

学前儿童卫生保健基础

[苏] A.П.恰鲍夫斯卡娅 著
高维汉 王秀钟 宋盛绪 译



人民教育出版社

学前儿童卫生保健基础

〔苏〕 A. П. 恰鲍夫斯卡娅 著

高维汉 王秀钟 宋盛绪 译

人民教育出版社

А. П. ЧАБОВСКАЯ
ОСНОВЫ ПЕДИАТРИИ И ГИГИЕНЫ ДЕТЕЙ
ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

МОСКВА, «ПРОСВЕЩЕНИЕ» 1980

学前儿童卫生保健基础

[苏] А. П. 恰鲍夫斯卡娅 著
高维汉 王秀钟 宋盛绪 译

人民教育出版社出版
新华书店北京发行所发行
人民教育出版社印刷厂印装

开本 850×1168 1/32 印张 7.625 字数 182,000

1981年12月第1版 1982年10月第1次印刷

印数 1—32,000

书号 7012·0474 定价 0.97元

出版说明

本书经苏联教育部批准为师范学院学前心理学、教育学专业学生用的教科书。书中对学前卫生保健学中的一些基本问题，如年龄分期，儿童的身体健康和发育，儿童身体各器官和系统的卫生，体育教育，儿童饮食卫生，儿童服装卫生，儿童疾病及其预防，意外事故与外伤急救，学前机构的卫生教育与医疗服务以及环境卫生的组织工作等问题做了较详细的阐述。

本书内容比较丰富具体，实践性强，各章还编写了测验题和作业，可供高等师范院校学前教育专业和幼儿师范学校师生以及保教工作者、儿童卫生保健工作者和广大年轻父母参考。

本书是根据苏联教育出版社1980年修订本译出。各章译者：高维汉译引言及第二、四、七、八章；王秀钟译第一、三、五章；宋盛绪、王秀钟合译第六章；宋盛绪译第九章和附录。

人民教育出版社

1981年12月

目 录

引言	1
第一章 年龄分期 儿童的身体健康和发育	7
第一节 各年龄分期的特点	7
第二节 儿童的身体发育和健康	14
第二章 身体各器官和系统的卫生	19
第一节 神经系统的卫生	19
第二节 视觉卫生	34
第三节 呼吸器官与发音器官的卫生	43
第四节 消化和排泄器官的卫生	45
第五节 皮肤卫生	46
第三章 体育	49
第一节 组织体育锻炼的卫生学	49
第二节 体态教育和扁平足的预防	53
第三节 锻炼	57
第四章 儿童饮食卫生	72
第一节 饮食在机体生命活动中的作用	72
第二节 食物的成分	72
第三节 1岁小儿的喂养	84
第四节 1—7岁小儿的饮食	93
第五节 食品、厨房和食具卫生	96
第五章 儿童服装卫生	99
第一节 服装的功用	99
第二节 1岁前小儿的服装	100
第三节 学前儿童的服装和鞋子	102
第六章 儿童疾病及其预防	106
第一节 病原微生物和机体的防御性能	106

第二节	儿童集体中的传染病及其预防	109
第三节	儿童急性传染病	113
第四节	急性病毒性呼吸道传染病	130
第五节	胃肠道疾病	134
第六节	慢性儿科疾病	144
第七节	皮肤病	156
第八节	小儿神经过敏及其预防	161
第九节	营养不良	166
第七章	意外事故与外伤的急救	170
第一节	损伤	170
第二节	灼伤和冻伤	176
第三节	热射病和日射病	178
第四节	虫、蛇咬伤时的急救	179
第五节	异物进入人体时的急救	181
第六节	对溺水者的急救	183
第八章	学前机构的卫生教育与医疗服务	186
第九章	环境卫生的组织工作	190
第一节	活动场地 建筑物 房间	190
第二节	设备	198
第三节	空气介质	206
第四节	供水	215
附 录		218

引 言

儿童保健学及学前卫生学的对象和任务

儿童保健学是一门研究健康儿童和患病儿童的科学。其内容包括从出生时起直到性成熟期到来为止的儿童生理学、营养学、卫生学、病理学以及治疗等问题。

现代儿童保健学对于少年儿童疾病预防和卫生等问题尤为重视。

对于经常与健康儿童接触的学前机构工作人员来说，通晓少年儿童卫生学中学前卫生学这一部分的基本问题是十分重要的。

学前卫生学是研究外界因素对学前早期和学前儿童的发育和健康状况影响的科学。考虑到年龄特征的同时，学前卫生学制定出的一系列措施以增强儿童体质，使他们能够协调地发育并在学前机构中受到良好的教育。学前卫生学以必要的规章制度来武装学前机构工作人员。如能认真执行就可以确保整个教育工作顺利进行、促进儿童身心正常发育、增强儿童健康。

