

婴幼儿保育

河南人民出版社

卫生知识丛书



卫生知识丛书

婴幼儿保育

乃兴学孔

河南人民出版社

卫生知识丛书

婴幼儿保育

乃兴学孔

河南人民出版社出版

河南第一新华印刷厂印刷

河南省新华书店发行

787×1092 毫米 1/32 4.75 印张 100千字

1977年11月第1版 1980年8月第2次印刷

印数 28,001—74,500

统一书号 14105·33 定价 0.30 元

前 言

婴幼儿的保育工作，是保证下一代健康成长的重要措施之一，也是促进计划生育的大事。所以，广大群众很需要了解和掌握儿童保健方面的卫生知识。为了适应群众的实际需要，我们编写了这本小册子，对婴幼儿的喂养、护理、培养卫生习惯，以及儿童常见病的防治作了简明扼要的叙述。同时，还配有必要的插图，以帮助大家理解内容，并力求适合于广大婴幼儿的父母、保育人员和基层医务人员参考。希望读者灵活运用，既要讲究科学又要结合实际地哺育婴幼儿健康成长。

编 者

目 录

小儿在生理、病理上和成人有哪些不同的地方?	(1)
孩子的生长发育怎样才算正常?	(2)
怎样照顾不同年龄的小儿?	(6)
小儿的呼吸、心跳为什么比成人快?	(7)
年龄一样大的孩子, 为什么高低胖瘦不一样?	(9)
为什么有的孩子生下来就有畸形?	(10)

新生儿的这些特殊表现是有病吗?	(13)
如何给新生儿保暖?	(15)
怎样护理早产儿?	(16)
怎样给孩子喂奶?	(17)
为什么要提倡母乳喂养?	(19)
母乳够吃的孩子还要喂别的东西吗?	(20)
妈妈没有奶, 孩子应该如何喂养?	(22)
什么时候给孩子断奶好?	(25)
怎样培养孩子良好的饮食卫生习惯?	(26)
孩子吮指头无关紧要吗?	(27)
为什么要经常给小孩洗澡?	(28)

孩子每天睡多长时间合适?	(29)
把尿有什么好处?	(30)
孩子穿的衣服应该注意些什么?	(31)
婴幼儿需要锻炼身体吗?	(32)
怎样防止孩子的意外伤害?	(35)
婴儿为什么哭闹?	(36)
孩子吐奶是不是有病?	(38)
为什么孩子常流口水?	(39)
小孩睡觉时为什么容易出汗?	(41)
有些孩子为什么肚大?	(42)
摸到小儿的肝脏表示有肝炎病吗?	(43)
小孩尿白糊涂是怎么回事?	(45)
婴幼儿大便的变化与健康有什么关系?	(45)
婴儿为什么容易发生消化不良?	(47)
如何预防婴儿腹泻?	(48)
孩子吃坏了肚子为什么要禁食?	(50)
冬春季小儿为什么容易得呼吸道疾病?	(51)
感冒是小毛病吗?	(53)
为什么孩子容易得肺炎, 怎样预防?	(54)
糊口白是怎么回事?	(57)
真的有“虫吃牙”吗?	(58)
孩子流鼻血咋办?	(60)
“红眼睛”有什么危害?	(61)

孩子为什么容易害“耳底”？	(62)
孩子起了荨麻疹咋办？	(64)
婴儿得了湿疹有哪些治法？	(65)
黄水疮是怎样传染的？	(67)
热天，孩子为什么容易长痱子与疖肿？	(68)
“红屁股”与尿布有什么关系？	(70)
怎样预防冻疮？	(71)
孩子容易缺乏哪些维生素，能引起什么病？	(73)
小儿为什么会发生软骨病？	(75)
婴儿为什么会发生贫血？	(78)
怎样知道孩子是得了“腰子病”？	(79)
孩子尿床怎么办？	(81)
什么是婴儿暑热症？	(82)
婴幼儿会不会长肿瘤？	(84)
小儿肠套叠是怎么回事？	(85)
小肠疝气和气肚脐不治能好吗？	(87)
如何预防脐风？	(88)
为什么不应拉着幼儿的手走路？	(90)
麻疹病儿要不要“背风”和“忌嘴”？	(91)
幼儿急疹、风疹和麻疹有什么不同？	(93)
猩红热有什么特点，怎样预防？	(96)
怎样护理水痘病儿？	(98)
“疳腮”是怎么回事？	(99)
百日咳真要咳嗽一百天吗？	(100)

