

萬有文庫

第一集一千種

王雲五主編

育兒法

姚昶緒著

商務印書館發行

育 兒 法

姚昶緒著

醫學小叢書

萬有文庫

第一集一千種

總編纂者

王雲五

商務印書館發行

編主五雲王
處文有萬

種千一集一第

法兒育
著緒昶姚

路山寶海上
館書印務商 者刷印兼行發

埠各及海上
館書印務商 所行發

版初月十年九十國民華中

究必印翻權作著有書此

The Complete Library

Edited by

Y. W. WONG

CARE OF CHILDREN

By

YAO CH'ANG SU

THE COMMERCIAL PRESS, LTD.

Shanghai, China

1930

All Rights Reserved

育兒法

小引

一國之強弱，視國民之強弱以爲斷。國民之強弱，以幼時之衛生爲標準。人在幼時，其得諸先天者，雖略有不同，而強弱尙未大差也。若養育得宜，雖先天稍弱者，亦能由人力之補助，使成強壯之國民，將來爲國家爭榮光，爲一身立事業，其體格之能勝任與否，悉視幼時之養育法如何耳。若幼時養育失當，則雖先天獨厚，經幾度之摧殘，亦不能支。蓋幼時不但極易罹病，且患病後，易致危險。卽幸免於死，體已衰弱，雖有大經濟大志願，亦難實行其事業矣。故謂育兒法爲強身之基礎也可，爲強國之基礎也亦無不可。

民國八年季秋雲間姚昶緒識

育兒法目次

緒言

第一章 小兒之生理	二
-----------	---

第一節 體重	二
--------	---

第二節 身長胸圍及頭圍	四
-------------	---

第三節 頭之形狀及大顙門	四
--------------	---

第四節 脈	四
-------	---

第五節 體溫	五
--------	---

第六節 呼吸	六
--------	---

第七節 皮膚	六
--------	---

第八節 齒牙·····	七
第九節 消化與大便·····	八
第十節 小便·····	一一
第十一節 感覺與意識·····	一二
第二章 小兒之營養·····	一四
第一節 母乳營養之利益·····	一四
第二節 雇用乳母之注意·····	二一
第三節 授乳之注意·····	二四
第四節 混合營養·····	二八
第五節 人工營養法·····	二八
第六節 斷乳·····	三四
第七節 乳汁外小兒之食物·····	三五

第三章	小兒之衛生·····	四三
第一節	衣帽之注意·····	四三
第二節	睡眠之注意·····	四五
第三節	居室之注意·····	四六
第四節	起抱與外出之注意·····	四六
第五節	口腔之衛生·····	四七
第六節	皮膚之衛生·····	四八
第七節	大小便之注意·····	五〇
第八節	玩具之注意·····	五一
第九節	種痘·····	五二
第十節	行坐之注意·····	五三
第十一節	運動之注意·····	五三

育兒法

四

第十二節

小兒之腹肌練習法……

五四

育兒法

緒言

育兒之法，未經身歷者，往往以爲極易。及身任其職，方知事非輕易。關於育兒必要之智識，苟無素養，每致措置失宜，而陷小兒於危險。

養育小兒最應了解者，爲「小兒」兩字之解釋；常人均以小兒爲未長成之大人，實則大謬。試觀初產出之小兒，其身體之發育，甚不平均，頭甚大，顏面甚小，手足甚短，若依此比例而發育，其形貌豈不成爲醜丈夫。然此不過外部之狀態，其體內諸臟器，亦與成人大異。故小兒與成人，迥然不同，養育法亦當與成人異。若以小兒爲未長成之大人，而以養育成人之法，稍加減損以養育小兒，則危險百出矣。

欲知小兒之養育與衛生法，須先知小兒之生理，茲分章記述如下。

第一章 小兒之生理

第一節 體重

健康之足月胎兒，初產出時，體重平均約五斤，但男兒常較女兒稍重。初產出之三四日中，體重不但無增加，反減輕約五六兩，是因排泄大小便及發汗所致，毋庸顧慮。至產出後第八日至十日，即恢復產出時之重量。此後則體重逐日增加，最初三月中，每日約增加八錢。其次之三月，每日約增加五錢，再次之五六月，每日約增加三錢。一年之後，每日約增加二錢。但至產出七閱月後，即有種種障礙發生，如生齒、斷乳等事，此時體重之增加，往往甚微，或竟不增加。然健康之小兒，至生後六個月，必有二倍於產出時之體重。至滿一年，體重必達產出時之三倍。茲將各月終末普通小兒應有之體重，列表如下：

第一月末 約六斤二兩

第二月末 約七斤八兩

第三月末 約八斤九兩

第四月末 約九斤十五兩

第五月末 約十斤十二兩

第六月末 約十一斤六兩

第七月末 約十二斤十七兩

第八月末 約十三斤八兩

第九月末 約十三斤十一兩

第十月末 約十四斤六兩

第十一月末 約十四斤十四兩

一年末 約十五斤一兩

總之，小兒之體重，日日增加，小兒之強弱，即可由體重以判別之。發育良者，體重之增加必多。若體重不增加，反日見減瘦，即爲有病之徵，須速請醫師診治。故小兒之體重，在育兒法中甚重要者也。

第二節 身長胸圍及頭圍

初生兒之身長，約一尺五寸五分，至一年之末，約增長五寸七分。胸圍與頭圍，初生時均約一尺，或頭圍較胸圍稍大。但胸圍之發育甚速，頭圍則甚緩，若至半年後，胸圍尚小於頭圍，則此兒必虛弱。

