全稿校閱整理耳，特此附誌。

# 目次

|             |    |
|-------------|----|
| 序言          | 一  |
| 優生與遺傳       | 一  |
| 產期衛生        | 四  |
| 初生兒的保育      | 一七 |
| 嬰兒的衛生       | 一七 |
| 嬰兒的餵哺       | 二四 |
| 幼兒的衛生       | 三六 |
| 幼兒的飲食       | 四四 |
| 睡眠          | 四九 |
| 幼兒的遊戲       | 五三 |
| 幼兒的語言       | 六三 |
| 口吃及其他語言上的缺點 | 六八 |
| 幼兒的倔強       | 六九 |

|                |    |
|----------------|----|
| 家庭看護·····      | 七四 |
| 消毒法和薰蒸消毒法····· | 七八 |
| 急救用品·····      | 八一 |
| 兒童普通疾病的護理····· | 八三 |

# 幼童教養新導

## 優生與遺傳

強健而聰明的公民爲國家最重要的保證。凡是隱危害及種族的體質與心智安全的事物，應由該民族全社會加以嚴密的研討與注意。一條家譜不會比其最弱的一環更堅固些，一個民族也是一樣，不會比組成這民族的各個人民更優越些。

在第一次世界大戰開始時，參戰各國都從事於軍隊的編練。其中第一步即是對於十八歲至三十五歲間，所有男丁施以體格檢查。在那時以前還沒有做過這種實地的工作。由此等工作的統計中，乃獲得一種對於健康與身體狀況上的新學問。

凡因神經系統不健全而致身心組織上衰弱者，對於社會實不當然不會適應。這種天生的劣點竟使他們不能獲得享受常態生活的教育。正式的工廠拒絕他們，因為他們不能適應其需要。這種人大半都趨於作惡犯罪，對他們實不能所有希望。

所有醫生都證明花柳病對於身心均有損害。其影響能傳至兒童，且能及於第三代及第四代的後裔。如果我們要培養一個強健而聰明的種族，應即根絕花柳病，或預防其傳至後代。

遺傳既與健康有關，吾人對於個人生活的保障及其後裔的安全，實應有所注意。

先天的健全為天賦的最可愛的禮物之一。每個嬰兒都應該有這種禮物。社會對這事的印象已逐漸加深並努力使其可能了。

我們對於優生學已略有所聞，此科學乃討論與種族的改進有關的一切因子。有人說優生學是研究後裔的衛生的科學。

如果我們以自私的眼光來看生命與健康，以為衛生乃是關於個人的事，對於優生學自可置之不理。但如果我們想到種族的前途及我們自己的直系子嗣，則不能不加以注意了。我們對於下一代種族的健康與身體上的安全，自有一種熱烈的興趣。如果我們對自己忠實並真心向善，我們應當儘可能的度着一種完善的生活，使後代不會有怨恨其祖先的過失的原因。

環境對於個人福利的關係或較遺傳的為大。但某些性情上的特質及身體上的缺點之能直接遺傳或對於其後代之有一種不良的影響，這是無可置擬的。即或仍有可疑，但對其危險的可能性，亦不應忽視。

孟德爾的遺傳定律對每個農夫、愛好花卉者、畜養動物者、以及眼光遠大的父母，都會引起興趣。不論其在科學上會否認為可靠，實值得我們的研討。如果我們誠如此學說的所示，為

這種刻板的自然定律所控制，我們即應度着一種完善的生活，並實行良好的社會設施，以保證我們的後代所有的心智與體質，能如我們之所希望。

很多人對於婚姻上提出種種問題。他們需要知道表兄妹間應否結婚、患癆病者應否結婚、患梅毒者應否結婚，他們需要知道這樣的結婚於對方或所生的子女是否有害。

婚姻不應草率從事，應加嚴格的考慮與研究。雖然有些婚姻在初期有相當情感上的快樂，其後乃在身體上發生悲慘的結果，因為變為毫無生趣。婚姻對於個人及種族既有這樣密切的關係，每個青年人對此作最後的決斷時，應當加以最嚴密的考慮。

## 產期衛生

吉勃德 (Mr. Gibbard) 在他最近出版的一本著作中，對於產前衛生會精密的概括為下列三點：

- (1) 對於正常的妊娠期間的過程作有規律檢的檢查，並對於妊娠期間的衛生給予指導。
- (2) 對於妊娠、分娩及產後各期間之偶發事項，能加以預測並儘量加以防免。
- (3) 對於產婦的任何種加雜病，不論是在妊娠前即有的或由分娩期間而得的，應能發現並加以治療。

