

儿童发展系列丛书

儿童 成长 与 教育

林汉达出版社



儿童成长与教育

中国儿童发展中心编

民族出版社

责任编辑 兰汝生

儿童成长与教育

中国儿童发展中心 编

民族出版社出版发行 各地新华书店经销

北京市大兴县兴达印刷厂印刷

开本：787×1092毫米1/32印张， 7¹/₄字数，145千

1990年10月第1版

1990年10月北京第1次印刷

印数：0001—6000册 定价：2.50元

ISBN 7-105-01203-X/G·64

(汉24)

主编 王如文

编者

中国儿童发展中心 王如文 江泽菲

崔可忻 沈秀婉 钟文慧

惠 琪 刘超英 朱月华

黄 鹤 吴 然

内蒙古医学院附属医院 张仲篪 郑建德

青海师范大学教育系 王骧业

北京医科大学精神卫生研究所 杨晓玲

前 言

从计划生育、孩子降生直到成为国家所需要的人材是一项系统工程。过去虽然不这样提，甚至在认识上还比较模糊，但人们响往的却是“望子成龙”，既“光宗耀祖”又能成为国家栋梁之材。世代以来，这项工作一直是在各家各户或在某些家族中承袭进行的。限于对儿童多方面需求了解的片面性，以及从事这方面工作人员各自专业的限制，无论是家长抑或儿童工作者在促进儿童全面发展方面、在把儿童作为一个整体看待方面，都还有很多工作要做。而要做好这项工作，除社会活动家和专业儿童工作者外，最主要的还是广大的家长。

中国除汉族外有55个少数民族，他们绝大多数处于边远山区、草原和经济正在发展的地区。和汉族所面临的情况近似，只是程度上严重一些，保健、营养、教育方面的问题仍然是0~3岁儿童中的重点工作。为此中国儿童发展中心约请有关专业人员编写一套适合于家长学、做的应用性普及读物，本书是其中关于0~6岁儿童的成长与教育的部分。这本书是为在汉族地区试用的版本，并准备在汉文版基础上邀请民族地区有关专业工作者，增添适合当地民情的内容后，翻译成民族文字供少数民族地区使用。

家长是孩子的第一任教师也是终生的教师。孩子从胎儿

期开始就接受母亲的教育，不管母亲自觉或不自觉，事实上都在进行这项工作。在孩子出生以后直至14岁的整个小儿时期，在身体形态和机能方面，在精神心理方面，都处于不断发展的动态平衡之中。也就是说，孩子自出生起就有很大的可塑性，向什么方向发展，正是家长最关心的事。家长都希望自己的孩子健康、聪明、将来成为社会栋梁。这是完全可以理解的也是应该的。可是，孩子身心发展的过程有其自身客观规律。遵循这些规律才能事半功倍，如果揠苗助长只能事与愿违。我们希望这本书能帮助家长知道自己该为孩子做些什么事、怎样去做、如何做好。

在论证编写大纲、审定初稿的过程中，邀请了国内著名专家对本书内容进行审查并与作者举行座谈，对提高本书质量有重大作用。内蒙古医学院张仲篪教授和青海师范大学王骧业教授编写本书尤多贡献。藉本书出版之际，谨向有关专家致以衷心谢意。由于编者水平、缺乏经验，本书未及阐明和讹误之处，敬请读者和各界朋友多多赐教。

编 者

1990.6

目 录

前 言	(1)
第一篇 生个好孩子	(1)
第一章 择偶与结婚	(1)
一、血缘关系	(1)
二、遗传因素	(2)
第二章 婚前健康检查	(4)
一、婚前健康检查的意义	(4)
二、婚前健康检查的项目	(5)
第三章 生育时机的选择	(6)
一、生育的年龄	(6)
二、受孕的季节	(7)
三、生育的间隔	(7)
四、与生育时间有关的其它因素	(8)
第四章 孕期保健	(9)
一、孕期卫生	(9)
二、孕期营养	(13)
三、定期产前检查	(15)
四、胎教	(20)
第五章 遗传咨询	(24)
一、遗传与遗传性疾病	(24)
二、遗传咨询	(26)