第三節 頭之形狀及大顙門

頭之形狀，雖以圓者爲正則，而小兒之頭骨接合，不甚堅固，容易由外來之壓迫，而變其形。例如分娩時產道（小兒產出時之徑路）狹小者，頭變細長；常仰臥者，變扁平；常一側臥者，左右不等。

小兒頭蓋各骨，尚未密接，故各骨相會處，有間隙存焉。其最大者，在頭頂之前方。大若銅元，名大囟門，俗名天門蓋。小兒長大，則漸漸縮小，大概至一年三四個月後而全閉。大囟門在未閉前，應與頭頂之他部平齊，若凸起或凹下，均係疾病之徵，須速請醫師診治。

第四節 脈

初生兒之脈數，較多於成人，每分時約有一百三十六次。小兒漸漸長大，脈亦漸漸減少，至一年之末，約減至一百十八次。至十五六歲，則與成人同，每分時不過七十五六次。數小兒之脈，在睡眠中

最確，而脈之強弱，較脈數尤爲重要。因小兒雖受甚微之感動，（例如啼泣等）脈數亦易變動。而脈之強弱，常爲身體強弱之表示，不若脈數之易變。患熱性病時，脈數亦增加，且增加之數，與發熱之度相應，即發熱愈高者，脈數增加愈多。

第五節 體溫

體溫者，身體之溫度也，有特製之體溫計，（購自藥房）可以驗之。而體溫計有二種：一爲華氏，一爲攝氏，本書則指定用攝氏。驗體溫之法，成人宜將體溫計置於腋窩或口中，小兒則以插入肛門內爲便。經一定之時間後，（自半分至十餘分不等，各體溫計皆有一定，購時可向藥房問明之，時間愈短者價愈貴）取出體溫計，細察水銀昇上之度數，即體溫度數也。下次使用時，須先將體溫計搖之，見水銀已降下後，方可再用。每回用後，須洗淨拭乾。成人之體溫，平均三十七度，小兒初產出時之體溫，較成人高，約有三十七度八九分。洗浴後，約降下一度，反較成人稍低。一晝夜後，復上昇至三十七度三四分，以後常較成人稍高。須至七八歲後，方漸與成人等。

小兒之體溫，較成人容易昇降，其故因小兒之皮膚薄弱，且皮膚中之血管較成人多，容易放散

溫度於體外也。但健康之小兒，體溫變化甚微，昇降多者，其兒必虛弱，或有病。

小兒之體溫，往往因輕微之感動，暫時或上昇或下降。例如啼泣，運動，哺乳等時，稍上昇。浴後及饑餓時，稍下降。睡眠之時間稍長，往往下降五分以上。故暫時降下至於三十五度八分（最低），與昇高至於三十七度六分（最高）之間者，不得謂之疾病。

第六節 呼吸

呼吸之數，初生兒亦多於成人，每分時約有三十五次。滿一歲後，減至二十六七次。至二十歲左右，方與成人同，平均每分時十六次。

呼者，排出肺中之濁氣於體外。吸者，吸入清鮮空氣於肺中。二者相間而行，合一呼一吸，方成一完全之呼吸。計呼吸之法，可置手掌於胸壁（冬季須預暖手掌），其一脹（吸）一縮（呼），即爲一呼吸。小兒患熱病，肺病等時，呼吸數必增多。

第七節 皮膚

初生兒之皮膚，色微紅而滑澤。若係深紅色，則非健康之小兒，當有遺傳梅毒等。產出後三四日

而皮膚變黃色者，則爲初生兒黃疸。此症常有，百兒中約有八十兒有之，大概二三星期即愈，毋庸顧慮。若至二三星期後仍不愈，則恐有他種疾病，須速請醫師療治，否則危險。

初生兒之臀部，腰部，肩，脊，腕，腳等處，常有青色之斑點，大小不一，是無足介意，小兒長大，自能漸漸消退，至十五六歲，大概已消滅無遺。

小兒之乳房，在產出後之最初三四日中，稍稍膨大，分泌一種液體，是名魔乳。大約一星期後，即漸縮小，而停止分泌。

第八節 齒牙

齒牙發生之次序，無一定，最初乳齒之發生，大概在生後第五個月至第八個月。先生下頷之中門齒，再經一兩個月，再生上頷之中門齒。其餘各齒，逐次發生。乳齒發生之次序，大概如下表：

下頷中門齒二枚 第五個月至第八個月

上頷中門齒二枚 第八個月至第十二個月

上頷外門齒二枚 同上

下頷外門齒二枚 第十二個月至第十六個月

前臼齒四枚 第十四個月至第十六個月

犬齒四枚 第十八個月至第二十四個月

後臼齒四枚 第二十二個月至第三十個月

乳齒之數，共二十枚，至第二年末第三年初始生齊。

齒牙發生時，小兒往往喜以手指或玩具入口中而嚙之，致傷及齒牙或手指，須慎防之。又生齒時，齒齦往往腫脹，致發癢，流涎，甚有全身發微熱，不能安眠者。大概不久即愈，毋庸顧慮，祇需常清潔其口內可矣。若生齒過於困難者，則係一種疾病，須請醫師療治。

小兒至六歲左右，乳齒漸脫落，而換生永久齒。其次序大概與乳齒發生之次序相同，而永久齒共有三十二枚。

第九節 消化與大便

小兒之消化器（食管，胃，腸等）甚長，其與身長之比例，大於成人之消化器與身長之比例。即