

中国关心下一代工作委员会专家委员会推荐

中国儿童 早期教养工程

(增订本)

■ 主编：戴淑凤

0~1岁
方案

全方位跟踪指导
权威专家咨询测评
健康快乐全面发展

ZHONGGUO ERTONG

JIAOYANG GONGCHENG

中国妇女出版社

中国儿童早期教养工程

0~1 岁方案

(增订本)

戴淑凤 主编

中国妇女出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

中国儿童早期教养工程 .0~1岁方案/戴淑凤主编.
2版. —北京:中国妇女出版社,2002.6
ISBN 7-80131-669-X

I. 中... II. 戴... III. 儿童教育:早期教育-中国 IV. G61

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 043244 号

中国儿童早期教养工程

0~1岁方案

戴淑凤 主编

中国妇女出版社出版发行
北京东城区史家胡同甲 24 号

邮政编码:100010

各地新华书店经销

北京市瑞兴印刷厂印刷

850×1168 1/32 13.625 印张 310 千字
2001 年 8 月北京第二版 2003 年 3 月第四次印刷

印数:13001—15000 册

ISBN 7-80131-669-X/G·359

定价:25.00 元

用科学知识和先进教育方法

全面提高婴幼儿素质

严仁英

一九九九年十二月

北京医科大学妇产科教授
中国关心下一代工作委员会专家委员会主任
世界卫生组织母婴保健合作中心主任

严仁英题词

推 荐 词

我们认真阅读了戴淑凤、黄醒华、区慕洁等几位同志编写的《中国儿童早期教养工程》丛书书稿，并对专家咨询、跟踪测评等服务项目进行了分析，认为这套丛书及其相关服务科学性、系统性比较强，为教育、培养下一代提供了有益的参考和帮助。我们同意向年轻的父母及从事婴幼儿教养工作的同志们推荐这套丛书。

中国关心下一代工作委员会专家委员会

一九九九年十二月

序

也许因为我是学医的，又当了多年的儿科大夫的缘故吧，我对儿童有一种特殊的很难用语言表达的感情。儿童的孕育、出生、成长特别引起我的关心。那憨态幼稚的笑、抑扬顿挫的哭，小拳头的振臂挥舞，小脚丫的胡乱蹬踹，以及顽皮的恶作剧，对我来说，都是歌、是舞、是诗、是画，是向往伟大实践创造的开始，是面对生活迎接挑战的尝试。冰心先生有一篇文章，题目记不清了，她说哪里有儿童，哪里就有歌声，有笑声，有光明，有希望。我也从儿童的稚趣里看到了心地清纯和未来的灿烂，有时梦中被儿童包围起来，自己也回到了童年。

因为爱儿童，所以对儿童的培养、儿童的教育，特别是儿童的早期智力开发，儿童心理和生理疾患的调理诊治，也就更为关注。今年春节，朋友送给我四本书，是关于0~7岁儿童教育的，就是中国妇女出版社出版的增订前的那几本，主编是戴淑凤教授。因为是同行，戴教授的名字我是知道的，也见过一次面，但印象不深。只听说她是北大医院的大夫，医德高尚，医术精湛。待我看过她主编的教材后，方知名不虚传，深深佩服她于医学、心理学、教育学、社会学、伦理学方面涉猎之广，研究之深。书写得通俗易懂，图文并茂，将东西文化、古今义理明白晓畅地写出来，交给已经做父母和正在希望做父母的人，真如渴饮甘泉，其情感、其心胸、其志向、其抱负，令我钦佩。

儿童的出生成长如幼苗的立地滋生，在生长中也会有疾患，生理的或心理的，细菌的或病毒的，这就要早发现、早诊治、早教育，以防贻误。智力要早开发，儿童早期智力开发是一门新学科。开发不当，急于求成，拔苗助长，会适得其反，可能会摧残一棵栋梁之材。这几本书是在实践的基础上写成的，渐进调教，效果明显。我感谢戴教授为中国儿童早期智力开发所做的努力。

本书对原来的版本进行了增删修改，吸收了不少新的科研成果，补充了不少实践中取得明显效果的新的做法，重修复印，并冠之以《中国儿童早期教养工程》丛书的总题目，在此次出版的之一、之二、之三、之四之后，还会有之五、之六……相继问世。出版付印之前，戴淑凤教授请我为该书写篇序文，切切之情，却之不恭，便提笔写了上面这些文字。

何家华

二〇〇〇年十一月



前言

生育一个健康、聪明的孩子，是每一个年轻父母的共同心愿，也是国家、民族的希望所在。为了让孩子成为 21 世纪的高素质人才，年轻夫妇从计划怀孕那天起，就要了解妊娠知识、科学的胎教方法及儿童身心发展规律，掌握不同年龄段孩子的言行、思维和情感方式，懂得与孩子相处的技能、技巧，成为孩子喜欢亲近、对孩子身心健康发展产生积极影响的人。