這些經常的檢查之施行，以及對於與正常過程稍有差異的重要性的估計，都需要充分的學識，經驗以及診斷的技術。我們對於產前檢查及治療的價值，都是一致贊同的。據蒂而萊 (Dr. Gertrude Dearnley) 在產前診療所中所得的經驗，它能證明未來的母親們由就診於這種診療中而得的利益是極大的。這種診療所內全部的環境須快樂而寧靜，須有便就診者發生一種自信而鎮定的情狀的趨勢，此點至為重要。

### (一) 妊娠期間的飲食：

當胎兒正在發育中時，它必須吸收營養，因此母親須供給它一切的需要。古語所謂母親須「代兩個人吃飯」一語是十分確實的，但食物的種類亦甚重要。在妊娠期中母親的細胞組織的實際容積亦有增加。胎兒需要蛋白質以製造其身體細胞，無機鹽以建造軟骨及骨骼，維生素以助無機鹽之凝固並使身體細胞保持健康，此外又需要醣類及脂肪。一個常患的妊娠的飲食中須包括牛乳（一品脫半）每日一次瘦肉或魚，雞蛋及乳餅。這些都是含有蛋白質的主要食物。價廉的牛乳之供給，對於未來的母親有極大的利益。飲食中又須有水果及蔬菜（兩個蘋果，一個橘子，新鮮的生菜及蕃茄）。如果不能供給這些物品，可以生蔬菜（如甘藍、菠菜、胡蘿蔔）當作生菜，以代水果而減少價格。必要時可服錠劑以補充鈣質之不足。

這兩類食品供給維生素及無機鹽。唯一難得充足分量的無機鹽是鐵質——所以給妊娠婦以鐵質頗為適宜。

丁種維生素大半在牛油及牛乳中可獲得，有時或較少（與牛油之來源及時季有關）故以魚肝油補充這一原素亦甚適當。如能遵照上述的飲食，即無再給與任何種維生素的需要。

麵包、糖以及任何種穀物或粉做的食品含有大量的醣類（水果所含的醣類的百分比則十分低），所以有經驗的產科醫生建議：最好將集中的醣類於每日分為六餐，以免身體中在每日三餐時有過多的醣類（致血液中的糖質增加）而在各餐間則又過於缺乏（致血液中的糖質成分又降低）。使血液中糖質的水準保持不變，以免其有過度的增加，可以避免正常的妊娠期中的嘔

吐與疾病。例如，在早晨離床前可以吃一些水果，在早晨的中間可稍進一些飲食。在不正常的妊娠情形與經多次小產的孕婦，糖質之變態的高度的曲線常是十分顯明。在飽餐醣類之後，此曲線所達高度過高，並保持此高度過久。在這種情狀下，將醣類分隔為六餐，至為重要。

母親們亦常受勸告每日飲三至四五品脫的水。這可以代表每日總共的飲料，其中包括茶及其他飲料。一切水果最好吃未煮過的。黑麵包中含有乙種維生素，故甚好。如孕婦饑餓，可勸告她吃蘋果。

孕婦飲食中蛋白質的限制，對於妊娠期間之毒血症之防免，尚未經人證實，對於就診於產前診療所的孕婦，若限制其吃蛋白質食物實為錯誤，因在大半的情形她們飲食中的蛋白質已極少。飲食中蛋白質的限制對於血毒症的治療固可有益，但我們當不能證實其無論如何必能防免此種疾病。我人常看到有些孕婦，因受到對於蛋白質的不適當的與毫無考慮的限制，而幾陷於餓斃的狀態。吾人又應切記：如果限制孕婦不吃蛋白質，她便將以麵包及紅薯以補足之，這些都是十足的醣類；因此，乃有引起水腫病及高度血壓的可能。有人曾看到有些稍有蛋白尿症的徵象的孕婦；因受囑咐每天即一個蛋亦不能吃，於一週後她們的情狀更趨惡劣。於改吃一種調勻的飲食後，此種飲食含有一種正常分量的蛋白質，她們便迅速康復；血壓下降而水腫亦消失。故對於蛋白質不宜因預防血毒症之觀念而限制太甚。

