

生活禁忌丛书 卫生保健禁忌 现代生活禁忌丛书

人际交往禁忌 现代生活禁忌丛书 日常生活禁忌

生活禁忌丛书 育儿禁忌 现代生活

生活禁忌丛书 病

生活禁忌丛书

现代生活禁忌丛书

婴幼儿保育

生活禁忌丛书 卫生保健禁忌 现代生活

人际交往禁忌 现代生活禁忌丛书

生活禁忌丛书 婴幼儿保育禁忌 现代生活

生活禁忌丛书 现代生活禁忌丛书

现代生活禁忌丛书 美容养颜禁忌

现代生活

Baoyu

禁忌

Jinji

刘道清 张新涛 主编
秦恩甲 李金霞 张经春 编著
河北科学技术出版社



现代生活禁忌丛书

婴幼儿保育禁忌

河北科学技术出版社



图书在版编目 (CIP) 数据

婴幼儿保育禁忌 / 秦恩甲, 李金霞, 张经春编著.
石家庄: 河北科学技术出版社, 2001

(现代生活禁忌丛书 / 刘道清, 张新涛主编)

ISBN 7-5375-2529-3

I. 婴… II. ①秦…②李…③张… III. 婴幼儿
- 哺育 IV. R174

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2001) 第 076030 号

NC 2488/3

现代生活禁忌丛书

婴幼儿保育禁忌

秦恩甲 李金霞 张经春 编著

河北科学技术出版社出版发行(石家庄市和平西路新文里8号)

河北新华印刷一厂印刷 新华书店经销

850×1168 1/32 4.5 印张 112000 字 2002 年 1 月第 1 版
2002 年 1 月第 1 次印刷 印数: 1—3000 定价: 10.00 元

社会在发展，人类在进步。在生活中过去认为正确的东西，用现代科学来衡量，却发现是错误的。如：骨折患者喝骨头汤或服钙片以“补钙”、年轻的父母“纠正”孩子的“左撇”、女士穿鞋跟很高的鞋子、演员上妆前刮须洗脸、内衣裤翻晒、老年人早晨锻炼、给孩子买保险过多、交往时忽视对方的民族习惯、在领导面前唯唯诺诺等等，这些都是错误的做法。

在现代生活中，人们可能会因为一次“犯禁”或“不妥”，而失去友谊、失去健康、毁掉家庭、误了孩子，或者导致生意萧条、事业受挫。

为使人们适应现代生活，我们特组织编写了这套“现代生活禁忌丛书”。

该套丛书分为8个分册：即《病家食居禁忌》、《病家用药禁忌》、《卫生保健禁忌》、《妇女卫生禁忌》、《婴幼儿保育禁忌》、《美容穿戴禁忌》、《人际交往禁忌》、《日常生活禁忌》，每个分册约10万字，均由有关专家编写。

这套丛书虽然分为8个分册，各分册的内容往往有交叉，为了避免重复，我们又为各分册的内容划定了范围，并做了“界定”。例如《婴幼儿保育禁忌》，只写婴幼儿的喂养、护理、教育等内容，而婴幼儿生病期间的饮食、起居、护理、用药等方面的禁忌，则在《病家食居禁忌》和《病家用药禁忌》“儿科疾病”中介绍。同样，《妇女卫生禁忌》，只介绍妇女正常生理状

禁

态下，如青春期、月经期、妊娠期、临产期、产后期的卫生禁忌，一旦涉及到“病”，则放在《病家食居禁忌》及《病家用药禁忌》“妇科疾病”中介绍。《卫生保健禁忌》则不写妇女、儿童的内容，因为有《婴幼儿保育禁忌》和《妇女卫生禁忌》两个专集。同样，《日常生活禁忌》的内容我们也做了严格的“界定”，尽量避免与其他分册内容重复。

该丛书的作者参阅了大量国内外文献，结合本学科最新研究成果，全面阐述了与人们生活息息相关的新知识、新科学、新进展、新观念、新时尚，是一套比较理想的现代生活科普读物。