“中国儿童早期教养工程”丛书是我们总结多年早期教育和科学育儿知识的经验，同时又借鉴了国外先进的早期教育理论而编写的。我们的愿望是，把全新的科学育儿理念、知识和方法奉献给新世纪的年轻父母。

本丛书以感觉教育理念为理论核心，以感觉教育游戏为施教特点，介绍了妊娠、分娩、婴幼儿的合理营养、保健、疾病预防和良好习惯培养等方面的知识。为了便于阅读和理解，我们还为图书设计了大量插图，以形象直观体现教养技巧，并希望以此愉悦读者的心情，增加教子的乐趣。

本丛书共分四册：《胎教方案》、《0~1 岁方案》、《1~3 岁方案》、《3~7 岁方案》。

《胎教方案》解答了准备怀孕的妇女和孕产妇在计划妊





娠、妊娠和分娩过程中所遇到的各种问题。主要分为五个部分：怀孕前的准备、怀孕十个月、从阵痛到分娩、产后生活及健康宝宝五个部分。

《0~1岁方案》、《1~3岁方案》、《3~7岁方案》1999年初刚一面世，就受到广大读者的欢迎，有关专家、学者也给予了高度的评价。为使这套书更臻完美，我们在听取大家的意见和要求的基础上，进行了重要的修订，并吸取了最新的研究成果，增补了内容，现重新出版。在这三册新增订的书中，我们将教养的知识和方法分为七个部分：

1. 育儿要点：根据年龄段宝宝生长和智能及心理行为发展的特点，提出简明扼要的育儿建议，使父母首先抓住关键。

2. 生长发育：本年龄段宝宝的生长发育指标。

3. 科学育儿：母乳喂养、辅食添加、营养、护理、预防接种等。

4. 专家咨询：侧重疾病的辨认与预防、安全与急救、儿童习惯、身心健康、误区与困惑等。

5. 智能提高训练与情商培养：以精心设计的感觉教育游戏作为全脑潜能开发、优良素质培养的技巧，在快乐的游戏之中，使孩子体能、智能、情商都能得到理想的发展。

6. 智能发展测评：以智能发展的六大方面提出测评的代表性项目、方法和通过的标准，由家长进行测评。家长可以通过测评，了解宝宝哪些方面比较突出，哪些方面尚需努力，以促进宝宝全面发展。

7. 儿歌与必备玩具：玩具、儿歌、童话、故事是伴随孩子成长的最好的伙伴。在每本书中都有儿歌、童话、故事和玩教具的使用指导。





由于儿童各个年龄段身心发展规律不同，所以每个部分的侧重点也有所不同。比如，在《3~7岁方案》中，科学育儿与专家咨询融为一体，并安排了更为详细的智能提高训练及情商培养等内容。

由于图书篇幅有限，对有些父母在育儿过程中遇到的问题，难以一一做出解答，您可以直接与专家服务网联系，求得帮助。在对孩子的测评上，家长可能难以根据书中的要求科学地把握，因此就有关的测评问题也请您与专家服务网联系。

希望我们的努力能给年轻的夫妇带来帮助，能对宝宝健康、智慧、快乐地成长有所裨益，也希望能以此促进我国儿童教育事业的发展。

戴淑凤

2000.12





目 录

第1个月

育儿要点	(3)
生长发育	(4)
科学育儿	(6)
新生儿的分类	(6)
给新生儿评评分	(7)
呼吸和心率	(8)
体温不升和发热	(8)
新生儿的皮肤特点	(10)
给婴儿洗澡的学问	(10)
洗澡时应注意的问题	(12)
脐炎、脐茸的预防和治疗	(13)
眼、耳、鼻、口的护理	(15)
衣物和尿布	(16)
母乳是婴儿最理想的食物	(17)
初乳的抗病抗体	(18)
正确的哺喂方法	(19)
“按需哺乳”是怎么回事	(20)
怎样判断母乳是否充足	(20)
怎样判断母乳不够吃	(21)
哺乳前的准备	(22)





母乳喂养成功的关键	(23)
乳汁是怎样产生的	(24)
催乳的食品和验方	(25)
注射乙肝疫苗	(25)
为什么婴儿要注射卡介苗	(26)
专家咨询	(28)
乳头凹陷时的母乳喂养	(28)
乳头破裂时的母乳喂养	(28)
患乳腺炎时的母乳喂养	(29)
患感冒时的母乳喂养	(29)
母亲患抗阳性时的母乳喂养	(30)
早产儿的母乳喂养	(31)
怎样观察大小便	(31)
鼻尖上的“小丘疹”	(32)
马牙和螳螂嘴	(33)
新生儿乳腺肿胀	(34)
“阴道流血”和“白带”	(34)
先锋头和头颅血肿	(35)
四肢屈曲的新生儿	(36)
手足抖动是抽风吗	(37)
身体扭动是有病吗	(37)
怎样辨别宝宝的哭声	(38)
怎么对付哭闹的宝宝	(39)
生理性黄疸与病理性黄疸	(40)
ABO 溶血与 Rh 溶血症	(41)
新生儿核黄疸	(43)
什么是“G-6-PD 缺陷症”	(43)
什么是母乳性黄疸	(44)
新生儿溢乳	(45)
新生儿硬肿症及预防	(46)
婴儿居室须知	(48)