学前卫生学中，对于任何一种外界因素的评价都取决于该因素对于儿童的发育过程和健康状况产生何种影响，因为成年人的体质、工作能力以及寿命长短在很大程度上是由他童年时期的健康状况决定的。故而，学前卫生学所解决的是一系列带有社会卫生性质的问题。

在苏联，儿童保健学和学前卫生学的研究工作是以马克思列宁主义关于机体与外界环境统一，在机体发育中社会因素和高级神经活动起主导作用的学说为依据的。

根据苏维埃教育体系对儿童保健学和学前卫生学提出的任务,其研究对象是:

学前早期和学前儿童的年龄特征;

儿童的健康和身体发育;

儿童疾病预防,以及意外事故、外伤的急救:儿童疾病、外伤的成因及其对儿童机体的影响。儿童患病的特征,以及在学前机构中防止儿童患病和避免意外事故的办法;

神经系统和各器官的卫生:不同年龄班儿童的合理的生活制度(睡眠、游戏、学习等的卫生组织工作),视觉、呼吸、消化器官的卫生等等;

体育:增强骨肌系统,体育课、早操的卫生组织工作,姿态教育和体格锻炼;

儿童饮食的卫生基础:饮食作为儿童健康和身体正常发育源泉的作用,饮食标准的制定,不同儿童集体中儿童饮食的调配,以及对食物、整个食堂和厨房的卫生要求;

儿童的卫生教育,对家长和工作人员的卫生教育,学前机构内的医疗服务工作;

学前机构规划、建筑、设备安装的卫生原则:托幼机构类型的确定及其在居民点内的布局,学前机构的卫生技术设施、设备的建造,儿童器具、教具、玩具,以及服装的制作等等。

儿童保健学、学前卫生学与其它科学的联系

儿童保健学和学前卫生学紧密相连,其研究工作是以生物学、医学、教育学、心理学以及其它科学的

实验和研究成果为依据的。年龄生理学和年龄形态学是儿童保健学和学前卫生学的自然科学基础。具体地说,年龄生理学和高级神经活动规律的知识可以使人们正确地研究学前早期和学前儿童教

育和教养过程中的全部卫生学问题。

预防学前机构中的疾病是儿童保健学和学前卫生学的任务之一。为了顺利地完成任务,应当很好地了解儿童发病的原因、传播的方法以及疾病的症状。

儿童保健学和学前卫生学在制定儿童疾病预防措施时,以流行病学、眼科学、耳鼻喉科学等其它科学的资料为根据。儿童保健学和学前卫生学根据这些资料为患过急性传染病、功能异常和患有慢性病的儿童的发育创造良好条件。

学前卫生学在解决学前机构的规划、建筑、设施、内外装饰中的一系列有关卫生问题时,以建筑学和建筑的基本原理为指南。

研究方法

儿童保健学和学前卫生学所采用的研究方法与卫生学和其它科学相同。自然卫生实验法是基本的研究方法。采用这种方法,可以研究具体生活环境中影响儿童身体的一种因子,也可研究多种外界因子的综合影响,并以此科学资料为依据,来进一步使儿童的生活条件规范化。

研究儿童机体对被研究因素的反应是通过生理学、生物化学、临床医学等方法来进行的。还可以采用对比法,使用这种方法,既可以研究健康儿童和患儿的机体功能,也可以研究不同年龄时期儿童的机体功能活动。