三、那些人需要去遗传咨询门诊求医·····	(29)
第六章 先天性异常的预防 ·····	(30)
一、孕期用药对胎儿的影响·····	(30)
二、吸烟与胎儿·····	(32)
三、酗酒与胎儿·····	(33)
四、有害的化学、物理因素与胎儿·····	(33)
五、孕期感染与胎儿·····	(34)
六、性病与胎儿·····	(35)
第七章 育儿准备 ·····	(38)
一、树立生男生女都一样的观念·····	(38)
二、做好母乳喂养的准备·····	(38)
三、为孩子准备的衣着、被褥·····	(39)
四、要有一个明亮、通风、温暖的“月房”·····	(39)
五、给小宝宝准备些必要的另外物品·····	(40)
第八章 新法接生 ·····	(41)
第九章 计划生育 ·····	(43)
一、晚婚·····	(43)
二、节育·····	(44)
三、避孕措施·····	(44)
第二篇 养个健康孩子 ·····	(46)
第一章 新生儿 ·····	(46)
一、新生儿特点及护理·····	(46)
二、分娩损伤·····	(51)
三、低出生体重儿·····	(52)
四、新生儿期疾病及保健·····	(54)

第二章	0~6岁小儿的体格发育	(61)
一、	体格发育的规律.....	(61)
二、	营养及其他影响体格发育的因素.....	(63)
三、	生长发育的家庭监测.....	(64)
第三章	0~6岁小儿神经系统发育及心理发展 ...	(67)
一、	年龄特点.....	(67)
二、	发育规律.....	(69)
三、	量表的家庭应用.....	(72)
第四章	营养	(76)
一、	总论.....	(76)
二、	婴幼儿喂养.....	(89)
三、	进食紊乱——偏食、异食、厌食.....	(104)
第五章	预防接种	(108)
一、	保障人类健康的武器——预防接种.....	(108)
二、	人工自动免疫制剂.....	(109)
三、	预防接种是关系小儿生存的大事.....	(110)
四、	预防接种注意事项.....	(113)
第六章	讲卫生	(114)
一、	家庭卫生.....	(114)
二、	个人卫生.....	(115)
三、	饮食卫生.....	(118)
四、	环境卫生.....	(119)
第七章	常见疾病防治	(120)
一、	常见疾病.....	(120)
二、	意外伤害.....	(154)
三、	家庭为小儿用药须知.....	(157)

第八章 几种常见的心理卫生问题	(160)
一、不良习惯.....	(160)
二、个性发育偏移.....	(161)
三、精神发育迟滞.....	(164)
四、遗尿症.....	(165)
五、儿童多动综合症.....	(166)
六、儿童孤独症.....	(167)

第三篇 成材之路

——家庭·社会教育.....(169)

第一章 家庭教育的重要性..... (169)

- 一、教育好孩子是父母的天职..... (169)
- 二、父母是孩子的第一任教师、家庭是
 孩子的第一所学校..... (169)
- 三、良好的家庭教育是孩子身心
 发展的基础..... (170)

第二章 家庭教育的特点..... (172)

- 一、寓教育于生活..... (172)
- 二、巨大的感染性..... (172)
- 三、较大的权威性..... (173)
- 四、明显的继承性..... (173)
- 五、强烈的针对性..... (174)
- 六、教育的连续性..... (174)

第三章 家庭教育的原则和方法..... (174)

- 一、适时和恰当..... (174)
- 二、理智地爱孩子..... (178)

三、做好的榜样·····	(180)
四、长辈对孩子的教育要一致·····	(181)
五、多奖励、少惩罚·····	(182)
第四章 早期智力开发 ·····	(185)
一、早期智力开发的必要性和可能性·····	(185)
二、影响智力开发的因素·····	(187)
三、早期智力开发的方式·····	(190)
四、早期智力开发的年龄特点和举例·····	(196)
第五章 培养孩子良好的道德行为 ·····	(205)
一、文明礼貌、善良诚实·····	(205)
二、自己动手、热爱劳动·····	(207)
三、热爱祖国·····	(208)
四、美的熏陶·····	(209)
五、坚持性的锻炼·····	(210)
第六章 家庭教育与社会教育相结合 ·····	(212)
一、正确和充分发挥影视、广播的 教育作用·····	(212)
二、鼓励幼儿间的交往，重视幼儿集体 的教育·····	(214)
三、家庭教育要同幼儿园的教育相配合·····	(216)
四、做好幼儿入学前的准备·····	(218)

