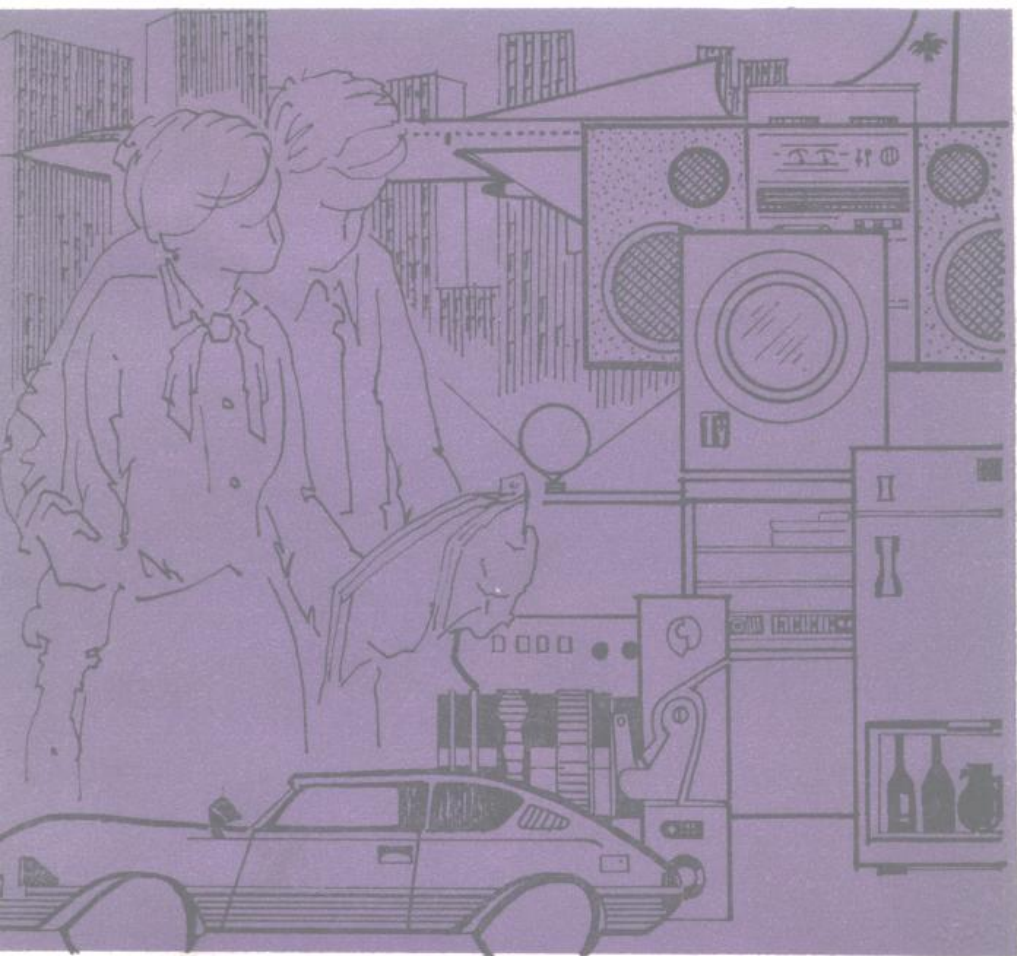


外国家庭与生活



中国展望出版社

外国家庭与生活

辛仲慧 编译

中国展望出版社

一九八一年十二月·北京

外国家庭与生活

辛仲慧

•

中国展望出版社出版

北京白塔寺太平桥大街四号

北京印刷三厂印刷

北京市新华书店发行

787×1092毫米 1/32开本 27.5印张 插页4

1982年6月北京第1版第1次印刷 1—260,000

统一书号：17271·007 定价：3.25元

第一编 家庭教育



目 录

第一编 家庭教育

一、德 育

儿童的道德教育·····	1
谈潜移默化·····	7
谨防孩子在场 ——记一位家长的话·····	9
谈谈对儿童的奖惩·····	10
如何培养守纪律的习惯·····	11
对孩子要有正确的态度·····	12
教育儿童要考虑他的年龄与知识水平·····	14
谈身教对儿童性格的影响·····	15
培养儿童的文明行为·····	16
诚实教育·····	17
如何培养劳动习惯·····	18
怎样培养不同性格的儿童·····	20
作青少年的大朋友·····	21

二、智 育

家长应如何为儿童创造学习环境·····	25
智力发展有连续性吗·····	27
关于智力商数·····	27
书籍与儿童智力发展·····	28

幼儿的营养与智力·····	29
如何对待幼儿的好奇心·····	29
幼儿的语言·····	33
谈儿童的语言锻炼·····	35
儿童入学前的家庭准备教育·····	36
小学生智力测验题·····	38
高年级学生的业余时间怎样利用·····	39