所得资料的加工整理可用数学统计法进行。为了研究儿童健康状况和身体发育的变化过程,以及制定标准,儿童保健学和学前卫生学广泛采用卫生统计法。

实验室的实验方法主要用来核正和补充自然卫生实验中和临床中所获得的某些资料。

在苏联,儿童保健学和学前卫生学所制定的卫生保健措施是由国家医疗服务系统实施的。

儿童保健学、学前 卫生学的历史概况

俄国以往的进步人士都十分明了采取保障少年儿童健康措施的重要性和必要性。

天才的学者M. B. 罗蒙诺索夫, 国务活动家И. И. 别茨基, 医学家С. Г. 兹别林, Г. А. 札哈林, С. П. 鲍特金, 革命民主主义者В. Г. 别林斯基, Н. Г. 车尔尼雪夫斯基, Н. А. 杜布罗留鲍夫和Д. И. 皮萨洛夫, 教育家К. Д. 乌申斯基等人通过各种会议发表演讲或撰写文章、印发小册子, 指出城乡劳动人民的医疗服务情况的恶劣, 劳动者子女在校学习条件不佳, 儿童患病率和死亡率甚高。他们呼吁沙皇俄国行政当局改善贫苦人民子女的生活、学习条件。他们向人们介绍卫生基础知识: 应当怎样喂养孩子, 怎样给孩子穿衣服、教育孩子, 如何预防传染病。由于进步人士的活动, 在俄国开设了儿童医院和门诊部, 修建了一些较为宽敞、设备较为完善的新学校。在许多寄宿学校中, 儿童的饮食、作息制度也有所改进, 并开设了体育课。

在彼得堡(从1836年起, С. Ф. 霍托维茨基)和莫斯科(从1847年起, Н. А. 托利斯基)的医学院校里专门开设了儿童保健学。接着, 在彼得堡(1871年, А. П. 多布罗斯拉文)和莫斯科(1884年, Ф. Ф. 埃里斯曼)又创立了卫生学教研室。当时出版的儿童保健学指南中强调指出, 营养学、儿童护理和社会卫生制度等问题在儿童病理学中的重要意义。在卫生教研室学者的著述中, 对于校舍和活动场地的卫生设施, 对于少年儿童的体育教育都十分重视。

十九世纪末二十世纪初, 俄国儿童保健学已达到非常高的水平, 这在很大程度上是由于象Н. Ф. 费拉托夫, Н. П. 贡多宾这样儿科学家卓有成效的活动的结果。他们对许多儿科疾病做了研究和描述工作, 出版了大量教科书、教学参考书和专门著作。Н. П. 贡多宾和他的学生的著作, 如《儿童年龄特征》, 直至今日仍未失去

其科学价值。然而,在沙皇俄国儿童保健学和卫生学的迅速发展和繁荣是毫无保障的。一般说来,用慈善费建立起来的儿童防病机构、托儿所和幼儿园数量甚微,儿童医院和门诊部网发展得也很缓慢,贫苦人民子女的生活和学习条件依然十分困难。

只有在伟大的十月社会主义革命成功之后,才为医学家、卫生学家以及儿童保健组织的科学研究活动开辟了真正的无限广阔的前景。在苏维埃政权建立(1917年)的最初几个月里,就公布了关于成立妇幼保健部的法令(隶属于国家社会保险委员会)。

1919年,俄共(布)第八次党代表大会通过的纲领中,提出了建立学前机构网(托儿所、幼儿园)的任务。这就要求对于与幼儿和学前儿童教育有关的许多卫生问题加以科学的阐明,即在少年儿童卫生学中划分出学前卫生学部分。

1920年,签署了关于把全部妇幼保健事业交由人民保健委员会管辖的决议。这个委员会的领导人是卓越的医学家、苏联医学的奠基人H. A. 谢马什科。

十月革命胜利后,在卫生学家Ф. Ф. 埃里斯曼、A. П. 多布罗斯拉文、Г. B. 赫洛平、Д. Д. 贝卡柳科夫、A. B. 莫利科夫等人的赞助下,在全国为数众多的学校里开始广泛地采取了卫生措施。莫斯科大学和列宁格勒大学的医学系和一些医学院都建立了学校卫生教研室,对少年儿童卫生的基本问题进行了详细研究,在这一学科领域中开展了极其重要的研究工作。

从1933年起,学校卫生学就作为必修课程列入了师范院校的教学计划。其倡议者是卓越的学校卫生学家С. E. 索维托夫。对苏联儿童保健学、卫生学做出巨大贡献的还有B. И. 莫尔昌诺夫, Ю. Ф. 多姆布罗夫斯卡娅, Г. H. 斯佩兰斯基, M. C. 马斯洛夫, H. H. 克拉斯诺戈尔斯基, H. M. 谢洛瓦诺夫等儿科学家。他们的著作不仅包括儿童疾病诊断、治疗方面的内容,还包括健康儿童的护理、

饮食、体格锻炼和教育等方面的知识。

苏联对于扩大学前机构网、改进儿童教育工作一直十分重视。1959年(5月21日)苏共中央和苏联部长会议通过了《关于进一步发展学前儿童机构,改善学前儿童教育和医疗服务办法》的决议。决议指出:“在考虑到地方条件和可能的情况下,把两种类型的儿童机构(托儿所和幼儿园)联合成一个统一的学前机构,对于实施统一的学前儿童教育体系是有益的。”^①一些医学卫生学家积极地参加了这类联合机构卫生条件的创建工作。