## (二) 妊娠期間血毒症的預防：

對於血毒症尙未有人證實有何方法可以防免之。目前對於預防方法既如此懷疑，那末對於此病之開端的最先的徵象之發現，實是十分重要。爲使此事有可能起見，在產前檢查中須有檢驗小便與血壓的設施。最低限度在最初數月內須每月施行一次，自第七個月以後，應兩週一次。血壓之記錄最關重要，常能於蛋白尿之發現前，表示血毒症之快要發生。因此，經常的血壓檢驗乃被認爲小便檢驗一樣的重要。醫院中應訓練所有的助產士用聽診器以檢驗血壓，俾伊等能記錄心臟擴張時與收縮時的血壓。如能經常的施行此種檢驗，則妊娠期間的血毒症，在其病狀嚴重之前，大半即能被診斷得出來。但即便有這種預防手段，亦尚有少數嚴重的病狀，一如晴天霹靂之驟然發生，甚至有些病者在幾天前完全是健康的，且毫無血毒症的徵候與現象。

在目前我們對此病尙無預防方法。蛋白尿之徵象一經確定以後，主要的方法即是使病者住醫院治療，在院中可每日施行血壓檢驗與小便中蛋白分量的測計，且可立即施行必要的緊急治療，如有更嚴重的徵候發生時。經常的檢驗至爲重要，因此住院治療有極大的利益。

慢性的肝臟病之隨妊娠中蛋白尿徵候而來，乃爲常有之事，其治療方法應著重於減輕對於肝臟有永久的損害之負擔。休息與飲食爲主要的方法，而這些以在醫院中爲最易施行。

(三) 預防小產的方法：

對於懷孕未滿三月而第一次至診療所就診之娠婦，應檢驗其內部，以確斷其子宮是否在正常的位置。如發現其子宮是後屈的，應即移正之並將一壓子宮器插入以保持其正常的位置。如娠婦之第一次檢查已在懷孕三個月或三個月以上時，便須施行腹部檢查以確斷其子宮是否在良好的位置。

將每日之醣類食物分隔爲六餐，頗爲適當，尤其對於有小產歷史的娠婦爲最適當。

經常的血液於檢查亦有價值，但只須對於曾經小產過的娠婦施行之。如各次檢驗均發現爲正的反應，適當的產前治療常能保證將來獲一健康的嬰孩。

如是娠婦有小產之慮或曾經小產過或有過不足月分娩，注射某種內分泌液常能避免之。對於此等娠婦通常所注射的爲黃體（卵巢表面之一種黃色小體）分泌液，每週兩次，直至滿第五個月爲止，但對於有些娠婦注射時期應再延長，其期限須視她們早產的歷史而定。用此方法常能使母親將胎兒懷到足月，對於母子均有極大利益。

戊種維生素亦可用以預防小產及早產，若與內分泌液注射相聯合，可有良好的效果。

如果發生蛋白尿症的徵象，照例應即予以嚴格的治療，因持久的蛋白尿症常能使胎兒死亡或使一個柔弱的嬰兒未曾足月即行娩出。

#### (四) 對於皮膚及奶頭的照料：

奶頭的感覺既極靈敏，故最好指導未來的母親對於牠們加以一種處置，尤其是在妊娠期最後六個星期時。將奶頭拉出，以一柔軟的刷指甲刷子輕輕地控制之。最初應用極輕微的力量，其後逐漸加強，直至奶頭已不很柔嫩而止。奶頭向裏縮者，若母親自己時時將它們輕輕拉出，即常能使之改善。每日如搽以 *Hazeline Cream* 或其他清潔的油類，亦有效。在此時期搽以各種精劑則無效。

腹部及臀部的皮膚上，若每日輕輕的揉擦以一種橄欖油與杏仁油的混合物，即可大見改善並可避免過度的擴張——娠婦此時可著一舊衣，至少須讓所擦的油經過一小時，然後再入浴將油洗淨。此法應自第五個月時開始。採用此法後，即很少看到有任何妊娠線，在分娩後其皮膚亦與正常者無別，並無縐紋或痕跡。以此種油擦於乳房上亦很好並能免除痕跡，但當然須在妊娠中較早一些時間即開始。對於乳房又須避免揉擦。

#### (五) 牙齒的衛生：

人們已公認：婦女於妊娠期間應在牙醫的照顧之下。因母體的鈣質有一種額外的流出，所以她的牙齒亦易於被腐蝕。此額外的鈣質如常由內服劑或每日一品脫半牛奶補充之，則對於蛆