怎样保护儿童不得肺结核病？	(103)
怎样知道孩子是得了流行性脑膜炎，如何预防？	(105)
怎样防止细菌性痢疾的传播？	(107)
病毒性肝炎是怎样得的？	(109)
如何战胜婴儿瘫？	(111)
夏秋季小儿为什么容易发生大脑炎？	(113)
疟疾对小儿的身体有什么危害？	(115)
怎样预防小儿蛔虫病？	(116)
什么是小线虫病？	(117)
孩子为什么会得钩虫病？	(119)
怎样护理发烧病儿？	(120)
小儿抽风咋办？	(122)
孩子肚子疼怎么办？	(123)
小儿捏脊为什么能治病？	(126)
怎样给孩子喂药？	(128)
怎样给孩子吃退烧片和小儿安？	(129)
怎样照护有病的孩子？	(131)
怎样防治小儿发生农药中毒？	(132)
为什么要给孩子进行预防接种？	(134)
孩子需要进行哪几种预防接种？	(136)
预防接种后会有些什么反应，怎样减轻反应？	(137)
附 表	(139)

小儿在生理、病理上和成人有哪些不同的地方？

小儿不仅身体比成人小，更主要的是身体各部分的发育还不成熟，抵抗力也比成人弱。年龄越小，这些表现就越明显。所以，同样的疾病，在不同年龄的小儿，临床表现就各不相同，例如：

婴儿的鼻腔、喉部、气管，都比成人狭小而短，粘膜很嫩，血管丰富，所以患了感冒后，鼻子常易阻塞，妨碍吸奶。患了气管炎，很容易发展成肺炎，有的甚至上午还是感冒，下午就会发展成肺炎（婴幼儿多为支气管肺炎，年长儿多为大叶性肺炎）。小儿的扁桃腺在出生后6~9个月开始发育，所以在6个月前不会得扁桃腺炎。

婴儿消化系统也有许多与成人不同之处，胃的上口（叫贲门）肌肉发育差，而下口（叫幽门）的肌肉又常很紧，胃又是水平的位置，所以很容易发生呕吐；小肠的肌肉层也不发达，但血管很丰富，这有利于吸收大量的营养素，也很容易吸收毒素，所以当吃进有毒物质（包括因消化不良所产生的有毒物质）或细菌所产生的毒素时，被吸收后常常引起中毒症状。

小儿神经系统发育不成熟，受到刺激，容易抽风。3岁

前的小孩发高烧时，就会引起抽风，许多传染病在还未表现出典型症状前，也表现为高烧抽风，如细菌性痢疾在排脓血便前，先出现高烧抽风。随着年龄的长大，这种现象才慢慢消失。

成人及年长儿童皮肤受到细菌感染时，多数只不过会出现疖子或脓肿，而婴幼儿由于局限炎症的能力弱，很容易造成败血症。

婴幼儿免疫能力差，比成人容易患传染病，如百日咳等。而对另一些传染病（如麻疹），由于有从母体先天获得的抵抗力（抗体）的存在，6个月以前就很少得。

从上面这些例子可以看出，儿童在生理、病理方面都有许多特点，在保育小儿时，不能简单地用对待成人的方法去对待小儿，应该根据不同年龄儿童的不同特点，区别对待，才能做好。

