



國民衛生常識叢書

嬰兒衛生

東北人民政府衛生部編



目 錄

- | | | |
|---|--------------|----|
| 一 | 兩歲以前小孩身體上的特點 | 一 |
| 二 | 應該怎樣扶養小孩 | 六 |
| 三 | 奶孩子的方法（哺乳） | 一五 |
| 四 | 消化不良 | 四一 |
| 五 | 小孩生病時怎樣照顧？ | 四五 |

一 兩歲以前小孩身體上的特點

剛生下來的小孩，從呱呱一叫開始呼吸後，一直到兩個禮拜（十四天），都叫小奶孩。過去是在媽媽的肚子裡呆着，現在一生下來，周圍環境馬上變了，身體內外都起了很大的變化，所以說這個期間真是一個『轉變關頭』。咱們要特別注意。

一 肉 皮 兒

小孩一生下來，肉皮的色是稍微發紅，很光滑，第三、四天的時候，從身上就往下掉糝糠似的小薄皮，一般的到五六天就不掉了。有的小孩在這幾天，肉皮兒和眼睛發黃，像長黃疸病（黃病）似的，但是到六、七天或者十幾天自然消褪，所以說這都不是病，不用害怕。

還有的小孩在屁股蛋子上有紫黑色的一塊一塊的痕跡，一般到六、七歲的時候慢慢的也就沒有了，就是老長着的時候，也沒什麼壞處，不用管它。

二 掉 肚 臍

臍帶割掉以後，剩在肚皮上的那一塊兒，就慢慢乾燥了，多半在產後三天到六天頭上就自然的掉下去，在肚臍掉下以前和掉下以後，必須要保持肚臍那塊兒的乾淨，如果弄「埋汰」了，就容易從割口進去病菌，或者使肚臍子周圍爛了，出血了，或是得臍帶風死了。所以生孩子時剪臍帶要注意乾淨，不要隨便剪，不要使破棉花套子亂包亂蓋。

三 顙 門（頭顙子）

才生下來的小孩，頭頂上的骨頭都是長不全，用手一摸「鼓囊鼓囊」的，鄉下人叫「頭顙子」醫生們叫顙門。小孩這時候的顙門，前後有兩個。後顙門到兩個月就長攏啦，前顙門要十八個月才能閉住，不過也有早的。前顙門閉合太早的時候，小孩的腦子就發育不足，以後就不聰明。若閉合太晚，恐怕是有佝僂病，也叫軟骨病（是骨頭裡缺少石灰質）。

在小孩腦袋上的這樣軟活地方，我們一定要小心保護，不要讓別人碰，也不要叫冷風吹着。

小孩和母親一塊兒睡覺，母親的鼻子喘氣最容易吹着小孩的頭顱子，所以當母親的要注意。小孩枕的枕頭，也要軟活，不要叫小孩常常仰着睡，或是臉竟朝一邊睡，這樣就能把腦袋睡的不周正。

一兩歲以前，小孩的腦袋長的最快，才生下來的時候，腦袋比身子還粗些，兩歲以後身子才慢慢的比腦袋粗了。站起來肚子常是顯着大。

四 眼睛和耳朵

小孩的眼睛在最初兩三個月內，還不能很自由的轉動，所以有好些看着好像是斜眼睛，就是這個原故。才生下時沒有眼淚，一個月以後才開始有。才生的小孩聽不到聲音，幾天以後就能聽了，幾個星期以後，耳朵就靈了，因此要注意，在小孩旁邊不要大聲叫喚，免得他受驚。

五 尿

小孩的第一泡尿，一般是在落草後半個鐘頭就尿，以後一天十來回，起初是一天六回到八回

以後一天十回到十五、六回。

六 屎

小孩生下來兩三天的時候，竟拉黑褐色的粘糊糊的屎，沒什麼味兒，這叫胎糞（胎便）一回拉的很少。開始吃奶以後，到第三天就變成黃色藥膏子似的，有一種酸臭味。吃人奶的奶孩拉的屎是黃色，最初一個禮拜稍帶點綠色，還有點「格格生生」的，這不是病。一天拉兩三回，如果拉的沫子多，「格格生」的粒子太大，有惡臭的氣味時，那就是病了，不是消化不好，就是鬧肚子。如果是吃牛奶的奶孩拉的屎就是淺黃色，稍稍有點臭味，常有「格格生」塊，一天拉一回。

