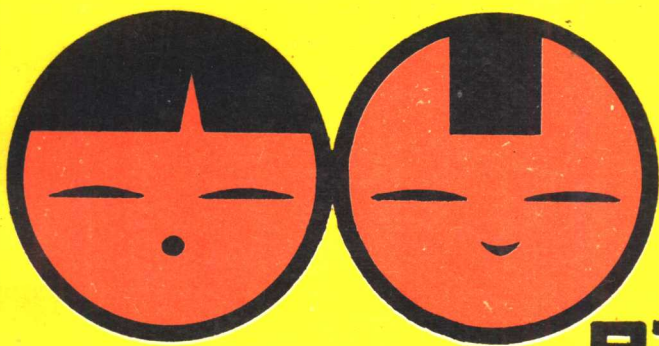


BAO CONGHUI 100 TI

宝宝聪慧



题

● 吴秀云 编著

● 轻工业出版社

宝宝聪慧100题

吴秀云 编著

轻工业出版社

内 容 提 要

本书收集近两年来全国 14 种以上卫生报刊上医学专家、教授、有临床经验医生所撰写的培育儿童智力的文章。这些文章不仅具有科学性、知识性、趣味性，而且通俗易懂易行，为读者排忧解难。主要内容包括：小儿保健例举；小儿智力培育；几种常见病防治及一般家庭护理。

本书可供全社会全体家长参考，并对专业育儿工作者有启发作用。

吴秀云 编著

吴秀云 编著

轻工业出版社出版

(北京广安门南滨河路25号)

北京龙华印刷厂印刷

新华书店北京发行所发行

各地新华书店经售

787 × 1092 毫米 1/32 印张: 4¹²/32 字数: 89 千字

1988 年 6 月 第一版第一次印刷

印数: 1—30,000 定价: 1.35 元

ISBN7—5019—0328—X/Z · 009

编写说明

本书主要收集近两年来全国14种以上卫生报刊上医学专家、教授、有临床经验医生所撰写的培育儿童智力的文章。这些文章不仅具有科学性、知识性、趣味性，而且通俗易懂易行，为读者排忧解难。现精选出100篇共10余万字汇编成书，主要内容包括：保健例举；智力培育；常见病防治。

本书敬献给孩子们的家长，妇幼保健人员及一切为了孩子们的幸福和健康而辛勤工作的同志们。希望通过这些科学知识能够帮助大家安排好孩子们的生活，在优生、优教方面选择更有益于智力发育的方式。为了祖国的繁荣昌盛，为了第二代、第三代从小养成良好的文明卫生习惯，让我们共同努力，做好优生、优育和优教工作，使孩子们更加聪明可爱，更加健康地成长。

本书的编写方式仅是一种尝试。由于编者水平有限，不够完善的地方和存在的缺点错误在所难免，希望广大儿科工作者及读者提出宝贵意见和建议。

编者

吴秀云

1987年9月

目 录

第一部分 保健例举

人类当今面临的重大课题——优生·····	(1)
优生与父母年龄有关·····	(2)
母亲情绪对胎儿的影响·····	(2)
怀孕初期应少看电视·····	(3)
怎样保护新生儿·····	(4)
新生儿脐带的护理和脐炎处理·····	(6)
为什么有的婴儿会长“马牙”·····	(6)
重视母乳喂养·····	(7)
以高浓度奶制品喂新生儿危险·····	(8)
给婴儿晒太阳要注意什么? ·····	(9)
怎样给孩子洗澡·····	(10)
怎样保护儿童的皮肤·····	(11)
为了儿童健康·····	(12)
孩子应几岁开始刷牙? ·····	(12)
乳牙不退又生恒牙怎么办·····	(13)
“虫牙”要早治·····	(13)
逗婴幼儿笑要适度·····	(14)
幼儿谨防牵拉肘关节·····	(14)
怎样和周岁孩子一起玩? ·····	(15)
购制孩子衣装应注意卫生要求·····	(18)
幼儿衣着与健康·····	(20)

