

生儿育女

300问



北京日报出版社

生儿育女三百问

田边水 编

北京日报出版社出版、发行

(北京市东单西裱糊胡同34号)

新华书店经销

冶金工业印刷厂印刷

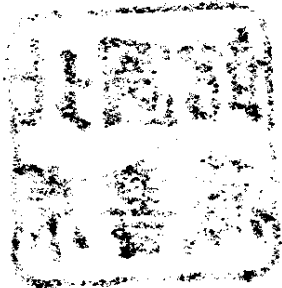
787×1092毫米 32开本 6.75 印张150千字

1988年8月第1版 1988年8月第1次印刷

印数：00,001—31,000

ISBN 7-80502-076-0/Z0015

定价：1.70元



目 录

一、生 育

为什么要提倡优生?	(2)
怎样才能优生?	(3)
近亲为什么不能结婚?	(4)
精神病人能生育吗?	(5)
心脏病病人能婚育吗?	(5)
哪些妇女最容易生畸形儿?	(6)
为什么要进行婚前检查?	(7)
遗传能决定后代一切吗?	(7)
新婚期怀孕为什么不好?	(8)
多大年龄生育好?	(9)
孕妇吸烟对胎儿有什么影响?	(10)
孕妇嗜酒对胎儿有什么影响?	(10)
为什么说“酒后不入室”?	(11)
哪几个月怀孕好?	(12)
妇女怎么知道自己已怀孕?	(13)
孕妇可以干重活吗?	(14)
孕妇为什么要避免放射线照射?	(15)
孕妇得风疹、流感对胎儿有什么影响?	(15)
孕妇为什么要慎用药?	(16)
孕妇要忌口吗?	(17)
怎样处理妊娠呕吐?	(17)
孕妇怎样选择食物?	(18)

孕妇情绪对胎儿有什么影响？	(19)
怎样使出生后的孩子聪明？	(20)
胎儿体重多大好？	(20)
怎样测定胎儿体重？	(21)
怎样测量子宫底的高度？	(22)
为什么要知道胎动的次数？	(22)
怀孕期为什么要节制房事？	(23)
怀孕后期用什么姿势睡觉好？	(24)
什么叫胎教？	(24)
胎教包括哪些内容？	(25)
胎教从什么时候开始？	(26)
怎样知道孩子哪一天出生？	(26)
怎样避免早产？	(27)
过期不生好不好？	(28)
怎样才不会横生倒养？	(29)
临产时应注意哪些问题？	(30)
剖腹产好还是自然分娩好？	(31)
临产前有哪些征兆？	(31)
为孩子出生应准备什么用品？	(32)

二、保 育

新生儿的生理与护理

新生儿的第一声哭表示什么？	(35)
婴儿出生后为什么体重下降？	(36)
怎样让新生儿适应环境温度？	(36)
怎样给新生儿喂奶？	(37)
婴儿出生后为什么要喝糖水？	(37)

新生儿应睡几小时？	(37)
新生儿的便尿怎样才算正常？	(38)
新生儿不撒尿要紧吗？	(39)
新生儿口腔里的分泌物能擦吗？	(39)
新生儿得鹅口疮怎么办？	(40)
新生儿“马牙”能挑吗？	(40)
新生儿长牙应拔掉吗？	(40)
擦掉新生儿的胎皮好吗？	(41)
怎样矫正新生儿的歪脖子？	(41)
怎样保护新生儿的脐带？	(42)
婴儿肚脐突出需治疗吗？	(43)
新生儿为什么会出现黄疸？	(43)
新生儿手脚为什么会出现青紫色？	(44)
新生儿臀部的蓝斑需治疗吗？	(44)
新生儿头上长肉包要紧吗？	(44)
新生儿乳房肿大可以挤吗？	(45)
新生女婴为什么有“月经”？	(45)
男婴没有睾丸是怎么回事？	(46)
婴儿的囟门什么时候闭合好？	(46)
可以洗婴儿的囟门吗？	(47)
新生儿什么时候能看见东西？	(47)
新生儿斜视要找医生看吗？	(47)
新生儿什么时候听到声音？	(48)
新生儿的表情说明什么？	(48)
正常的新生儿是什么样？	(49)
新生儿病了都有什么表现？	(49)
新生儿可以洗澡吗？	(50)