三、体 育

学龄前儿童作息制度·····	42
玩具的种类·····	44
玩具与游戏·····	46
怎样为孩子选择玩具·····	46
玩具的卫生要求·····	47
玩具与智力发展的关系·····	47
儿童与游戏·····	48
孩子们也需要室内游戏·····	49
介绍幼儿室内运动·····	52
有益的业余活动·····	53
培养儿童正确姿势·····	56
孩子的胖与瘦·····	58
谈谈儿童的进食问题·····	60
教育孩子讲究卫生·····	62
孩子们的园地·····	63

四、美 育

儿童的美学教育·····	66
--------------	----

诗歌与美育·····	68
加强音乐教育·····	70
小鱼与儿童·····	70
怎样教孩子画画·····	70
自制玩具·····	71
化装晚会的服装·····	73

五、各个时期的教育

谈谈幼儿教育·····	75
婴儿出生三个月发育记录·····	76
八、九个月的婴儿需要学会什么·····	78
一岁的孩子·····	79
两岁的孩子·····	84
三岁到六岁的孩子·····	86
六岁到十一岁的孩子·····	89
青春期开始·····	96

六、一些特殊问题

孩子有嫉妒心怎么办·····	100
孩子咬人怎么办·····	101
孩子为什么咬指甲·····	102
谈谈孩子说下流话的问题·····	102
孩子闹脾气时怎样对待·····	102
孩子撒谎怎么办·····	104
要不要告诉孩子他是领来的·····	105
领来的孩子如何教育·····	106
如何对待孪生子·····	107

父母离婚对儿童的精神影响·····	107
父母离婚或分居时孩子怎么办·····	108
父亲不在孩子身边怎么办·····	109
如何照料有缺陷的孩子·····	111
幼儿谈论生与死·····	113
如何对待幼儿的眼泪·····	114
如何克服就诊儿童的恐惧心里·····	116
需要更沉着和有耐心·····	117
谈谈儿童的神经质·····	119
有些孩子为什么格外淘气·····	121
如何克服害羞心理·····	123
注意儿童口吃·····	124
教育孩子提防坏人	
——应引起家长注意的问题·····	125
需要告诉孩子们的事·····	127

七、格 言

理想与情操·····	129
工作与劳动·····	130
科学与知识·····	132
读书与学习·····	133
学校与家庭教育·····	135
纪律、自由和法律·····	137
爱和友谊·····	138
个人品质与修养·····	139
文明与礼貌·····	142

八、伦理、道德、社会风尚

老少两代之间·····	143
谈礼节·····	149
珍惜你的年华	
——正告少年嗜酒者·····	152

九、介绍斯坡克、丘柯夫斯基、马卡连柯

本杰明·斯坡克·····	155
科尔涅·丘科夫斯基·····	156
安东·马卡连柯·····	156

十、附 录

童稚妙语·····	157
童话故事	
在森林里·····	159
长羊耳朵的国王·····	161
熊与仙鹤·····	162
狐狸、刺猬和田鼠·····	164
寓言诗	
乌鸦和狐狸·····	165
狐狸和葡萄·····	165
毛驴和夜莺·····	165
狼和小羊·····	166
母狼和小狼·····	167
狮子打猎·····	167
大狼和仙鹤·····	167

公鸡和珍珠	168
狼和猫	168
农民和羊	169
爱宠的象	169
靴钉	170
高傲的水滴	170
特殊意见	170
肥皂泡	171
小马和猪	171
地板和笤帚	171
河边的猫	171
大河马	172
甲虫和蚂蚁	172
金丝雀谈山火	172
与众不同的母鸡	173
牵牛花和大树	173
外国著名摇篮曲十首	174
国际通用标志	186

第二编 妇幼保健

一、婴儿的喂养、照顾及其它

新生儿的一般情况	189
喂奶	190
添加营养与卫生	191
婴儿角	192

给婴儿洗澡·····	194
婴儿的衣服·····	195
婴儿空气浴·····	196
散步·····	197
常见的一些小毛病·····	197
婴儿的训练·····	198
玩具·····	200
婴儿的睡眠·····	200
婴儿按摩与体操·····	201
爱生病的孩子·····	204
乳儿脑门上的黄白痂如何处理·····	208
二、妇女的生理卫生 ·····	208
幼年期·····	208
青春期·····	209
性成熟期·····	210
更年期·····	211
绝经期及老年期·····	211
三、计划生育和避孕知识 ·····	212
避孕套·····	212
阴道隔膜·····	212
节育环·····	213
口服避孕药·····	214
绝育手术·····	214
人工流产·····	217