小孩长得最快的月份是 5 月.....	(22)
儿童长高的一个秘诀——春季补充蛋 白质.....	(22)
如何给婴儿添加辅助食品.....	(23)
小儿怎样补锌吸收好.....	(24)
幼儿一周食谱.....	(25)
注意纠正婴幼儿的不良习惯.....	(26)
小儿俯卧有利健康.....	(28)
为什么孩子会厌食.....	(30)
偏食是儿童健康发育的大敌.....	(31)
糖与独生子女的脾气.....	(32)
如何对待孩子打架.....	(33)
小孩不爱吃蔬菜怎么办.....	(34)
年长儿不宜多吃乳制品.....	(35)
塑造体型美要从儿童开始.....	(35)
怎能知道婴幼儿发育是否正常.....	(36)
哪些因素影响孩子的生长发育.....	(38)
由疾病引起的婴儿哭啼.....	(40)
小儿为什么喊腿痛.....	(40)
儿童头部外伤后应注意什么.....	(41)
怎样能使您的小儿不贫血.....	(42)
为什么小儿容易患中耳炎.....	(44)
怎样观察小儿的粪便.....	(44)
儿童发烧不可轻易服用 A P C.....	(45)
小儿夏季热的防与治.....	(45)
婴幼儿腹泻种种.....	(46)
观察孩子睡眠也能发现疾病.....	(49)

让孩子吃好·玩好·睡好·····	(49)
游戏对儿童身心发育的影响·····	(51)
小儿免疫预防注射程序·····	(52)
预防接种后有哪些反应·····	(54)
预防注射不会传染爱滋病·····	(55)
打好预防针预防大脑炎·····	(56)
卡介苗接种后局部溃疡怎么办·····	(57)

第二部分 智力培育

美国心理学家谈神童的成长·····	(58)
神童不神·····	(58)
漳洲神童吴蓓——培育的结果·····	(59)
营养与智力发育·····	(61)
愿天下父母都能当好孩子的第一任老师·····	(62)
颜色影响婴儿智力·····	(64)
母亲吸烟对孩子智力发育的影响·····	(64)
高抛孩子的害处·····	(65)
怎样与您的孩子交往·····	(66)
当孩子发脾气时·····	(67)
发现孩子掌握学习的“敏感期”·····	(69)
0~3岁——孩子体智发展的关键期·····	(70)
3岁到学龄前的小儿需要充实的生活	
——这是启发孩子天赋的最好时机·····	(73)
从小发展儿童的观察力·····	(74)
保护儿童的听觉·····	(76)
立体声音乐对孩子的影响·····	(78)
对幼儿应进行有层次的教育·····	(79)

浅议学龄前儿童的心理卫生.....	(80)
儿童上学前后的心理准备.....	(81)
学龄前儿童的家教问题.....	(83)
为学龄前儿童创造一个良好的家庭环境.....	(84)
不要将聪明毁于溺爱中.....	(85)
注意培养幼儿的劳动习惯.....	(86)
启迪智慧有益于健康.....	(86)
一把开启孩子智慧的钥匙.....	(87)
从小培养孩子的自信心.....	(89)
要培养孩子的自尊心.....	(91)
要重视孩子的“情感饥饿”.....	(92)
早期教育九要九不要.....	(94)
防止孩子心理变态四要.....	(103)
重视孩子性格培养.....	(104)
保证儿童身心全面健康成长.....	(105)
值得全社会重视的问题：意志薄弱的 儿童在日益增多.....	(106)
晚睡晚起是儿童健康之敌.....	(107)
儿童电视孤独症.....	(108)
您的孩子有多动症吗.....	(109)
教育从出生开始行吗.....	(110)
过于严厉对孩子智力的影响.....	(112)
孩子低能原因种种.....	(113)
父母文化水平与育儿知识不成正比.....	(115)

第三部分 常见病防治及一般家庭护理

卫生部颁发《小儿四病防治方案》.....	(117)
----------------------	-------

小儿佝偻病防治	(118)
小儿营养性缺铁性贫血防治	(120)
婴幼儿腹泻的预防及家庭治疗	(122)
小儿肝炎的家庭护理及消毒	(124)
小儿肺炎防治	(126)