在苏联,儿童医院、疗养院、儿科咨询机构网正在逐年扩大。许多研究所、医学院和师范学院的教研室正在开展少年儿童保健学和卫生学方面的大量研究工作。对于这门科学做出突出贡献的有苏联医学科学院儿童保健研究所和少年儿童卫生研究所。儿童保健学和学前卫生学所制定的各项措施和建议正在促进儿童身体正常发育,增强儿童体质,帮助学前机构工作人员解决正在成长的一代共产主义教育任务。

测验题

1. 在学前机构中,儿童保健学和学前卫生学对于组织和进行儿童教育和教学有何作用?
2. 学前卫生学和学前教育学有何联系?

^① 《学前教育手册》,莫斯科,1972年版,第18页。

第一章 年龄分期 儿童的身体健康和发育

第一节 各年龄分期的特点

生理学家与医生很早就试图划分出若干年龄分期，以确定儿童在生命活动的每一阶段上机体发育的特点。划分通常是以出牙、各部位骨骼的骨化期、身心发育特征等为依据。H. П. 贡多宾划分法是目前儿科学最普遍采用的一种划分法。它以儿童机体发育的某些生物学上的特征作为划分基础。分为如下各期：

新生儿期(脐带脱落前)；

乳儿期(1周岁前)；

乳齿期(1周岁至6—7岁)；

少年期(8—11岁)；

性成熟期(11—17岁)。

在国际年龄分期专门学术会议上(莫斯科, 1965年), 曾提出并确定了一个各年龄分期方案, 该方案将成熟期划分为几个阶段:

新生儿阶段: 生后第1天—第10天;

乳儿阶段: 第10天—1周岁;

童年早期阶段: 1周岁—3岁;

童年第一阶段: 4—7岁;

童年第二阶段:

男孩: 8—12岁;

女孩: 8—11岁;

少年阶段:

男孩: 13—16岁;

女孩: 12—15岁;

青年阶段:

男青年: 17—21岁;

女青年: 16—20岁。

儿童工作中比较更为合理的儿童发育期划分应该是对儿童的生理解剖特点、生活条件、教育和学习等进行综合考虑的划分法。

为此, 年龄分期通常划分如下: 新生儿期(出生后的2—3周); 乳儿期(1周岁前); 学前前期或托幼期(1—3岁); 学前期(3—7岁); 学龄期: 初期(7—10岁), 中期(11—14岁), 后期—少年期(14—18岁)。这样划分年龄组与国际学术会议通过的分期方案并不矛盾。

学前机构是为2个月至7岁的儿童设立的; 各年龄班组按儿童年龄编排(表1)。

表1 各年龄班组编排

班、组	年 龄	班组定员
1. 托儿班		
小班(婴幼儿第一班)①	2个月—1周岁	20
中班(婴幼儿第二班)①	1—2岁	20
大班(小儿第一班)①	2—3岁	20
2. 学前班		
小班(小儿第二班)①	3—4岁	25
中班	4—5岁	25
大班	5—6岁	25
入学预备班	6—7岁	25

① 括号内的班组名称系根据苏联教育部批准的《幼儿园教育大纲》提出的。

除幼儿园以外,小学校内也设有入学预备班,对6—7岁儿童进行入学的预备教育。根据党和政府1977年2月22日的决定,我国正在大力发展入学预备班。

新生儿期

从婴儿出生至脐带脱落为新生儿期(平均为两周左右)。生活条件的骤然改变(在腹腔外生活),迫使婴儿机体去适应外部环境中完全新的,并且经常变化的因素。这在新生儿的许多器官和系统的功能上反映出来,有时会引起功能紊乱。在出生后的最初两、三日内,会出现这样一些现象:体重减轻(比出生当时体重减轻6—10%);黄疸色素沉着,这是因为肝活动机能暂时降低,以及红血球急剧减少所致;充血(皮肤发红,有时伴有脱屑);体温调节机能(体温易于随周围气温变化而改变)不健全,因而小儿容易受热或着凉。如果新生儿的喂养及护理条件正常,在第一周末或第二周初,大多数失调现象几乎完全消逝。

胎内发育期障碍(早产、先天畸形、心脏病),或产伤(颅内出血、产瘤、骨折),或遗传疾患(血友病^①、痴呆等等)是新生儿期婴儿患病的病因。在这一时期,母乳是保证小儿正常发育最基本的唯一养分齐全的食品。