孩子的成长发育怎样才算正常？

孩子的发育是否正常，与当时和以后的健康状况关系都十分密切。因此，家长和保育人员都很关心这方面的问题。

1.体重的增长：孩子体重的增长，是判断小儿体格发育是否正常，反映喂养是否合适的一项重要标志。正常情况下，1~5个月的婴儿每个月增加体重1斤2两左右，6个月~1岁每个月增加体重1斤左右，从1岁以后，就没有以前长得那么快了，大约每年可以增加4斤。如果一个小孩体重比这个标准差得多，那就应该找一下原因了。

2.身高的增长：我国新生儿平均身长约50厘米（一市尺半）。出生后的前半年中，身高增长最快，平均每月增长2.5厘米，半年里共增长15厘米；后半年慢了一半，半年共增长8厘米。以后每年大约增长5厘米。

3.头部的发育：新生儿的头盖骨还没有完全长好，在头顶前部有一个菱形、柔软而跳动的地方，叫做大囟门（俗称呼吸顶）。在头颅后面还有一个小囟门，在孩子出生时或最迟到生后4个月就闭合了。大囟门要在一岁半左右才闭合。囟门早闭，可见于头小畸形；若闭合过迟，可能与软骨病、脑积水等疾病有关系。

新生儿的头围（从头部枕后到前额的一周）约34厘米，在出生后的6个月内，增长较快，可增加8厘米。到下半年共增加3厘米，第二年的1年中约增加2厘米，到第三、四年的2年中仅增加1.5厘米，以后增加更慢，5~10岁5年中才增加1.5厘米。头围长得太大或太小，都会影响孩子的智力。

4.牙齿的生长：乳儿时期所生的牙齿叫乳牙，共20个。乳牙脱落后，出生的牙齿叫恒牙，共32个。

出牙齿是有一定顺序的，乳牙首先生出中间的切牙，约在4~10个月时出生。到两岁半时全部长齐（图1）。恒牙约在6~8岁时出现。乳牙生出过迟，常见于重度软骨病和呆小病（甲状腺机能不全）。

乳牙是在胎儿5个月时开始钙化的，恒牙是在乳儿时期开始钙化的。要孩子牙齿长得好，就应该在胎儿期和乳儿

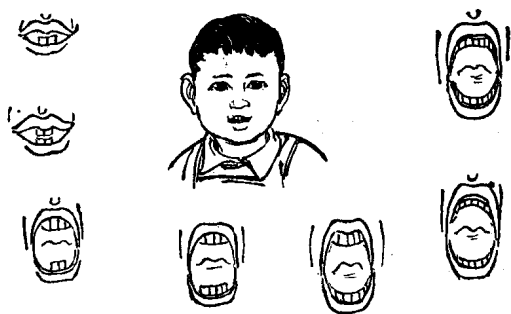


图 1 牙齿的发育顺序

期提供条件，供给孕妇及乳儿充足的钙质和维生素D。如果等到牙齿长得不好再治疗，就显得为时太晚了。

乳牙是儿童时期的咀嚼器官，与将来恒牙的萌出有密切的关系，所以对乳牙、恒牙都要注意保护。要教给孩子刷牙、漱口，保持口腔清洁，预防龋齿（俗称虫牙）的发生。不要以为乳牙将来还要换，坏了问题不大，就不加爱护。

5. 动作的发育过程：小儿在胎儿期就有运动的本领，叫做“胎动”。新生儿的运动都是无规则的，不协调的，但是同样能够促进机体（包括大脑）的发育，所以，在新生儿及婴幼儿时期，千万不要把身子包扎得太紧，妨碍运动、影响发育。

新生儿颈部的肌肉无力，他的头通常转向一侧，而不能随意俯仰翻转，如果不留意帮他翻转，就能把头睡偏。因不会仰头，如果脸朝下趴着睡觉，堵着口、鼻，又有可能捂得

上不来气，发生窒息，应该特别注意。

2个月的小儿扶着身体时能抬起头来；4个月才能自己举头，扶着腰髋部会坐；7~8个月时可以自己坐直；9个月会爬、会翻身，应注意防止小孩从床上摔下来；10个月以后，如果小孩能独自站立，就可以搀着他一只手或让他推着推车学走路了；1岁以后，就可以由脚步不稳逐渐变为可以稳稳当地独自行走；2岁时，手能作比较细致的动作，如用手绢擦鼻涕，用勺子吃饭；3岁的小孩会自己洗手脸，解扣子；5岁以后，就会玩皮球，滑滑梯，自己穿脱衣服，使用简单的小工具（如小铲、小桶等）。