第一部分 保健例举

人类当今面临的重大课题——优生

优生，通俗地说就是生育健康聪明的后代。具体地说有两种：一种是研究防止或减少有严重遗传病和先天畸形的个体出生；这叫预防性优生学。另一种是研究如何促进体力和智力上优秀个体的出生；这种叫进取性优生学。为什么要优生呢？请看下面几个触目惊心的数字：美国1960年估计每一亿个新生儿中约有400万患有各种出生缺陷；1971年统计美国全国有117万儿童为先天智力低下，还有一百几十万儿童患有其他出生缺陷（如先天性聋哑，先天性心脏病等），加在一起有250万之多！如果先天性、遗传性疾病的发病率在全世界基本相同的话，那么按我国的总人口计算，就至少有一千万儿童患有各种智力和体格上的先天性、遗传性缺陷，这对个人、家庭、社会是一个多么沉重的负担啊！由此可知，优生对于人类发展何等重要和必要。其实，在很早以前，人类就已经认识到优生的重要性，如我国春秋战国时期的典籍中，就有“男女同姓，其生不蕃”的说法（这里的同姓应理解为指血缘关系较近），说明对近亲结婚的危害已有一定的认识。那时，由于科学水平的限制，还不可能提出系统的优生理论。优生作为一门学科，仅仅是一百年前的事，提出“优生学”这一词的是英国科学家高尔顿，那是1883年。当时，达尔文

的进化论专著《物种起源》已经问世，遗传学方面的研究也有较大的进展，这就为优生学的兴起奠定了基础。

到二十世纪初，英、美、法等国家就先后开展了优生运动。当然，优生学逐步完善是近几十年的事，由于细胞遗传学、分子遗传学、人类遗传学以及医学遗传学的发展，优生学已进入了一个新的时期，现在人们不仅可以通过遗传咨询、婚前检查、孕期保护、产前诊断、选择流产等手段避免出生有先天性、遗传性疾患的婴儿，而且可以通过冷冻贮存优良的生殖细胞进行人工授精、体外受精、胚胎移植和人胚体外培养等方法保证优秀个体的出生。

优生与父母年龄有关

在70年代，国外学者就注意到“优选配偶”对优生有很大影响。他们搜集了2000多名世界各国天才人物（其中有科学家、哲学家）等出生时父母的年龄，得出的结论是天才人物的父母年龄相差总是较大的。当父亲的年龄多在30岁以上，母亲年龄在20岁以上时，生下的孩子最容易成才。这是因为智力的遗传大多数来自父亲，而30岁以上的父亲正是智力成熟的时期，年轻的母亲则给婴儿在母腹中的发育创造了良好的条件。

母亲情绪对胎儿的影响

、母亲和胎儿之间虽然没有神经联系，但血液中的化学物质是沟通的。母亲的情绪变化引起某些化学物质的变化，从而会影响着胎儿，因为他们毕竟是一脉相承的！

母亲良好的情绪虽受外界环境因素的影响，但最基本的因素还要靠母亲的自身控制。在怀孕的10个月生活中，难免有许多不顺心的事，比如，别人说你娇气了，你听了后感到很委屈；又如，爱人因为忙没能陪你去医院检查等等，你采取的态度是什么呢？生气、哭、和爱人吵嘴，这些都不对。别人说得过分了，爱人做得可能不对，而你要学会容忍，理解和谅解，对事要采取乐观的态度。胎动的多少，可以显示胎儿是正常还是异常。据观察，当母亲情绪激动时，胎动增加；如果激动的时间延长，胎动也会相应地增加，有时可以达到正常胎动的10倍，这时可以说，胎儿在母体内处于一种窘迫不安的状况。在孕期经常听好听的音乐，看美丽的鲜花，对胎儿的发育固然有益处，但莫过于良好的环境、稳定的情绪、愉快的心情对胎儿的影响。这些属于心理调节范畴的知识，是母亲怀孕期应加以重视的。

怀孕初期应少看电视

妇女怀孕初期，常有恶心呕吐、厌食疲乏、懒于活动的妊娠反应，许多人用观看电视节目的方法来消遣时间。其实，怀孕初期的妇女多看电视对胎儿的发育是极为有害的。

电视机在播放节目时，显像管不断发出肉眼不能看见的爱克司射线，这些射线有一部分被管壁的重金属吸收了，有一部分则跑到了外面。这种射线含辐射量轻微，对大多数观众不构成什么危害，但长期少量辐射的积聚作用，对胎儿健康的不良影响是不容忽视的。它往往容易使孕妇流产或早产，还有可能使胎儿变成畸形，特别是对第一至第三个月的胎儿健康危害更大。