新生儿穿什么样的衣服？	(51)
新生儿需枕枕头吗？	(51)
给婴儿剃“满月头”好吗？	(52)
婴幼儿的生长与发育	
婴幼儿怎样算发育正常？	(53)
婴儿体重多少算合适？	(53)
你的宝宝身高长得快还是慢？	(54)
孩子一两个月不长个要紧吗？	(54)
怎样使孩子长得高些？	(54)
怎样知道孩子将来长多高？	(55)
影响小儿生长的因素是什么？	(56)
婴儿的头围为什么比胸围大？	(57)
孩子越胖越好吗？	(57)
什么样的孩子算肥胖？	(57)
怎样防止孩子过于肥胖？	(58)
婴儿什么时候出乳牙？	(58)
乳牙长出太晚是缺钙吗？	(59)
让婴儿学爬有什么好处？	(59)
孩子多大时教学步好？	(60)
婴儿“平足”要紧吗？	(60)
怎样教孩子学步？	(61)
为什么有的孩子学步迟？	(62)
孩子学步穿什么样的鞋好？	(62)
婴幼儿智能及行为发育怎样算正常？	(63)
孩子学话为什么有迟有早？	(63)
各月龄的婴儿都有什么样的表情？	(64)
孩子为什么要哭？	(64)

孩子的各种哭表示什么?	(65)
婴儿体温为什么比成人高?	(66)
婴幼儿的营养与喂养	
为什么说婴幼儿最需要营养?	(67)
营养对孩子的智力有何影响?	(68)
营养与孩子的行为有什么关系?	(68)
六种营养素从哪些食物中来?	(69)
为什么说婴儿吃母乳好?	(70)
妈妈怎样给孩子哺乳?	(70)
为什么不要把初乳挤掉?	(71)
婴儿为什么会漾奶和吐奶?	(72)
有的婴儿为什么吸奶困难?	(73)
每次哺乳需多长时间?	(73)
怎样知道孩子吃饱奶了?	(74)
孩子睡着了要叫起喂奶吗?	(74)
孩子吸假奶头有什么不好?	(75)
患病的妈妈怎样哺乳?	(75)
妈妈吃了药能给孩子哺乳吗?	(75)
乳房结块怎么办?	(76)
哺乳时怎样使用两个乳房?	(76)
怎样保护乳头?	(77)
怎样把凹陷的乳头抽出来?	(77)
哺乳的妈妈怎样避免增重过大?	(77)
怎样使妈妈乳汁多?	(78)
母乳不足怎样办?	(79)
哺乳的妈妈应吃些什么?	(80)
缺乏母乳用什么喂孩子?	(80)

怎样制做婴儿辅食?	(81)
怎样给小孩添加辅食?	(82)
怎样喂牛奶才不会结瓣?	(83)
能把麦乳精代替奶类喂孩子吗?	(83)
婴儿不吃奶粉怎么办?	(83)
怎样热奶才不泼?	(84)
怎样开橡胶奶嘴口?	(84)
婴儿要喝多少水和果汁?	(85)
怎样知道人工喂养是否得当?	(85)
孩子营养不良怎么办?	(85)
孩子多大时断奶好?	(86)
哪个季节断奶好?	(87)
怎样断奶?	(87)
断奶后怎样喂养孩子?	(88)
孩子的营养怎样安排才合理?	(88)
怎样安排幼儿一天的饮食?	(89)
孩子饮食最忌什么?	(89)
为什么要让孩子多吃些粗粮?	(90)
为什么说幼儿多吃蔬菜好?	(90)
小孩吃糖过多有什么危害?	(91)
孩子吃冷食过多有什么害处?	(92)
孩子吃零食能增加营养吗?	(92)
孩子不爱吃肉怎么办?	(92)
孩子生吃鸡蛋好吗?	(93)
孩子为什么厌食?	(94)
怎样纠正孩子厌食习惯?	(94)
孩子为什么偏食?	(95)