先天性髋关节脱位	(49)
先天性斜颈	(50)
新生儿结膜炎	(50)
新生儿红斑	(51)
皮肤色斑	(52)
谨防破伤风	(52)
智能提高训练与情商培养	(54)
大动作能力训练	(54)
精细动作能力训练	(55)
言语能力训练	(56)
认知能力训练	(58)
情绪和社交能力训练	(59)
生活自理能力训练	(60)
智能发展测评	(61)
儿歌与必备玩具	(62)

第2个月

育儿要点	(67)
生长发育	(68)
科学育儿	(69)
人工喂养须知	(69)
混合喂养的方法	(70)
牛奶和奶粉的调配	(71)
如何把大小便	(72)
切勿给宝宝戴手套	(73)
如何制作菜水和果水	(74)
服小儿麻痹糖丸预防脊髓灰质炎	(75)
预防接种程序	(76)
预防接种后的反应	(77)





专家咨询	(79)
体重的增长公式及测量方法	(79)
身高的增长公式及测量方法	(80)
头围与胸围的关系	(81)
生理性腹泻	(84)
预防肥胖症	(84)
先天性甲状腺功能低下	(86)
摸了前囟门就哑了吗	(87)
颈部腋下糜烂怎么办	(88)
尿布疹的处理	(88)
小腿不直就是佝偻病吗	(89)
鹅口疮的防治	(90)
脓疱病	(90)
小儿脂溢性皮炎	(91)
小儿急性化脓性中耳炎	(92)
智能提高训练与情商培养	(93)
大动作能力训练	(93)
精细动作能力训练	(94)
言语能力训练	(96)
认知能力训练	(96)
情绪和社交能力训练	(98)
生活自理能力训练	(99)
智能发展测评	(100)
儿歌与必备玩具	(101)

第3个月



育儿要点	(105)
生长发育	(106)
科学育儿	(107)



佝偻病的表现及预防	(107)
如何补充钙片和维生素 D	(108)
新鲜果汁、菜汁的制作方法	(110)
宝宝的睡姿和床铺	(110)
注射三联疫苗	(111)
Hib 疫苗接种	(113)
专家咨询	(114)
脐疝要不要手术	(114)
“气蛋”怎么办	(115)
“水蛋”不用怕	(116)
不要包“蜡烛包”	(117)
怎样测体温	(118)
怎样给宝宝喂药	(118)
烫伤的防治	(119)
小儿窒息的紧急处理	(120)
喂药时的注意事项	(122)
先天性喉喘鸣	(122)
智能提高训练与情商培养	(124)
大动作能力训练	(124)
精细动作能力训练	(125)
言语能力训练	(125)
认知能力训练	(126)
情绪和社交能力训练	(129)
生活自理能力训练	(129)
智能发展测评	(130)
儿歌与必备玩具	(131)

第4个月

育儿要点	(135)
-------------------	-------





生长发育	(136)
科学育儿	(137)
坚持母乳喂养	(137)
加喂蛋黄预防贫血	(137)
鸡蛋黄的制作方法	(138)
凉席、电风扇、空调适用于小婴儿吗	(139)
专家咨询	(141)
湿疹的护理	(141)
为什么小儿4个月后容易出现贫血	(142)
补充维生素A、D多了会中毒	(142)
宝宝衣服的制作	(144)
婴儿为什么不宜食蜂蜜	(145)
脑瘫的原因及症状	(146)
脑瘫的早期发现	(147)
智能提高训练与情商培养	(148)
大动作能力训练	(148)
精细动作能力训练	(149)
言语能力训练	(151)
认知能力训练	(152)
情绪和社交能力训练	(153)
生活自理能力训练	(154)
智能发展测评	(155)
儿歌与必备玩具	(156)

第5个月



育儿要点	(161)
生长发育	(162)
科学育儿	(163)
牛奶米粉、牛奶糊的制作方法	(163)



为什么必须添加辅食	(163)
添加辅食的方法	(164)
辅食添加的顺序	(165)
专家咨询	(167)
小儿流口水是怎么回事	(167)
含铁制剂不要用牛奶冲服	(167)
如何掌握小儿用药量	(168)
不要给小儿滥用止咳糖浆	(170)
智能提高训练与情商培养	(172)
大动作能力训练	(172)
精细动作能力训练	(173)
言语能力训练	(173)
认知能力训练	(175)
情绪和社交能力训练	(176)
生活自理能力训练	(177)
智能发展测评	(178)
儿歌与必备玩具	(179)

第6个月

育儿要点	(183)
生长发育	(184)
科学育儿	(185)
菜泥、肝泥和鱼泥的制作方法	(185)
乳牙萌出的时间和顺序	(186)
宝宝出牙与疾病	(187)
注射流脑疫苗	(187)
专家咨询	(189)
半岁后的婴儿为什么易患病	(189)
小中药不宜天天吃	(190)