四、孕妇保健常识 217

孕妇饮食..... 218

孕妇个人卫生..... 219

孕妇的体重..... 220

分娩..... 221

产后病及其预防..... 222

妇科炎症与理疗..... 224

妇女尿道感染和肾脏疾病..... 231

五、常见儿童传染病

细菌性痢疾..... 234

白喉..... 234

百日咳..... 236

猩红热..... 237

麻疹..... 238

风疹..... 239

婴儿玫瑰疹..... 239

水痘..... 240

腮腺炎..... 240

急性化脓性脑膜炎..... 241

急性脊髓灰白质炎..... 242

六、儿童肾脏病及其防治

父母们要当心..... 243

肾脏会有哪些病..... 243

哪些孩子容易患肾病..... 244

发育和其它方面的原因·····	244
患病时的一些症状·····	245
早发现、早治疗·····	246
患病期应注意些什么·····	247
饮食与治疗·····	247
七、预防儿童溃疡病 ·····	249
八、佝偻病 ·····	253
九、儿童口腔炎 ·····	255
十、小孩夜游病 ·····	258

第三编 家庭医学

流行性感冒·····	261
支气管哮喘的防治	
病原与病因 ·····	263
肾上腺皮质激素制剂与支气管哮喘·····	264
病人的心理状况和一些做法的后果·····	266
医疗体育和按摩对治疗支气管哮喘的作用 ·····	268
自我按摩 ·····	268
医疗体操 ·····	270
坐在椅子上的动作 ·····	271
慢性肝炎与肝硬化·····	272
胃灼热——烧心·····	275
呃逆·····	275
多汗·····	276

鼓胀·····	276
维生素过多症·····	277
鼻血·····	278
喉炎·····	279
牙齿的磨损及其保护·····	280
拔牙后能否用高锰酸钾漱口·····	281
乌龙茶可防止蛀牙·····	282
孕妇可以拔牙吗·····	282
智齿与年龄·····	283
咽喉也需要锻炼·····	283
怎样保护眼睛·····	284
眼压与青光眼的发生·····	285
虹膜睫状体炎·····	288
兔唇与狼咽·····	288
荨麻疹与受凉·····	289
静脉曲张·····	290
精索静脉曲张·····	291
小心幼儿手臂脱环·····	291
关节咯咯响是怎么回事·····	292
脊神经根炎·····	293
腰痛·····	293
动脉粥样硬化·····	294
中风的起因及其预防·····	295
如何与高血压病作斗争·····	298
低血压及其防治·····	301
肌肉紧张与头痛·····	304
胸痛及应注意的事项·····	306

使心脏中毒的毒素·····	308
酒渣鼻·····	310
丹毒·····	312
梅毒与后代·····	313
痢·····	314
化脓性皮肤病——脓皮病·····	315
银屑病——牛皮癣·····	316
白癜风——白斑病·····	318
疱疹·····	319
脚癣的防治·····	319
秃发原因种种·····	321
痣·····	322
平足症·····	323
修脚·····	325
怎样使脚保持暖和·····	326
癌症的 125 种危险征象·····	326
如何诊断乳腺癌·····	330
防癌十诫·····	332

第四编 急救与护理

一、急救常识·····	333
流血·····	333
碰伤·····	335
擦伤·····	336
脱臼·····	336

骨折.....	336
煤气中毒.....	337
触电.....	338
烧(烫)伤.....	339
冻伤.....	340
食物和化学剂中毒.....	340
有机磷杀虫剂中毒.....	341
溺水.....	341
昆虫、毒蛇和疯动物咬伤.....	343
从眼、耳、鼻内取出异物.....	344
扭伤.....	345
晕厥.....	345
中暑	
热辐射中暑	346
日射中暑	346
预防	347
急救	347
人工呼吸与心脏按摩.....	348
怎样抬病人.....	348

二、病人的护理..... 349

心肌梗塞患者及护理.....	353
肾结石切除后要注意什么.....	355
防治痢疾工作中的新措施.....	357
流感患者的护理.....	358
如何使用氧气枕.....	358
肺部手术以后.....	359

如果出现剧痛·····	362
三、家庭药箱 ·····	362
医用热水袋的用法·····	363
慎用镇痛药·····	363
慎用磺胺类药物·····	364

第五编 家庭保健

养生之道·····	367
风湿病患者必须加强体育锻炼·····	368
缺少活动的恶果·····	368
运动对糖尿病的影响·····	369
小汽车与糖尿病·····	369
心脏病与体育锻炼·····	370
游泳可防治风湿症·····	370
笑 最好的体操·····	370
心胸开阔于身有益·····	371
推迟衰老进程——情绪可以控制·····	372
快走、慢跑与散步·····	372
跑步对中、老年人适合吗·····	373
长跑有益，但要谨慎·····	374
心脏病患者与自行车·····	374
蒸汽浴能消除疲劳·····	375
海水浴的好处·····	375
睡眠卫生·····	376
睡前散步·····	378