

怎样照料新生儿



陕西科学技术出版社

怎样照料新生儿

叶 炯 编

陕西科学技术出版社

怎样照料新生儿

叶 炯 编

陕西科学技术出版社出版

(西安北大街131号)

陕西省新华书店发行 西安新华印刷厂印刷

开本 787×1092 1/32 印张 1.5 字数 24,000

1983年10月第1版 1983年10月第1次印刷

印数 1—57,000

统一书号: 14202·82 定价: 0.16元

前 言

我们党和政府提倡每对夫妇只生一个孩子。这是根据我国的人口现状，历史情况，人口发展趋势，四个现代化建设的需要，为了控制人口过快增长而使其纳入计划，而采取的极好措施。

我们要从大局出发，从国家和民族的长远利益出发，应当积极响应“独生子女”的号召，作到晚生、少生、优生。

怎样作到“优生”，要取决于几个方面。在先天方面，与父母身心健康，血缘关系，遗传因素，传染病与孕期保健，以及环境（如理化因素）等有关。后天方面，则与分娩时产伤，出生后的照料，日常保健工作与教育（包括儿童心理卫生）等有关。要依靠儿童家长，医务人员，保教人员，以及社会上有关方面，密切配合共同作好。

这本小册子，根据新生儿的表现与日常碰到的问题，分为哭、吃、穿与盖、洗、睡眠、新生儿常见病的防治等六个部分，介绍照料新生儿的一般常识，

也是儿童保健工作的一个重要部分。

新生儿是指出生到满一个月的婴儿。其特点是：体质弱，抵抗力低，容易得病。年轻的父母，缺少带孩子的经验，家里又没有老人，或老人不在跟前，出院以后，往往不知道怎样对待才好。

本书就是针对年轻的父母，讲些照料新生儿的一般常识，希望对年轻的独生子女的父母能够有所帮助。

叶 炯

一九八三年元月于西安电力电容器厂

目 录

一、哭	(1)
二、吃	(4)
(一) 母乳喂哺	(4)
1. 人奶成分	(5)
2. 人奶分类	(5)
3. 年龄、食奶量及喂哺次数	(6)
4. 母乳及其卫生要求	(6)
(二) 人工喂养	(10)
1. 混合喂哺法	(10)
2. 人工喂养	(10)
3. 常用代乳品	(10)
4. 牛、羊奶的消毒	(13)
5. 奶瓶的选择与消毒	(14)
(三) 新生儿辅食	(16)
三、穿与盖	(18)
1. 常用衣被	(18)
2. 尿布	(19)
3. 保暖和散热	(20)
4. 棉被的包法	(21)
5. 睡袋	(22)
四、洗	(23)
(一) 擦油澡	(23)

(二) 洗脸	(24)
(三) 勤洗屁股, 预防臀红	(24)
1. 臀红的原因	(24)
2. 预防方法	(25)
3. 臀红的处理	(25)
(四) 勤洗头, 预防胎帽	(26)
(五) 洗温水澡	(26)
五、睡眠	(30)
(一) 睡眠与头型	(30)
(二) 预防斜视	(31)
(三) 预防“招风耳”	(31)
(四) 养成良好的习惯	(31)
六、新生儿常见的疾病防治	(34)
新生儿生理性黄疸	(34)
脐带渗血	(34)
脐带感染	(34)
新生儿脱水热	(35)
吐奶	(35)
鹅口疮	(37)
新生儿结膜炎	(38)
新生儿乳腺炎	(38)
新生儿阴道出血	(39)
新生儿粪便特点	(39)
马牙	(41)
疳	(42)

一、哭

刚出生的孩子，第一件事便是哭。会不会哭，是区别一个新生儿是不是正常分娩。窒息的孩子出生时不会哭，需要进行抢救；是活产还是死胎，医学上也用出生后有没有哭作为鉴别的依据之一。

哭，也是正常新生儿的第一次呼吸。正常新生儿的呼吸，是在出生后寒冷与空气对皮肤的骤然刺激而开始的。

正常新生儿的哭，相当于成人的深呼吸，可以促进肺部膨胀，充气的肺泡数逐渐增加，使机体得到接近正常的气体交换。所以，哭是有好处的。我们要注意保持室内空气新鲜，夏天要常开窗，冬天虽冷，每日也要开窗1—2次，以利于流通空气，但时间要短一些，避免穿堂风就可以。室内有火炉子，可以取暖。但必须安装烟筒，因为产妇与新生儿体质很弱，容易发生煤气中毒。