刘道清

2001年10月15日



刘道清 张新涛 主编

秦恩甲 李金霞 张经春 编著

婴幼儿喂养禁忌

婴幼儿护理禁忌

婴幼儿教育禁忌

婴幼儿喂养禁忌

- 婴幼儿母乳喂养禁忌 (2)
- 新生儿哺乳禁忌 (3)
- 婴儿喂养不宜平躺仰卧 (3)
- 乳母服药期间不宜哺乳 (4)
- 乳母不宜身着工装喂奶 (5)
- 乳母饮食不宜缺少青菜 (5)
- 新生儿不宜食盐 (5)
- 母亲不宜用喂奶方式来安抚
 - 婴儿 (6)
- 婴儿补水不宜用乳汁替代 ... (6)
- 婴儿喂养不宜单一使用羊奶... (7)
- 半岁前的婴儿不宜食蛋清 ... (7)
- 婴幼儿不宜吃嚼过的食物 ... (8)
- 婴儿喂养不宜牛奶与米汤
 - 掺和食用 (8)
- 婴儿不宜空吸奶嘴 (9)
- 婴儿断奶不宜过迟 (9)
- 已断奶的孩子不宜再用奶瓶
 - 做餐具 (10)
- 婴幼儿不宜食蜂蜜 (11)
- 幼儿不宜空腹喝牛奶 (11)
- 奶嘴眼不宜过大或过小 (11)
- 奶温高低不宜用口尝 (12)
- 奶具放置不宜无序 (12)
- 婴幼儿进食前不宜大量饮水... (13)
- 婴幼儿不宜大量食用牛奶 ... (13)
- 婴幼儿不宜喝可乐饮料 (14)
- 婴幼儿不宜喝果子露 (15)
- 婴幼儿不宜食用葡萄糖 (15)
- 婴幼儿饮食不宜过甜 (16)
- 婴幼儿不宜用高糖炼乳做主食... (17)

录

婴幼儿保育

禁忌





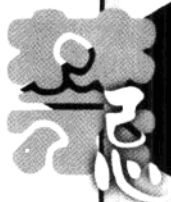
幼儿饮食不宜过咸	(17)
幼儿不宜喝啤酒	(18)
幼儿不宜嗜食巧克力	(18)
幼儿不宜多食奶糖	(19)
幼儿不宜长期食素	(19)
幼儿不宜长期食荤	(19)
幼儿不宜过多食用动物内脏...	(20)
幼儿不宜吃粗纤维食物	(21)
幼儿不宜吃刺激性食物	(21)
幼儿不宜进食过饱	(22)
幼儿不宜偏食鸡蛋	(22)
幼儿不宜过食菠菜	(22)
幼儿不宜食动物脂肪	(23)
幼儿不宜吃精制食品	(23)
幼儿发育不宜忽略金针菇 ..	(24)
幼儿睡前不宜进食	(24)
幼儿不宜无节制地吃零食 ..	(25)
幼儿不宜吃油炸食物	(26)
幼儿不宜多吃甜食	(26)
幼儿食用水果不宜无节制 ..	(27)
幼儿不宜用维生素替代蔬菜...	(29)
幼儿吃口香糖不宜吹泡	(29)
幼儿不宜食用爆米花	(30)
幼儿不宜吃彩色食品	(31)
幼儿早餐不宜凑合	(31)
幼儿不宜长期吃软食	(32)
幼儿不宜吃过多的蛋白质 ..	(32)
幼儿不宜多食肥肉	(33)
幼儿不宜吃过量冷食	(33)
幼儿不宜吃过烫食物	(34)
幼儿不宜吃鱼松	(34)
幼儿不宜吃松花蛋	(35)
幼儿不宜喝茶水	(35)



- 幼儿不宜多吃罐头食品 (36)
- 幼儿吃饭不宜快猛 (37)
- 幼儿吃饭不宜逗乐 (37)
- 幼儿吃饭不宜训斥 (38)
- 幼儿营养不宜过剩 (38)
- 幼儿长高不宜单靠营养 (39)
- 幼儿身体发育不宜不协调 ... (39)
- 幼儿发育不宜缺锌 (40)
- 幼儿不宜盲目补充微量元素... (40)
- 儿童不宜过胖 (42)
- 儿童换牙期间不宜吃甘蔗 ... (42)