如何纠正孩子的偏食习惯?	(96)
孩子吃饭快好不好?	(97)
怎样让孩子自食?	(98)
吃饭时为什么不要跟孩子说话?	(98)
吃饭时为什么不要训斥孩子?	(98)
婴幼儿的防病与治病	
怎样使孩子不生病或少生病?	(99)
怎样给孩子预防接种?	(100)
孩子得了“流感”怎么办?	(100)
孩子得麻疹怎么办?	(101)
婴儿长水痘怎么办?	(102)
炸腮患儿有哪些症状?	(102)
为什么单服钙片治不好佝偻病?	(103)
怎样知道孩子肚里有寄生虫?	(104)
孩子得了寄生虫病怎么办?	(104)
孩子“盗汗”是什么原因?	(105)
用迷信方法能治“夜哭郎”吗?	(106)
怎样治“夜哭郎”?	(106)
婴儿为什么不能控制大小便?	(107)
婴儿什么样的大便算正常?	(108)
婴儿为什么会便秘?	(108)
怎样从粪便中识别小儿患什么病?	(109)
婴儿尿浑是什么原因?	(109)
小孩遗尿怎样治?	(110)
婴儿得了“奶癣”怎么办?	(111)
夏天怎样才不使孩子长痱子?	(111)
小儿烧伤怎么处理?	(112)

亲婴儿脸蛋好不好?.....	(113)
有的婴儿后脑为什么没头发?.....	(113)
怎样防止孩子外伤?.....	(114)
婴儿长逆睫毛怎么处理?.....	(114)
孩子眼斜视怎么办?.....	(115)
沙子入孩子眼里怎么处理?.....	(115)
婴儿为什么流口水?.....	(116)
怎样矫正孩子“口吃”?	(116)
孩子讲话“大舌头”怎么办?.....	(117)
孩子长牙时要注意哪些问题?.....	(117)
婴儿牙齿发黄是什么缘故?.....	(118)
怎样使孩子不长虫牙?.....	(118)
孩子牙齿畸形怎么办?.....	(119)
怎样使孩子牙齿整齐强健?.....	(119)
孩子为什么常打喷嚏?.....	(120)
怎样处理孩子鼻塞?.....	(120)
怎样防止食物掉进孩子的气管?.....	(121)
婴儿有“耳屎”怎么办?.....	(121)
异物入孩子耳怎样处理?.....	(122)
怎样使婴儿的脑瓜长得端正?.....	(122)
给小孩喂药要注意什么?.....	(123)
小儿对哪些药物会产生不良反应?.....	(123)
捏鼻子灌药好不好?.....	(124)
乳母能代替婴儿服药吗?.....	(125)
给小儿吃补药好吗?.....	(125)
怎样给孩子打虫子?.....	(126)
使用“滴鼻净”要注意什么?.....	(126)

小孩误食避孕药怎么办?..... (127)

婴幼儿的环境与锻炼

冬季怎样调节婴儿住室的温度?..... (128)

夏天怎样调节婴儿住室的温度?..... (128)

怎样调节婴儿住室的湿度?..... (129)

有的孩子为什么弱不禁风?..... (129)

体格锻炼对婴幼儿各器官发育有什么帮助?..... (130)

体格锻炼对增强婴幼儿体质起什么作用?..... (130)

体格锻炼要注意什么基本姿势?..... (131)

体格锻炼应注意什么?..... (131)

让孩子常到户外活动有什么好处?..... (132)

为什么要让孩子多晒太阳?..... (132)

水对锻炼小孩身体有什么作用?..... (133)

怎样用水来锻炼小孩身体?..... (134)

怎样让孩子进行游泳锻炼?..... (134)

孩子作空气浴有什么好处?..... (135)

怎样让婴幼儿作空气浴?..... (135)