据美国一项统计报告，德伯特公司有12名孕妇在荧光幕前工作，在一年间竟有7人流产，一人早产；国防部兵役局有15名孕妇在荧光幕前工作，在一年间竟有7人流产，3人产下畸形婴儿。其危害程度都在60%以上。所以妇女在怀孕期间应尽量少看电视，更不可长时间、短距离、对正荧光幕收看。如若短时间观看电视，也应距离电视机2米以上为宜。

未来的年轻妈妈们，为了生育一个发育健全的小宝宝，怀孕初期还是少看电视好！

怎样保护新生儿

北京协和医院儿科专家籍孝诚教授就当前独生子女父母所关心的问题，答《生活与健康》报记者问。

问：新生儿时期的主要危险是什么？

答：就北京来说，刚解放时每生1000名婴儿在1岁以内要死亡110人，经30余年妇幼保健工作的实施，现在婴儿死亡率已降到11%。这是一件了不起的事。现在新生儿时期最常见的死亡原因，是生后一周内的婴儿窒息。胎粪吸入，肺透明膜病等呼吸系统病也不少。由于新生儿抵抗力低，各种细菌和病毒感染也是主要的敌人。

问：新生儿感染常常是哪些细菌造成的？

答：多年来我国新生儿感染中，最常见的是金黄色葡萄球菌和大肠杆菌。近年又常见一些象表皮葡萄球菌、微球菌、克富白杆菌等造成危害，这些细菌有的本不致病但新生儿身体弱了，它们就乘虚而入，叫条件致病菌。到底真是这些细菌感染的前比前多了？还是因实验室方法改进，以前不认为

是问题的，现在注意到了。这是一个有待进一步观察的问题。

问：如果新生儿得了细菌感染，做父母的怎样才能发现呢？

答：细菌感染中最重要的是败血症。即细菌在血中繁殖引起的全身感染。这时婴儿精神很差，不吃奶，体温升高或者不升，脸色发灰或全身皮肤发黄，有时细菌散布全身还可以看到有小脓疮，细菌侵入肺部，可同时造成肺炎，病儿呼吸困难，嘴唇发青，吐白沫。如果发现上述任何可疑迹象应立即就医。

问：要防止新生儿感染，有什么好办法呢？

答：婴儿本身的抵抗力很重要。胎儿在母腹中，与外界隔绝，出生后，环境骤变，但体内免疫能力还未产生，这时应特别加强保护：脐部要干净，皮肤不要损伤，呼吸道也要防止细菌侵入，有些在医院里分娩的产妇，希望在医院里多住一段时间，其实并不好，因为医院里病人多，被感染的机会多，另一方面，要大力提倡母乳喂养，因为初乳中富有抵抗疾病的物质——抗体，以及铁、蛋白质等，因此常常可以看到在同一环境中一个喂牛奶的婴儿患了病，而喂母乳的就不得病。世界卫生组织要求喂母乳达到4个月以上的占所有婴儿的80%，有些国家做到了，而我国象北京只有20%。主要是有的年轻妈妈，不懂得自己奶水的价值，或者怕麻烦，或者怕体型变化等等不合实际的想法，轻易放弃母乳这最宝贵的东西。希望母亲们履行自己的职责，为了您宝宝的健康，坚持母乳喂养。

新生儿脐带的护理和脐炎处理

新生儿出生后，脐带结扎，一般在3至7天干后脱落。因为脐血管与新生儿的血液相连，脐带管在体内部分，须出生后3至4周才完全闭合，如果保护不好会感染而发生脐炎，甚至危及生命。所以要精心护理。出生后要每天检查脐带，保护局部清洁、干燥，可用消毒棉签的75%酒精每日涂擦脐带根部的分泌物或血迹，这样，一方面起到消毒作用，另外可促使脐带早日干枯脱落。包扎脐带的腹带不宜移位或松散，要保持清洁，如果被大便污染要及时更换。如果发现脐带根部或脐带脱落后创面红肿，有少量粘液或脓性分泌物，有臭味，轻者可用75%酒精清除分泌物后，再涂以1%龙胆紫或少量消炎粉（每天1次）。严重者除局部红肿外，腹部皮肤也浸润红肿，此时患儿可出现拒奶、腹胀、呕吐、烦躁不安，唇红口干等症状，应及时送医院作进一步诊治。