婴幼儿护理禁忌

- 新生儿不宜与母亲隔离 (44)
- 新生儿的枕头不宜过高或
过低 (45)
- 新生儿不宜剃“满月头” ... (45)
- 新生儿的乳头不宜用手挤 ... (46)
- 新生儿的胎记不宜刮搓 (46)
- 新生儿大便次数多不宜盲目
做腹泻论 (46)
- 新生儿的头垢不宜长期保留... (47)
- 婴儿不宜过分保暖 (47)
- 婴儿不宜绑腿裹身 (48)
- 婴儿尿布三不宜 (48)
- 家长不宜搂抱婴儿睡觉 (49)
- 婴幼儿不宜和衣而眠 (49)
- 婴儿卧室光线不宜太强 (50)
- 婴儿不宜怀抱频摇 (50)
- 婴儿不宜不去户外活动 (50)
- 婴儿照相不宜用闪光灯 (51)
- 婴儿不宜口含乳头睡觉 (52)
- 婴儿不宜开灯睡觉 (52)



婴儿爽身用品禁忌	(52)
婴儿洗浴禁忌	(53)
婴幼儿不宜去浴池洗澡	(54)
婴幼儿逗趣禁忌	(55)
婴幼儿不宜久抱久坐	(56)
婴幼儿发育时间不宜人为 提前	(56)
大人不宜亲吻婴幼儿	(57)
婴幼儿的“鸡鸡”不宜随意 摸弄	(57)
家长不宜掏婴幼儿的鼻孔 ...	(58)
婴幼儿闹瞌睡家长不宜恐吓...	(58)
婴幼儿不宜吮吸手指	(59)
婴幼儿指甲不宜过长	(59)
婴幼儿不宜隔着玻璃晒太阳...	(60)
婴幼儿不宜在厨房逗留太久...	(60)
婴幼儿炎夏不宜赤身露宿 ...	(61)
夏季婴幼儿房间的温度不宜 过低	(61)
婴幼儿不宜用塑料袋罩头 ...	(62)
婴幼儿不宜用尼龙纱巾罩着 头面	(62)
幼儿坐便的时间不宜太久...	(63)
幼儿不宜长时间看电视	(63)
幼儿洗发不宜过勤	(63)
幼儿不宜憋尿	(64)
幼儿不宜玩噪声玩具	(64)
幼儿睡眠禁忌	(65)
幼儿玩具禁忌	(66)
儿童不宜戴有色眼镜	(67)
儿童不宜沉湎于电子游戏 ...	(67)
儿童不宜听立体声耳机	(68)
儿童不宜躺着看书或看电视...	(68)

- 儿童不宜久处强磁场环境 … (68)
- 儿童不宜与猫狗玩耍 …… (70)
- 儿童不宜玩废旧电池 …… (70)
- 儿童不宜玩医用废弃物 …… (71)
- 儿童饭后不宜激烈活动 …… (71)
- 儿童不宜在沙土堆上玩耍 … (71)
- 儿童游戏不宜席地而坐 …… (72)
- 儿童不宜掰手腕较劲 …… (72)
- 儿童不宜玩身体冲撞游戏 … (73)
- 儿童不宜掏耳孔 …… (73)
- 儿童不宜用含氟牙膏 …… (73)
- 儿童不宜反锁在家中 …… (74)
- 儿童不宜超强度跑步 …… (74)
- 儿童不宜饭后游泳 …… (75)
- 儿童不宜做节奏强烈的扭腰运动 …… (75)
- 儿童不宜“拔河” …… (76)
- 儿童不宜穿“健美裤” …… (76)
- 女童不宜穿高跟儿鞋 …… (77)
- 儿童不宜用橡皮筋做裤带 … (78)
- 儿童不宜咬铅笔 …… (78)
- 儿童的乳牙切忌轻率拔除 … (78)
- 小儿疫苗接种不宜随意推迟… (79)