怎样帮助婴幼儿做体操?..... (136)

孩子爱玩好不好?..... (136)

为什么说哭也是一种运动?..... (137)

运动可以预防孩子驼背吗?..... (137)

婴幼儿的休息与睡眠

婴儿一天应睡几小时?..... (139)

怎样才能使孩子多睡觉?..... (139)

怎样才能使孩子睡得安全?..... (140)

为什么要让婴幼儿午睡?..... (140)

婴幼儿睡眠的神态表示什么?..... (141)

婴儿入睡后惊跳要紧吗?..... (141)

婴幼儿的习惯与矫惯

矫惯与习惯有什么关系?..... (142)

为什么要特别注意婴幼儿的作息?..... (144)

为什么要让婴幼儿养成按时进餐的习惯?..... (145)

怎样让婴幼儿养成卫生习惯?..... (145)

怎样让孩子养成漱口和刷牙的习惯?..... (146)

怎样使孩子养成大小便的习惯?..... (146)

孩子左侧睡觉有什么不好?..... (147)

为什么要改变孩子蒙头睡觉的习惯?..... (148)

唱催眠曲让孩子入睡好吗?..... (148)

为什么有些孩子临睡前要哭闹?..... (149)

为什么一把尿婴儿便啼哭?..... (149)

婴儿吮手指头为什么不好?..... (150)

怎样纠正小儿吮手指头的习惯?..... (150)

婴儿经常伸舌头好吗?..... (151)

孩子使用左手的习惯要纠正吗?..... (151)

孩子爱用嘴呼吸怎么办?..... (152)

孩子养成吃沙土的习惯怎么办?..... (153)

婴幼儿的穿着与打扮

应为孩子准备什么样的衣着?..... (154)

应为婴幼儿选择什么颜色质地的衣服?..... (154)

婴幼儿穿多少衣服合适?..... (155)

婴幼儿穿什么样的裤子好?..... (156)

怎样保存婴幼儿衣服?..... (156)

不同年龄的孩子穿什么样的鞋合适?..... (157)

婴幼儿枕什么样的枕头好?..... (157)

使用尿布要注意什么?.....	(158)
怎样洗尿布易干净?.....	(158)
孩子冬季怎样护肤?.....	(159)
给孩子涂口红好吗?.....	(160)
给孩子烫发有什么不好?.....	(160)
给孩子戴项链好吗?.....	(160)
给孩子戴塑料有色镜好不好?.....	(161)
婴幼儿应用什么样的香皂好?.....	(161)
用奶水涂婴儿脸好吗?.....	(162)

三、教 育

早期教育有什么重要意义?.....	(164)
早期教育有哪些内容?.....	(164)
早期教育要注意什么?.....	(165)
怎样才能提高孩子的学习兴趣?.....	(166)
为什么不要恫吓孩子?.....	(167)
怎样给孩子讲道理?.....	(168)
怎样对待孩子的要求?.....	(169)
什么样的孩子算聪明?.....	(170)
孩子聪明要具备什么条件?.....	(170)
怎样加强孩子的语言训练?.....	(171)
怎样培养孩子的观察力?.....	(172)
怎样培养孩子的记忆力?.....	(173)
怎样培养孩子的注意力?.....	(174)
怎样培养孩子的思维能力?.....	(176)
讲故事对孩子的智力有什么影响?.....	(177)
为什么不能给孩子讲鬼怪故事?.....	(178)

手工劳动为什么能使孩子聪明?.....	(179)
个性教育对孩子成才有什么关系?.....	(180)
怎样对孩子加强思想行为的教育?.....	(181)
怎样培养孩子爱祖国爱人民的好品德?.....	(182)
怎样培养孩子爱劳动的品德?.....	(184)
怎样教育孩子讲礼貌?.....	(185)
怎样培养孩子诚实的品德?.....	(186)
怎样教育孩子言行一致?.....	(187)
孩子任性怎么办?.....	(188)
怎样培养孩子的勇敢精神?.....	(190)
怎样培养孩子的毅力?.....	(191)
怎样使孩子性格活泼?.....	(192)
怎样培养孩子的自尊心?.....	(193)
怎样引导孩子爱科学?.....	(194)
怎样培养孩子的创造精神?.....	(195)
怎样对孩子进行美育?.....	(197)
怎样帮助孩子做好入学准备?.....	(198)