一般来说，新生儿吃饱后，可以连睡2—3个小时，直到第二次吃奶。如果小孩睡一会儿就哭，这就

不是正常现象，我们就要找找原因。不要一哭就喂奶。如果不是因为饿的原因，喂多了就会引起消化不良，甚至发生呕吐和腹泻。

引起新生儿啼哭，有以下几个原因：

1. 常见的是喂奶问题。一是没按规定时间喂，吃得过多，小孩消化不良；二是一次没喂饱，不到下次喂奶时间就饿了。年轻的妈妈，不知道新生儿吃多少，才算是吃饱了。最好把奶挤到奶瓶里喂1—2次，看孩子能吃到多少刻度，作到心中有数。一般情况，男孩要比女孩吃得多，吃得快。如乳汁吸出速度太慢，吮吸过累，孩子往往没吃饱就睡着了。但睡不多一会儿又饿了，又要哭。

2. 尿布湿了或尿布上有大便，孩子感到不舒服。

3. 天气冷或穿、盖不暖和，或天热、出汗等。

4. 蚊、蝇叮咬，或身上出现皮疹等。

5. 一个最大的原因，也是容易被忽略的原因，就是“娇气”。新生儿虽小，但很聪明，当他每次啼哭时，人们就抱他，经过几次体验，他就学会了用哭促使人们来抱。久而久之，就养成了爱哭的习惯。多哭的结果，使产妇休息不好，也影响新生儿本身的健康和不良习惯的养成。所以，新生儿时期，除

喂奶外，尽量不要多抱，这是最早期的儿童教育。娇惯的孩子。长大以后，也不容易教育，这是值得重视的。如果这种习惯已经养成，怎么办？应先排除病、痛的原因。让孩子睡在床上，其他人都离开，室内只留一人，准备一瓶温开水，在小孩哭的中间多次少量喂些开水，免得哭哑了嗓子，每次半小时左右，最长不超过一小时，然后喂奶。孩子因为疲劳，吃饱了就会入睡。第二天注意尽量少抱，就可以见效。

新生儿的哭，表现为无泪的哭叫。大一点的孩子，哭时有眼泪，注意眼泪不要流进耳内，以免引起耳道炎症。

二、吃

正确的喂养方法与合理的营养，是小儿健康地生长发育的关键。对每一个儿童来说，既要考虑到小儿的生理需要，又要考虑到消化功能等。

（一）母乳喂哺：母乳是新生儿最适宜的天然营养品。它含有大量的糖和脂肪，热量高，所含的蛋白质易于消化。初乳不仅营养价值高，还可促使新生儿排出胎便。

出生三天以内，母乳还没有开始分泌，婴儿室的医务人员，会给孩子喂开水或葡萄糖水，预防新生儿发生脱水热或体重下降过多。在农村，尤其是江南一带，过去多由邻居或亲戚给新生儿喂人奶三天，只要她们身体健康，这个方法也好。现在，由于出生率不断降低，这种可能性就减少了。我们可以用羊奶、牛奶或奶粉按时喂哺，直至母亲的初乳分泌。

出生一星期以内的新生儿，消化能力较弱，初乳正适合他的营养需要。孩子逐渐长大，母乳可随着新生儿生长的需要，逐渐改变奶中所含的各种成分，而

有初乳、过渡期乳、成熟期乳与晚乳之分。

母乳除含有蛋白质、脂肪外，还含有维生素、酶、抗体等物质。一个新生儿，如能得到足够的母乳喂养，不但对他们的生长发育有极大的好处，而且可以预防某些传染病。

对母亲来说，自己喂奶，产后可以促进子宫收缩，还可以增进母子之间的感情，既经济，又卫生，对小儿会有莫大的好处。

母乳不足或完全没奶，或母亲患有传染病，如结核病，传染性肝炎等不宜喂哺时，有条件的可以用别人的奶喂。目前，多用牛、羊奶或奶粉代替。

1. 人奶成分：普通人奶含蛋白质1.2克%，脂肪3.5克%，碳水化合物7.5克%，矿物质0.2克%。

2. 人奶分类：新生儿时期为初乳及过渡期乳。

(1) 初乳：从分娩到产后十二日为初乳。初乳含脂肪和蛋白质的比例是：脂肪2.8克%，蛋白质2.3克%，碳水化合物7.6克%，矿物质0.3克%。初乳色黄，受热极易凝结，大部分为球蛋白。初乳最适合新生儿食用，它不仅营养丰富，易于消化吸收，还含有促进新陈代谢和增加婴儿免疫性物质。

(2) 过渡期乳：产后十三至三十日。母乳中含蛋白质与矿物质逐渐减少，碳水化合物与脂肪含量逐渐

增多。其比例是：蛋白质1.6克%，脂肪4.4克%，碳水化物7.8克%，矿物质0.25克%。

3. 年龄、食奶量及喂哺次数。

年龄	乳名与比例	每日所需牛奶量(毫升)	加5%米汤或水(毫升)	糖(克)	每日次数	每次奶量(毫升)	备注
第一星期内	$\frac{1}{3}$ 1:2	140	280	20	7	60	软弱儿
	$\frac{1}{2}$ 1:1	280	280	25	7	80	健壮儿
2—3星期	$\frac{2}{3}$ 2:1	380	180	30	6—7	80—100	
		400	200	30			
1—2月	全乳	600	—	30	6	100	