根据不同的发育阶段，帮助孩子作不同的有意义的活动，以促进身体、智力和思想意识的发育提高。要从小培养他们热爱英明领袖华主席、热爱党、热爱社会主义、热爱祖国、热爱劳动等好思想。

6.学说话的过程：新生儿在饥饿和大小便时，只会以啼哭来表示自己的不舒服；到3个月时，可以有意识地笑出声来，4个月能大声发笑，咿呀作语；8~9个月时可以随着大人喊“爸爸”，“妈妈”；10个月时，当我们说“再见”时，他就能伸出小手摇一摇；1岁时，能说出简单的话，如“喝水——水”，“汽车——滴滴”，还能学会眼、鼻、鞋、袜等简单的名称；2岁以后，才能说简单的语句；3岁以后，不但能说一般的话，还会唱革命歌曲。

俗语说：“嘴跟着腿”，一般说来，语言的发育和其他行动的发育是平行的。但也有个别小孩，一般发育和正常小

孩没有两样，但2~3岁时才会说话。另外，教孩子说话很重要，不注意教，孩子会说话就晚。

以上介绍的是儿童生长发育的大致过程，不过，正常儿童的发育是有差异的，稍差一点的也不一定有病。经过一段时间的观察，如果发现孩子发育不正常，就要找找原因了。

怎样照顾不同年龄的小儿？

儿童从小到大，随着年龄的增长，都有不同的特点。根据小儿不同年龄的不同特点，区别对待，才能作好保育工作。医学上把小儿按年龄分成六个期，即：胎儿期、新生儿期、婴儿期、幼儿期、学龄前期、学龄儿童期。

胎儿期：从受孕到分娩共9个月（精确的说是280天）。胎儿在母体内发育，母体的健康与否，与胎儿的发育密切相关，例如：母亲孕期钙质缺乏，孩子就会患先天性佝偻病；如果怀孕头3个月母亲患风疹，孩子生下后就可能有心脏病；母亲临产前3个月内发疟疾，就会经过胎盘传给孩子，使小孩生后数天就可能发生疟疾病。妇女孕期可以吃些豆腐、鸡蛋、鱼、虾等营养丰富的食物，不要乱服药物，要预防传染病的发生，合理地安排劳动和生活。

新生儿期：从出生到满月共1个月的时间。从寄生母体到独立生活，生活环境发生了很大变化。新生儿体格脆弱，缺乏保护自己的能力和能力，各方面发育还很成熟，周围的环境、生活条件、营养护理，对新生儿十分重要，所以要注意保护工作，如清洁卫生、保暖等，以免感染疾病。

婴儿期（乳儿期）：从1个月到1岁。这是小儿生长发育最快的时期，应注意保证小儿的合理营养（最好是吃母乳，并按时添加辅助食品）。乳儿呼吸道粘膜细嫩，易受风邪的侵袭而生病，如上呼吸道感染、气管炎、肺炎等，并且从母体得来的抗病能力逐渐消失，容易感染上传染病，所以要注意体格锻炼（如多抱到室外接触新鲜空气和日光）、接受预防注射等。

幼儿期：从1岁到3岁。这时期小儿生长发育也很快，学会行走，扩大了小儿活动的范围，说话更增加了小儿对周围的了解，使智力得到很好的发育，正确的思想教育就可以开始了。要注意按时断奶，并给孩子增加合适的营养，注意预防麻疹、痢疾、消化不良、营养不良等疾病。

学龄前期：从3岁到7岁。这时小儿活动增多，喜欢模仿大人，经常要求到户外玩耍，而不愿意一个人在屋内玩，喜欢提出各种各样的问题，所以要注意很好教养小儿，培养合理的生活习惯。由于好奇心强和缺乏经验，一时照顾不到，就会发生意外事故，这是家长和保育人员应该特别注意的。