一、生 育

为什么要提倡优生？

生下的孩子，有的健康壮实，有的瘦弱多病；有的聪明，有的呆傻；有的长相漂亮，有的形体缺陷。这是为什么？有人说是从娘胎里带来的，这话不无道理。这主要是遗传的结果。所以说，要生个聪明的好宝宝，就要学点优生学。所谓优生学，就是谋求改善或者提高人口素质的一门科学。我们知道，动物为了保持种群的强大，保持优良的遗传素质，采取了自然竞争方式，淘汰了那些衰弱的个体。在一群动物中，只有那些最强壮的个体才能获得繁殖和生存的条件。这就是动物的优生方法。但人类现今已进入如此文明的社会，就不能象动物那样，回到原始时代采用过的那种弱肉强食的竞争方式。人类优生必须在社会的控制之下进行，来保障后代及整个民族的优良素质。我们现今的优生办法，主要是采用产前检查、遗传咨询作为手段，扬长避短，减少后代遗传病基因，减少先天性畸形，降低遗传病的发病率，使所有的妈妈都生个健壮可爱的孩子。

目前，遗传病已达3000种以上，最常见的遗传病有无脑儿、小头畸形、唇裂、无肢、并指；巨大畸形、多头、多肢、独眼；痴呆、聋、瞎、哑等。不但病种多，发病率也相当高，一人得了遗传病，可能代代相传，严重威胁着人类的健康。据报载，国外有个叫马丁的人，原来祖孙三代智力良好，都没有先天异常。可是，后来马丁娶了个低能弱智的女子为妻，生下的儿子先天性智力低下。后来儿子又都生儿育女。经四代传播，这个马丁竟有143个低智能子孙。另外，他的一些在表面上正常的后代，也是先天智力低下基因的传播者，谁

跟他（她）结婚，生下的儿女可能也是智力低下者。这样的例子各地都有。我国农村人口众多，偏僻地方，文化落后，近亲结婚者很多，亲缘关系密切，遗传病的发生较为普遍，给许多家庭带来了不幸。北京市密云县番字牌乡6000多人，患呆傻等遗传病的就达270余人，占总人口的4%。这个乡的四道沟村700口人，有聋、哑、呆傻者63人。这些数字是很惊人的。这就是不懂遗传，不懂优生，近亲结婚的苦果。

遗传病给家庭和社会带来严重问题。一旦生下先天性呆痴的孩子，父母痛苦，家庭受牵累，也给社会加重负担。所以在我国普及优生教育是非常重要的。为了下一代的健康，为了家庭的幸福，为了提高民族素质，希望大家都来学习优生知识。

怎样才能优生？

当今世界各国最为关注优生问题，都在研究优生科学，以便杜绝遗传疾病和先天性畸形，提高人口素质和全民族人口质量。为了更好地达到这个目的，许多国家都制定了《优生法》，用法律形式规定什么样的人才能结婚，什么样的人不能结婚，什么样的人能结婚但不能生育，并规定结婚年龄、生育年龄和婚前检查等等。不照这些条文去做，就是违法，就要受到惩处。由于这些国家严格执行《优生法》，人口素质明显提高。

我们国家虽然没有完整的《优生法》，但也有这方面的法律条文，如《婚姻法》就规定：“直系血亲及三代以内旁系血亲者”，禁止结婚。直系血亲指的是父母、祖父母、外祖父母、子女、孙子女、外孙子女；旁系血亲指的是兄弟姐妹、表兄弟姐妹、堂兄弟姐妹、叔伯、姑母、舅父、姨母等。他们之间，前者不能结婚，后者三代以内不能结婚。另外，花柳