每日7次：上午5、8、11时。下午2、5、8、11时。

每日6次：，上午6、9时半。下午1、4时半、8、11时半。

蔗糖5克，约等于一平匙。

4. 母奶及其卫生要求：母奶对新生儿生长发育好处很多，因此，母亲的营养和乳头的卫生与保护就

很重要。

(1) 母亲的营养：总的要求是：食物品种要多样化，富于蛋白质与脂肪，同时要注意钙质与维生素的补充。由于生活条件不同，还应从当地的实际情况出发。主食方面，应该是细粮、粗粮搭配。副食方面，不宜过于单调，也不是只有牛奶、鸡蛋才有营养，要因地因时制宜。如北方豆类、各种肉类，黄豆及豆类制品，蛋白质含量较高。南方鱼虾多。除这些蛋白质外，还要注意多吃新鲜蔬菜、红萝卜、西红柿、瓜果类，还有花生、核桃等等，都很有营养。需要注意的是，不能多吃有刺激性的食物，如辣子、烟、酒等。

(2) 乳头卫生和保护：这是关系着预防母亲患奶疮和新生儿得鹅口疮的重要问题。预防奶疮的发生，也是围产期保健工作之一。奶疮不仅使母亲在产后不能迅速恢复健康，加深产后的痛苦，新生儿也往往吃不到足够的母乳，甚至不得不改为人工喂养。

母亲在怀孕的后期，即从怀孕6—7个月开始，每天要用温水、肥皂与旧毛巾（利用其粗糙）擦洗乳头。如乳头有紧缩或凹陷现象，在擦洗时，宜用手指向外牵拉、捻搓，可避免分娩后婴儿吮吸困难，或发生乳头皲裂而致感染。

在产后，每次喂奶前后，均应用纱布或毛巾蘸温开水擦洗乳头，是预防新生儿患鹅口疮的措施之一。如乳头皲裂或破损，喂奶后，用开水擦净。可在乳头上涂抹求偶素注射液或维生素B₆软膏，下次喂奶前再擦去。

如母乳过多，而新生儿食量小，于喂奶后将多余的奶汁挤掉。一方面，减少患奶疮的机会；另一方面，可避免奶汁分泌减少。多余的奶汁，可直接挤到

消毒过的奶瓶或小锅里，以防下次孩子不够吃，可暖热或煮开后食用。

（3）喂奶方法：

①喂奶姿势：

尽量采取坐着喂。母亲在喂右侧奶汁时，用右手抱住婴儿，右腿架在左腿上，或右脚踏在小凳上（图1）。使婴儿斜靠在母亲的



图1 喂奶姿势

右臂上，处于半坐半卧位。注意不要让乳房堵住小儿鼻孔。让小儿轮流吸吮两侧乳房，可使两侧乳腺同时分泌乳汁，也避免只吃一侧，使两侧乳房大小不一，影响泌乳与外观。

在喂牛、羊奶或水时，母亲坐法同前，右手抱住婴儿，左手持奶瓶，喂时使奶或水完全盖住奶瓶出口（图2），可预防在吸奶或喝水的同时吸进空气，造成吐奶。

有些妈妈因为疲劳或冬季寒冷，睡着喂奶。这有几个缺点：一是乳房容易堵住新生儿鼻



图2 用奶瓶喂奶的姿势

孔，造成窒息；二是奶汁易呛到小儿鼻孔或气管中去，引起吸入性肺炎；三是易养成不良习惯，如夜间不断吸奶，影响新生儿的睡眠，导致消化不良和奶头睡觉等。

②母奶量多或流出速度太快，容易呛着孩子。在喂奶时母亲要用手指夹住乳头上方来控制流速。在人工喂养时，如橡皮奶嘴洞眼太大，也会出现上述情况，那就要另换一个奶嘴。

(4) 在授乳期间，乳房体积增大，为减轻不舒适感觉和预防奶汁流湿衣服，宜戴宽大奶罩，内衬小毛巾。小毛巾每天要换洗一次。注意奶罩不能太小，以免压迫乳房，影响泌乳。

(二) 人工喂养：

1. 混合喂哺法：母乳不足，或因工作、学习关系，不能全部喂母乳时，每日可加喂牛、羊奶或奶粉一至数次。

2. 人工喂养：完全用牛、羊奶或其他代乳品喂养。

3. 常用代乳品：

(1) 牛奶：是新生儿常用的营养品。目前，在城市，鲜牛奶供应较为普遍，是缺奶和无奶的新生儿很好的代用品。

牛奶与人奶比较，不如人奶对新生儿适宜。牛奶的蛋白质，比人奶多，但蛋白质的性质不同。人奶的蛋白质，三分之二是乳白蛋白，三分之一是酪蛋白。而牛奶所含的蛋白质，五分之四是酪蛋白，五分之一