学龄儿童期：从7岁到14岁。这是一生中长身体和长知识的大好时期，学校和家庭都要按照毛主席、华主席的指示，加强思想教育，使儿童在德育、智育、体育各方面全面发展，成为有社会主义觉悟的有文化的劳动者。

小儿的呼吸、心跳为什么比成人快？

如果注意观察孩子，就会发觉孩子的呼吸、心跳比成年

人快，年龄越小，呼吸、心跳的频率就越快。据统计，不同年龄的儿童每分钟呼吸、心跳的次数大致如下：新生儿呼吸约40~44次，心跳160~140次；1岁以内的婴儿呼吸约30次，心跳约140~110次；1~3岁时呼吸约24次，心跳约120~100次；4~7岁时呼吸约22次，心跳约100~80次；10岁以后呼吸、心跳的次数就渐渐和成人接近，呼吸约20次，心跳约90~70次。

影响小儿呼吸、心跳频率的因素很多，如体力活动、哭闹、精神紧张，都能使呼吸、心跳进一步加快；孩子发烧，患呼吸或循环系统的疾病，对呼吸及心率的影响更为明显，体温每升高1℃，心跳每分钟可加速15~20次。

在一般情况下，呼吸和心跳的次数常同时增减，它们之间有一定的比例关系。新生儿约为1:2.5，1~6岁为1:3，成年人为1:4。如患呼吸系统疾病（肺炎等）时，呼吸次数的增加超过心跳次数的增加，这种比例可变为1:2或1:1.5，而某些心脏病患儿则心率的增加却较为显著。

小儿呼吸较快的原因，是由于小儿生长发育快，新陈代谢旺盛，需要的氧气相对较多，而小儿的胸腔较小，肋骨呈水平位，呼吸肌发育得不充分，胸廓活动范围小，每次呼吸的气量较少，肺的换气功能差。并且由于肺泡的数目较少，气体的交换不充分，呼出的气体含氧量较多，对氧的利用率低。这样，只能以增加呼吸的次数来补偿气体交换的不足。并且，血液中氧气缺乏和二氧化碳的蓄积可以刺激呼吸中枢，使呼吸加快。

小儿时期支配心脏的神经装置发育不平衡，使心跳加快

的交感神经有足够的机能，使心跳减慢的迷走神经尚未成熟，所以婴幼儿的心率较快，10岁以后心脏的神经结构逐渐发育成熟，心率也就接近于成人。

年龄一样大的孩子，为什么高低胖瘦不一样？

有些孩子长得瘦或低是因为有病，比如，对身体消耗很大的一些慢性病（如结核病、黑热病、血吸虫病等）能使孩子消瘦；得了麻疹、百日咳、钩虫病、疟疾等，也能使生长发育暂时停止。一些内分泌腺功能低下，更能使孩子成为侏儒。

但是，影响孩子生长发育的因素是很多的，许多孩子的瘦小并不是因为有病，而是因为其他原因。

首先，孩子的体格受遗传的影响，与民族、家族和居住地区有一定的关系。父母身材高大的，小孩往往也高大。出生前胎儿寄生于母体内，母亲的健康直接影响到胎儿的大小，母亲的营养缺乏和疾病，能够使胎儿早产和消瘦。

小儿出生后的营养发育，和生活条件密切相关。要想使儿童发育得好，必须有质量充足的食物供给他。母乳不够或辅助食品缺乏时，孩子就会因为营养不良而不能正常地成长。生活在清洁卫生、空气新鲜、阳光充足，并能得到合理照顾的环境中的孩子，一般发育较快。怕孩子出了门会风刮受凉，晒了太阳会变黑，整天关在屋子里，体格得不到锻炼的孩子，往往就比较弱小。睡眠不够，吃东西挑挑拣拣、不定时定量，都会影响孩子的健康和发育。随着我国人民生活水平