七 發

熱

小孩在生後身上不太熱，和大人一樣，到第三、四天的時候，有的不知道什麼原因，突然發熱。一般幾個鐘頭就退熱，這是小孩缺水的現象，所以應該給小孩一些開白水喝。

八 胃（肚子）

才生的小孩，胃裡面只有裝下二兩水（或奶）那麼大。如果喂奶時慢慢的喂，可以多喂一些；若用匙子灌，一次就決不能多過二兩。

九 出 牙

小孩由六個月到八個月時，就開始出牙。先出下面兩個門牙，後出上面兩個門牙，再往後又從上面的兩個門牙，傍邊各出一個牙。到一歲時就應該有六個牙了，一歲半應該有十二個牙，兩歲時應該有十六個牙，兩歲半時二十個乳齒全出。有些小孩出牙時，稍微發熱，睡覺不穩當，這不是病。

若是小孩出牙較慢，大多數是因為有「佝僂病」，但也不一定，也有沒病的到一歲左右才出牙。

二 應該怎樣扶養小孩

我們冷丁的生了一個小孩，都很歡喜，一家老少都爲這個小孩作了不同的打算，「怎樣起小名和大名」將來叫他作什麼等等的。都想叫他長命百歲的，只要他長的胖胖的，沒有病，那管怎麼鬧呢。可是常常忽略了最基本的方法，假如扶養不胖，扶養不活，叫當母親的最傷心，別人也跟着長出氣的，那麼怎樣扶養才好呢？就請注意下邊的幾個問題吧！

一 居 住

小孩呆的地方，空氣必須流通的好，別像小籠籠似，滿屋酸臭味，孩子呼吸這樣空氣容易得病。屋子也要亮，太陽光也能射進來，不要把窗戶擋上，屋子漆黑，一點陽光也進不來像摸瞎似的，這樣孩子就不會結實的。屋裡要暖，不要太冷，也不要太熱。假使窗戶緊閉生上炭火盆，那是最不好的，容易叫炭烟子燻着。

二 衣裳

小孩的衣裳要乾淨、寬大、柔軟、暖和、做的簡單容易洗淨，不在乎好看不好看，也不要太厚了，太厚了肉皮子就悶得發焦了，因為小孩子生長旺盛，鄉下人常說「小孩火力旺」，對了，火力旺容易發熱，所以衣裳不要穿的太多，若穿多了也容易傷風，而且妨礙手脚的運動。特別是夏天好出「痱子」，一片一片的小疙瘩，孩子痒痒的要命。所以孩子的衣裳要隨着冷熱決定穿的多少。有的人老怕孩子冷，給穿的很多，反到使孩子老傷風。在春天冬天秋天也不要給孩子穿的太多，給他穿着小襖衣，常常換洗，或是常常捉捉虱子。

三 尿布

尿布要用乾的，多預備一些，不要用油紙、油布，因為油紙油布尿上尿不容易蒸發，尿老在上頭「汪」着，容易使小孩屁股爛了，就是咱們常說的「淹啦」「打啦」，這時候要經常洗屁股，勤換乾淨的尿布。

四 腹帶（帶捏子）

小孩的臍帶細好以後，還可以用一條三寸多寬，一尺四寸長的白棉布帶子把肚子細住。臍帶掉了以後，仍可以用這個帶子細着肚子，把肚子全蓋住。滿月後再去掉。這樣既可保持肚臍清潔，又可避免受涼肚子痛。

五 洗 澡

洗澡能使小孩肉皮清潔，可能幫助發育，使他長的「結實」。洗澡的時候屋裡要暖和，水不要太熱，用手摸摸不燙手就行，在盆底上放一塊布，小孩下水的時候不能害怕。在水面上放一個可以玩的而且能漂起來的玩物，小孩看見玩物以後就願意到水裡去，母親好給他洗澡，能養成小孩願意洗澡的習慣。

洗時一手捧着小孩的頭頸後部，一手給他洗。先洗頭和臉，洗完要擦乾，然後再洗身子，輕輕用胰子各處都要洗到。而且要快洗，洗完用柔軟的手巾擦乾，但不要用擦臉手巾。擦完以後在