第一篇 生个好孩子

第一章 择偶与结婚

结婚，是人生中一件大事。婚姻是否成功，家庭是否美满，生活是否幸福，是建立在是否正确地选择配偶的基础上的。

选择配偶，不仅要以感情作为基础，还要有科学的态度；不仅要注重对方的仪表，性格、家庭条件等，还要从社会、科学、医学的角度考虑其它有关的因素。因为婚姻不仅仅是个人的事情，而且也是关系到子孙后代乃至整个中华民族兴旺发达的一件大事。那么，在选择配偶时要考虑那些有关因素呢？

一、血缘关系

血缘关系：指人群中某两个人或一群人有一个共同的祖先。这两个人或者一群人之间的关系为血缘关系。

这里还要搞清楚几个有关的概念。

直系血缘关系：指垂直的血缘关系。如父母与子女，祖父母与孙子、孙女之间的关系。

旁系血缘关系：指非垂直的血缘关系。如兄弟姐妹、堂、表兄弟姐妹、叔侄、姨外甥等。

三代血亲：指从自己这一代起，向上或向下推三代的亲戚。

我国1981年颁布的新婚姻法中明确规定“直系血亲和三代以内的旁系血亲禁止结婚。”这条法规的制定是以优生学和遗传学为依据的。其根本目的是为了减少遗传性疾病。

根据遗传学的原理和估测（参见24页），人群中每个人都携带有5~10万个遗传基因。其中绝大多数是正常基因，但还平均携带有5~6种致病基因。近亲结婚时，婚配双方具有较近的血缘关系，许多遗传基因都来自一个共同的祖先，从而双方带有相同的致病基因的机会和相遇的机会明显增加。这两个机会的增加使得双方结婚后产生的后代患有遗传病的机会和严重程度相应地增加。而非近亲结婚时，尽管双方也都携带有某些致病的基因，但双方携带相同的遗传基因特别是相同的致病基因的机会较少，双方的优缺点通过互相弥补和掩盖传给后代，其后代患有遗传性疾病的机会就比较少。据医学统计，近亲结婚的后代患有各种遗传性疾病的频率大大地超过非近亲结婚的后代。孕妇发生流产、早产、以及婴儿早期死亡的机会也是近亲结婚的多。一个有缺陷特别是一个残废儿童的出生给父母、家庭以及社会带来的负担是沉重的，对孩子本身也是痛苦的。鉴于近亲结婚的危害，青年们在恋爱结婚时应该破除旧的观念和风俗，依照法律办事，杜绝近亲结婚。

至于男女双方同姓，同村，同民族，只要没有以上所说的血缘关系，是可以结婚的。

二、遗传因素

随着科学的发展，目前医学上已经发现了各种遗传性疾病，约有4000多种。其中许多疾病很难医治，对后代有严重的危害。如：白痴、小头畸形等。虽然近亲结婚与遗传性疾

病有十分密切的关系，但非近亲结婚时所产生的后代也并不是没有患遗传性疾病的可能。如男女双方，一方是健康的，另一方自己本身就患有遗传性疾病或具有某种遗传病家族史，双方结婚后产生的后代就可能患有遗传病。因此，在选择配偶时，既要考虑到血缘关系，避免近亲结婚，又要考虑到遗传这一医学因素。当然这主要是对于那些遗传病患者和具有遗传病家族史的人来说的，对于正常人来讲没有必要过多地考虑。考虑遗传因素，并不是说遗传病人和具有遗传病家族史的人不能结婚或生育，而是提倡他们重视这一因素，不要隐瞒这一因素。在结婚之前，生育之前到有关部门进行遗传咨询，使双方都做到心中有数，对可能出现的情况有个科学的认识和态度，以免婚后出现感情上的纠葛和不良的后果。