婴幼儿教育禁忌

- 幼儿的天性不宜压抑 …… (82)
- 幼儿教育的最佳时期不宜错过 …… (83)
- 幼儿的行为不宜与年龄不协调 …… (84)
- 幼儿的幼稚模仿不宜嗤笑 … (84)
- 幼儿教育不宜抽象 …… (85)
- 幼儿教育不宜平淡乏味 …… (86)



幼儿“自制力”培养不宜忽视…	(87)
幼儿“口语能力”培养不宜迟…	(88)
孩子间的交往不宜过分干预…	(88)
教育孩子不宜宽严失度 ……	(89)
家长对孩子不宜过分溺爱 …	(90)
教育孩子不宜哄吓 ……………	(90)
儿童“口吃”不宜讥讽 ……	(91)
儿童不宜长期端坐 ……………	(92)
儿童“左撇”不宜纠正 ……	(92)
批评孩子不宜旧账重提 ……	(93)
儿童不宜带病上学 ……………	(93)
家长不宜打孩子“耳光” …	(94)
儿童书包背带不宜过窄 ……	(94)
儿童默写不宜过量 ……………	(94)
儿童教育不宜过早灌输“职业 信息” ……………	(95)
幼儿知识性教育不宜过早 …	(96)
孩子的“情商”培养不宜忽视…	(97)
幼儿的探索精神不宜挫伤 …	(98)
约束孩子不宜不讲方法 ……	(99)
家长对待孩子不宜不平等 …	(100)
家长不宜轻视和孩子的非语言 交流 ……………	(102)
家长不宜忽视对孩子 “自信心”的培养 ………	(103)
家长不宜剥夺孩子的选择权…	(106)
家长不宜忽视孩子的求知 兴趣 ……………	(107)
孩子不宜孤独 ……………	(107)
家长不宜干涉孩子间的玩耍…	(109)
家长批评教育孩子五不宜 …	(110)
儿童心理发育的最佳年龄不宜 错过 ……………	(111)



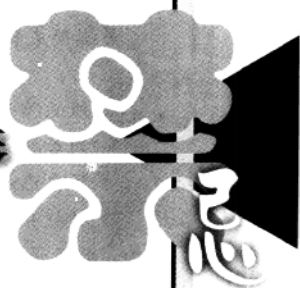
- 幼兒感覺知覺發展不宜忽視… (113)
- 幼兒“記憶能力”培養不宜
忽視 …………… (114)
- 幼兒“語言能力”培養不宜
放鬆 …………… (115)
- 幼兒“思維能力”培養不宜
放鬆 …………… (116)
- 幼兒“想像力”培養不宜放鬆… (117)
- 幼兒“注意力”培養不宜忽視… (119)
- 幼兒“情感”培養不宜過晚… (121)
- 幼兒“意志”培養不宜鬆懈… (122)
- 幼兒“性格”鑄造不宜忽視… (123)
- 幼兒“能力”培養不宜過遲… (124)



婴幼儿保育禁忌



婴幼儿喂养



婴幼儿母乳喂养禁忌

母乳是婴幼儿天然的最佳食物。母乳营养全面，所含蛋白质、脂肪、糖的比例合理，易于婴儿吸收。母乳含有消化酶和多种抵抗疾病的抗体，含有大量的维生素D和维生素E，含有矿物质钙和多种微量元素，可调节婴儿的生理功能。另外，母乳还有抗过敏作用等。母乳喂养在营养、免疫、生殖、生理、心理等许多方面都具有特殊的作用。因此，世界范围内都在大力提倡婴儿的母乳喂养。

另据挪威和瑞典医学研究人员最近公布的科研成果显示：

“母乳喂养时间长的孩子智商总体上比喂养时间短的孩子略高。”但是，有许多年轻的母亲尚未了解到母乳的宝贵，她们为了自身的健美，轻率地放弃了自己的责任，忽视了母乳的特殊功能。其实，这种放弃对自己、对婴儿都将造成难以弥补的损失。