当婴儿体重恢复正常、肚脐长好、黄疸色素沉着消退时,便可认为新生儿期已经结束。

乳儿期

新生儿期一结束,乳儿生长及发育的速度便明显加快,这是任何其他年龄分期所没有的。在第一年内,小儿体重增加200%,身长增加50%。尤其在头半年内,体重和身长的增长幅度更大(每月体重增加600克,而身长增高

^① 血友病:疾病症状为易于出血。

2.5—3 厘米)。

为保证一周岁以内小儿有旺盛的生长和发育能力, 饮食数量(按每公斤体重计算)必须大于大孩子和成人。但是, 在这一年龄分期, 小儿的消化系统发育尚不健全, 因而饮食制度稍有破坏, 食物的质量与数量稍有改变, 都可能使小儿发生急性或慢性的消化及营养障碍, 患维生素缺乏症, 发生体质异常改变(机体对正常的生活和营养条件的异常反应), 即异常素质。^①所以, 生后 4—5 个月内, 母乳为小儿的主要食物。

乳儿组织细薄, 柔嫩, 弹性纤维发育不健全, 因而易受损伤。但是, 由于小儿组织内含有大量新生的细胞成分及其滋养血管, 所以小儿的任何损伤都比成人愈合得快。

乳儿期的孩子, 对病原菌侵袭的炎性(保护性)反应很弱, 区域(末梢)淋巴结几乎没有保护性反应, 因此, 任何局部疾患, 都表现为小儿的周身反应。这一年龄分期的小儿易患化脓性皮肤病, 如果护理不当, 可导致周身血液感染。

乳儿, 尤其在出生后最初几个月内, 患传染病者少见, 几乎不感染麻疹、风疹、猩红热。而患白喉、水痘、痢疾及其他传染病时, 则病情反常, 往往不出现本病的典型症状。这一方面是因为乳儿在母体阶段通过胎盘, 而生后又通过母乳获得了免疫力, 另一方面, 因为很多器官和系统, 尤其是中枢和末梢神经系统构造尚未健全。

一周岁以内小儿的条件反射联系尚不稳定, 因为大脑皮质的抑制和兴奋过程的能力很弱。在皮质动态上, 往往是扩散过程强于集中过程。这就导致如果在某一局部发生兴奋或抑制过程时, 就可能在在大脑皮层迅速蔓延开来。

乳儿, 尤其在生后最初数月, 不可能长时间处于兴奋状态, 神

① 参见本书第六章。

经系统的兴奋会很快转为抑制。抑制沿大脑皮层和在大脑的其他部位扩散,而引起睡眠。

小儿在1岁时,言语能力已开始形成。最初发出不清晰的单音(咕啞声)逐渐变为各个音节。近一周岁的健康小儿能很好地理解周围成人的言语,同时自己也能说出5—10个简单的词。

乳儿期小儿生长和骨化速度很快,颈椎和腰椎可以弯曲,躯干和下肢的肌肉发达起来。近一周岁的健康小儿已经能坐得很好,站得很稳,可以行走,但是,动作还不十分协调。

**学前前期
或托儿期
(1—3岁)**

第一幼儿期(1—3岁)称为学前前期,或托儿期。在这一年龄分期,小儿生长及发育速度稍有减慢。一年内身高增长8—10厘米,体重增加4—6公斤。身体各部比例发生变化,头的比例相对缩小:刚出生后头占身长的四分之一,到3岁时,则占身长的五分之一。出牙(近一周岁时应出8颗牙),消化液数量增加,浓度升高,根据这些就可把小儿从母乳喂养转入普通食物喂养。

两岁的小儿生长加快,支持运动器官形成。神经系统及感觉器官发育迅速,动作逐渐协调,孩子开始独立走路,跑步,因而可与周围环境有更广泛的接触,逐渐学会说话(这一年龄分期的小儿的单词量可达200—300个,不仅能说出单个的词,而且可以说出完整的句子)。

与周围环境的更加广泛的交往,使健康小儿与传染病患儿接触的可能性增多。此外,随着年龄的增长,从母体获得的被动免疫力减弱,因此,染患传染病(麻疹、百日咳、水痘、痢疾等)的危险性增加。然而,在这一时期,患急性和慢性消化及营养机能紊乱的患儿,比一周岁时少见。

幼儿期小儿的组织还非常柔嫩,易受损伤,所以仍须认真护