为什么有的婴儿会长“马牙”

有的孩子刚刚出生或出生后不久牙床上长着大大小小、数目不一的白色小球，看起来很象乳牙，其实不是真正的牙齿。这是由于牙齿在胚胎发育过程中剩余的上皮细胞聚集和角化而形成的，俗称它为“马牙”。还有的孩子出生时或出生后不久就长出乳牙，虽然很少，但也是有的。“马牙”能自然脱落，不会影响今后的出牙和换牙。家长们不要紧张，惊慌，如果有牙痛，希望带孩子到口腔科检查治疗。

重视母乳喂养

随着人民生活的不断提高，代乳品的增多导致母乳喂养出现了新的问题，这就是母乳喂养率逐年下降，越是大城市，下降越明显。

天津市对市内 0 ~ 6 月龄的 3567 名婴儿的喂养情况进行了调查，发现满 3 月完全母乳喂养者为 46.3%，满 6 月完全母乳喂养者为 36.8%，距世界卫生组织在上海会议提出的要达到 80% 的目标相差甚远，应引起医生和产妇的重视。

母乳是婴儿最理想的天然食品，它所含的营养素最适合婴儿需要；母乳中含有免疫球蛋白，溶菌酶，乳铁蛋白，能保证婴儿免受致病微生物的侵袭，还含有一些重要的微量元素。母乳喂养经济，方便，不需要消毒。直接喂养，温度适宜，既能密切母子感情，又能及时观察婴儿的变化，还对母亲产后子宫回缩有帮助，母乳喂养对母婴都有好处。

天津通过调查还发现了以下几种情况：

一、母亲产后食欲好，母乳喂养率高，食欲差者，母乳喂养率低。因此提倡母乳喂养，能促进母亲食欲。

二、家族因素：母亲本人在婴儿期是否以母乳喂养对以后辅喂自己婴儿的方式有明显的影响。母亲在婴儿期时母乳喂养者，母乳喂养率高。

三、产假长且睡眠时间充足，母乳喂养率高；产假时间短，又睡眠时间不足，母乳喂养率低。因此除了延长产假期限外，尽量保证睡眠时间。

四、哺乳期口服避孕药及放置宫内节育器者，对母乳喂养有不利影响，而绝育者影响较小，因此产后以男方避孕为

恰当。

五、产后月经来潮是催乳素水平降低的一种表现，结果乳汁分泌随之减少，而母亲自己哺喂婴儿者，由于婴儿吸吮可提高血清内催乳素的水平，从而伴有闭经对预防月经过早恢复有利。

六、喂母乳次数。新生儿期，喂母乳次数愈多，母乳喂养率愈高，乳汁分泌愈充足。以后随着婴儿月龄的增加，哺乳时间和次数逐渐形成规律，所以定时喂养者，母乳喂养率高。

七、难、顺产。顺产者，母乳喂养率高；难产者，母乳喂养率低；胎儿体重过大的和高年初产妇是造成难产的重要因素；难产者，产院又推迟开奶，不利于母乳喂养。

八、产后开奶时间。开奶时间愈早，母乳喂养率高，开奶时间晚者，母乳喂养率低。因此要改革医院产科的制度，提前开奶（6～12小时内为好）。增加喂奶次数，逐渐做到产后母婴同室。

九、母亲产前劳动性质。体力劳动者，母乳喂养率高；脑力劳动者，母乳喂养率低。故提倡脑力劳动者多参加体育锻炼，可提高母乳喂养率。

以高浓度奶制品喂新生儿危险

有对夫妇不能生育，想方设法从外地要了一个生后7天的男婴。养父兴冲冲抱着婴儿上了火车。一路上唯恐孩子饿着，见哭就喂，每次间隔1～3小时，喂时用4汤匙奶粉加3至4汤匙水冲成浓奶，岂知，次日，孩子竟发起热来，排粘液稀便数次，尿也少了，唇舌干燥，烦躁不安，有时抽风。