第二章 婚前健康检查

婚前健康检查，是指准备结婚的青年男女办理结婚登记手续之前，在医院或妇幼保健部门进行的一次全面的健康检查。婚前健康检查是当代青年文明的需要，是保障婚姻美满，家庭幸福，后代健壮的重要环节。

一、婚前健康检查的意义

第一、了解男女双方的健康状况。医生通过对双方家族史、既往病史的询问，结合详细的体格检查及化验室检查结果，可以了解到婚配双方的精神心理发展和身体是否成熟和健康。在全面分析和参照婚姻法等有关法律的情况下，向男女双方提出可以结婚、不宜结婚（如近亲）、暂缓结婚（如发病期的精神分裂症、处在传染期的法定传染病和性病）、可结婚不宜生育（如某些遗传病），和可以生育，但在妊娠期需要给予指导的五种处理意见。通过检查，男女各方亦可了解对方的健康情况。

第二、了解有关性卫生的知识。婚前检查是男女双方接受性知识教育的机会。双方可根据自己现有的知识水平向医生询问有关婚后性卫生的知识，医生则可以根据男女双方性知识了解的程度和存在的认识问题，给予讲解和指导。

第三、了解有关计划生育和孕期保健的知识。如果男女双方婚后不想立刻怀孕，或由于某些原因不宜马上怀孕或不宜生育的，应利用婚前检查的机会将自己的愿望告诉医生，

并可向医生询问有关避孕、节育的知识和建议。根据医生的介绍和建议，结合自己的实际情况，选择适宜的避孕节育措施。如不想避孕，应向医生了解一些基本的优生和孕期保健知识。

二、婚前健康检查的项目

（一）询问病史

包括双方的既往病史、家族病史及女方的月经史。

（二）体格检查

包括心、肝、肺、肾的一般检查，神经系统的检查，精神、身体成熟情况的观察。常规测量血压。

（三）生殖器官的检查

包括生殖器发育是否成熟，有无异常和缺陷。女青年不行阴道检查。

（四）化实验室检查

常规进行血、尿、便、肝脏功能、胸部透视检查。对疑有遗传病史者，要进行染色体检查。

总之，婚前健康检查无论从其意义和内容上来看，是一项严肃而必行的社会保健工作。而不是有些人认为的一件可有可无，令人难堪和神秘的事情。每一个新时代有知识、有觉悟的青年男女，都应该认真对待这项工作，抱着积极、诚实、相互负责的态度自觉地参加，配合医生进行工作。

第三章 生育时机的选择

近年，为适应我国社会，经济的发展和控制人口过多过快地增长，我国推行一对夫妇只生一个孩子的政策（在一些农村和少数民族地区依情况可允许生二胎）。在这种情况下生一个健康、聪明的孩子就自然地成为每个家庭每对夫妇的共同愿望。如何才能使这个愿望变为现实？总的来说，这一愿望的实现是夫妇、家庭、社会综合努力的结果。对于夫妻来讲，除要避免近亲结婚，婚前进行健康检查了解掌握有关性卫生、孕期保健知识外，选择适宜的生育时机也是十分重要的。一般地讲，在选择生育时机时要考虑以下几方面因素：

一、生育的年龄

生育年龄的选择要从社会、人体心理生理发育两方面因素来考虑。

从社会因素上考虑，人口的生产和社会经济的繁荣紧密相关。社会生产有限度、有计划地发展，就需要人口的生产也要有计划、有限度。人口生产过高过快就必然会影响社会生产经济的发展。从这意义上讲应该提倡晚婚、晚育和少生。

从人体本身的因素上考虑，究竟什么年龄生育最为适宜呢？根据生理学的理论和大量的妇产科实践，一般认为最佳的生育年龄为25至30岁。处在这个年龄阶段的青年，身体各器官组织已发育成熟，是精力、体力、机能均处于最好的时期，生殖系统产生的精子和卵子的质量相对地较其他时期