因为，母亲通过哺乳可刺激自己的内分泌系统，进而帮助子宫收缩，减少产后子宫出血并发症发生的机会；婴儿也因哺乳的过程得到母亲的关爱，有利于身体和智力的发育。

此外，母乳甘甜可口、无菌、卫生、温度适中、喂养便利，是任何人工和天然食品所无法比拟的。

当然，并不是所有的母亲都适宜用母乳喂养婴儿的。当母亲患有传染性疾病（如活动性肺结核、病毒性肝炎等）以及慢性、消耗性疾病（如严重心脏病、慢性肾炎、糖尿病等）时，忌用母乳喂养；当婴儿患有半乳糖血症和苯丙酮尿症时，要立即停止母乳喂养；当婴儿患有母乳过敏症，哺乳出现黄疸、溏便、消瘦，以及食欲低下、吸收不良等综合征时，忌继续母乳喂养；当婴儿患先天性唇腭裂而不能吸吮奶头，要改用其他方法喂养。

新生儿哺乳禁忌

新生儿的胃中常存有在子宫中吸收的羊水，开奶之前，要喂些糖水，观察婴儿的吸吮、吞咽是否协调，有无呕吐等现象的发生，若一切正常，即可进行哺乳。

一般来讲，新生儿的哺乳应在出生后的6~12小时内进行。国外有人主张婴儿出生后20分钟哺乳，以尽早刺激子宫的收缩，有利于子宫的复原。这是因为母乳的分泌受神经和内分泌调节，婴儿的吸吮对乳头的刺激，引起母亲的神经反射，促进垂体后叶激素的分泌，使乳汁从乳腺泡中输送到乳管。如果乳头得不到及时的、应有的刺激，乳汁分泌就会减少或终止。

中国的有些地方，有等待新生儿“脐屎”腐烂，然后才开始哺乳的习俗，故开奶期常在婴儿出生后1~2天、甚至3天以后。这一习俗不仅会影响到母乳的正常分泌，也会导致新生儿黄疸过重，低血糖等症，从而发生不幸事件；或引起大脑的不可逆损伤，易造成智力低下或痴呆等严重后遗症。由此可见，科学、及时的哺乳对母婴两代的健康都至关重要。

婴儿喂养不宜平躺仰卧

人的咽部与中耳之间有一相通的管道，称做咽管。婴儿的咽管与成人相同但是较短，且近乎水平。当婴儿平躺喂奶时，经常发生溢奶、反胃或呕吐，奶汁和呕吐物极易流入耳鼓管而进入耳内，导致耳内炎症的发生，引起发热、耳痛和慢性中耳炎，经常流脓，经年难愈。

因此，年轻的母亲不要贪图婴儿的入睡方便，让婴儿仰卧吃奶。哺乳时，乳母抱孩子应取“斜抱位”，哺乳后宜轻轻拍打婴儿的背部，即可防止上述现象的发生。

乳母服药期间不宜哺乳

乳母服药之后，药物经血液循环可从母体的乳液进入婴儿体内，因婴儿对某些药物敏感，并且能在体内积蓄，此时哺乳可对婴儿造成不良影响。

如，环磷酰胺经母体乳汁传至婴儿，会抑制婴儿骨髓的功能，引起白细胞降低；若乳母口服甲基硫氧嘧啶，则婴儿可能会产生皮疹或白细胞减少；而阿司匹林则容易抑制婴儿的血小板功能而诱发出血；四环素影响牙齿的发育；氯霉素可能影响婴儿的造血功能；而鲁米那、阿米托则易引起婴儿的虚脱、嗜睡，乃至全身瘀血等不良反应；当乳母服用他巴唑、硫氧嘧啶、碘剂，会抑制乳儿的甲状腺功能；泻药可引起乳儿的肠胃功能紊乱；利血平一类则可引起乳儿的嗜睡、鼻塞或腹泻的发生。

因此，乳母生病时切忌随便服药，如必须服药，则应在医生指导下合理用药，如果必须长期或大量用药时，要停止