皮膚有褶子的地方，像腋窩、脖子、大腿的裡面、屁股、耳朵後邊都應該使撲粉上上，別讓「淹」了。若是「淹」了上撲粉不好，可以抹點油，若用油性藥抹點更好。

但若是小女孩子的話，外陰部不要用胰子洗，因為胰子裡鹼質多，刺戟了不好。

最好一天洗一次澡，若辦不到可以隔三、五天洗一次。

在肚臍沒掉以前，注意肚臍不要沾水，洗完以後把肚臍用沾燒酒的乾淨布擦擦，再用乾淨布包上纏好。肚臍掉了四、五天以後，就可以把小孩放在盆裡洗。

六 睡 覺

睡覺是小孩的重要事情，大人應該注意。才生的小孩一天竟睡覺，在沒滿六個月以前的小孩一天要睡十八到二十個鐘頭的覺。六個月以後也要睡十五、六個鐘頭，一歲到五歲每天最少要睡十二個鐘頭，以後慢慢大了睡覺時間就慢慢減少。小孩睡覺不要抱着他睡或是攔在搖車子搖着叫他睡，這都是不太好的習慣，只要注意給他換尿布，叫他舒服，自然而然的他就睡啦。

最初生後頭三個月，除了吃奶洗澡以外是整天的睡。漸漸的在晌午和晚上（日落）以前醒些

時間，小孩漸漸長大，白天的睡覺時間減短，每次喂奶後都醒着玩一些工夫，夜間必須睡一整夜。如果夜間常醒，若是沒有什麼毛病，必是白天睡的太多，那麼就想法叫小孩在白天少睡些。母親不應該和小孩睡的太近，更不應當睡在一個被窩裡，這樣可以免得傳染病和黑夜隨便奶孩子的毛病。小孩應當自己睡在一邊，被褥要輕軟，也要常洗常晒。

七 大小便的習慣

要養成小孩大便有一定時間的習慣，從三、四個月起，就要每天在一定時間內抱起小孩，叫他大便，這當然要很久才能養成習慣，所以當媽的要有耐心。叫小孩不尿炕，在一兩歲的時候還作不到，只能在臨睡覺時叫他撒尿，半夜裡大人再抱起來叫他尿一兩次，不要打罵，到後來小孩能叫尿刺激醒時，他就不會尿炕了。

八 眼睛應該怎樣保護

小孩生下來不幾天，大多數眼睛要疼一次，有人說「是衣胞爛的原故」，這是不對的。小孩

眼睛如果若是經常保持乾淨，那是不能鬧眼睛的。保持乾淨的辦法用小鍋就是煮一塊乾淨的棉花，用的時候，先把小鍋裡的涼開水倒手上點，把手洗淨，再把小鍋裡煮的棉花撕下來一點，在鍋邊上把水擠一擠，拿到小孩眼睛上，從靠鼻子這一頭的眼角上，向那頭一抹，這樣就行了。如果果再要抹，可以另外再撕點棉花，不要用這塊手捏過的棉花再去抹眼睛。如果眼角上生眼瞢，就可以用陳桑葉熬水，用棉花沾着來擦。另外還要防止小孩自己用手擦眼睛，所以當小孩的眼睛疼的時候注意不讓小孩用手擦眼睛。平常小孩的手指甲不要留的太長，應當常常剪短，不然容易抓壞臉皮。小孩的胳膊腿不要纏上，鄉下人說「若不纏，長大後，腿就彎彎」那是不對的，沒那麼回事，放心吧！叫他隨便吧！他的胳膊腿隨便活動，這是一種最好的小奶孩運動，可以幫助發育。還有的說「小孩手指甲不能剪，怕受風」，那是瞎說，也是沒那麼回事。手指甲要長了容易抓壞臉或者是肉皮，另外能藏住埋汰東西，弄嘴裡去也要生病，抓破了那兒，也容易化膿。

還有的人把小孩的胳膊腕上給帶不少的小布口袋，裡邊裝上糖，像小辣椒似的，故意叫小孩使嘴嘬，不定嘬多少日子才給拿下去，也不知道是啥意思，「有人說是因為小孩一嘬就不鬧人了」實際那才是更埋汰的東西，所以我們要注意不要弄那些沒意思反而有害的事情，叫小孩無故的遭

罪。

九 耳朵應該怎樣保護

在小孩洗澡洗臉的時候，不要把水弄進耳朵裡去，因為耳朵裡頭有一層像紙似的薄膜，醫生們叫「耳鼓」或者「鼓膜」，耳鼓外邊還有「耳殘」（耳屎、耳臘），若進去水把「耳殘」弄濕了，就膨脹起來頂住耳鼓，這樣薄的耳鼓如果被弄破了，那麼小孩耳朵就聾了。過去有的人在生氣的時候，好用巴掌打小孩的耳光子，有的時候把小孩耳朵打的嗡嗡的響，若厲害的時候就聾了，那就是正好打在耳朵上，把耳鼓震破了的原故。所以我們要注意，千萬不要作這種不相當的事。

十 哭是小孩的運動

前邊我們知道小孩的手腳不細，叫他隨便活動，那是小孩的一種很好運動，但是小孩的哭也是一種運動，並且可以使肺臟健康，但是養成小孩哭的習慣也是不好，可是有的大人太怕小孩

哭，一哭就抱起來拍拍，喂奶，也不管爲啥哭，更是不對的。應該看看是不是有虱子咬，是不是那塊兒「淹啦」，那塊疼了，是不是餓了，要詳細找找原因，諾沒啥事，叫他哭一會兒也沒關係，因爲哭也是一種運動。

小孩生後兩個月裡的哭是沒有眼淚的，到三個月的時候就開始有眼淚了，哭聲也不同了，而且很多樣。所以當母親的，必須學習分辨，因爲小孩的哭是小孩在不會說話時候思想和要求的表示。

第一種、煩燥發皮氣的哭：希望人抱起來和他玩，也可以說是他的消遣。當母親的應當看看尿布濕了沒有，或是衣服有褶子，使他不舒服，或是太熱或是太冷，若有這些原因就去掉，若沒有就叫他哭吧不要緊。若是一哭就給奶吃或抱起來搖動他，不但叫小孩消化不好還能養成一個哭的習慣，他每一有要求就要哭，或者聲音更大不一定。我們若想法知道他哭的原因，在他沒事哭的時候，我們就不管他，漸漸養成他沒事就不哭的好習慣。

第二種、餓的哭：哭的時候是每天吃奶的時間，生氣樣的哭若在吃奶後或者兩回吃奶的中間，這樣是小孩沒吃飽。那麼可以在給他吃奶的時候多吃一會兒。

第三種、疼的哭：哭聲尖大，連續的哭，哭時臉皮皺皺着，灣同小腿或者小胳膊，若碰疼的地方，立刻哭的聲加大。有時一接近他。他也大聲哭。若是肚子疼，哭聲不大，因為一哭便疼，所以這樣尖聲且大的哭，疼的地方多半在胳膊腿上。

胸脯子有地方疼時，哭聲較比低，像哼哼似的，有時在哭聲後要長出一口氣，因為氣短。

肚子疼的時候，哭聲長而且急燥，哭的小腿都抬起來。

腦袋疼的小孩，多半是打不起精神來，哭時聲音也不強，多半沒有淚，怕光和聲音，哭的聲音中，偶然加一個大聲，這時疼的比較厲害，最不好的哭聲，是小孩躺著哼哼。

所以我們分別清楚哭聲，究竟是屬那一種類的哭，我們好給以適當的處置。

十一 小奶孩也應當抱到外邊走走

新鮮的空氣和太陽光對小孩是非常重要的。因為多曬日光能防止佝僂病、壞血病等等。在夏天，小孩生後七、八天就可以抱出去，在春秋的時候生後兩三個星期（十五天到二十天）找一個沒風的天，把小孩抱出去。但是在冬天非得小孩習慣了冷氣，才能抱小孩出去。習慣的辦法是先

給小孩穿着出去的衣裳，抱到冷一點的屋子裡來回走走，到滿月以後再選一個好天氣抱出來，但是也要小心不要受風。

三 奶孩子的方法（哺乳）

第一節 母乳營養

一般的在廣大城市和鄉村小孩都是吃母乳的，~~因為近幾年城市裡，有很多的母親，因為工作或是其他的原因，就常常不給小孩吃自己的奶，這是個外例了。~~我們廣大城市和鄉村雖然母親給小孩吃奶可是時間太長，有的給吃到三、四歲，還有~~地~~下次再有孕的時候才止，鄉下管這叫「吃接奶」「小孩身體好」，這都不對。所以母親給小孩吃奶最多也不要多過九個月，最少也不應該少過三個月，尤其小孩下生以後那幾天吃母乳的奶更是必要的。

母親生孩子以後最初三、四天的奶裡，含着不少的養分和抵抗「病」的東西，醫學上叫「抗元」。所以小孩吃了以後，在身體裡產生一種對抗「病」的東西，醫學上叫「抗體」可以使小孩少得各種傳染病。