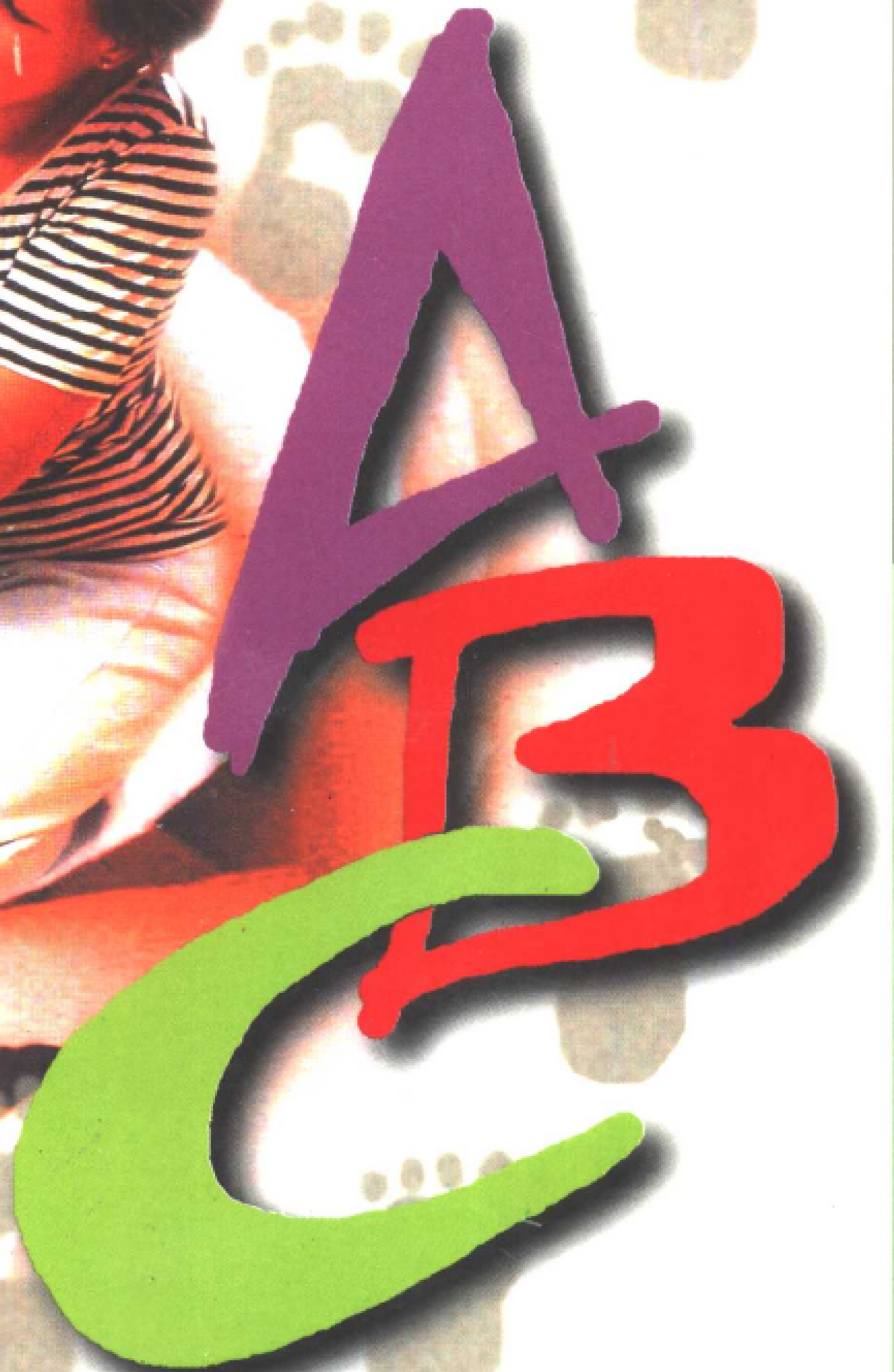


0~5岁儿

健康育儿

● 高桥悦一郎 主编
● 冈本 晓 协编
● 于建华 等译



山东科学技术出版社
www.lkj.com.cn

0~5岁儿

健康育儿ABC

高桥悦二郎
冈本 晓

〔日〕

主编
协编

于建华 等译

山东科学技术出版社



图书在版编目 (C I P) 数据

健康育儿 ABC / (日) 高桥悦二郎著; 于建华等译.
济南: 山东科学技术出版社, 2001.9
ISBN 7-5331-2659-9

I. 健… II. ①高…②于… III. 家庭教育: 儿童
教育—普及读物 IV. TS976.31

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 27817 号

译 者 于建华 闫向非 王 斌
谢恭庆 王子权 邢春燕
王忠武
责任编辑 仲彭军

0~5 岁儿

健康育儿 ABC

高桥悦二郎 [日] 主编
冈本 晓 [日] 协编
于建华 等译

出版者: 山东科学技术出版社

地址: 济南市玉函路 16 号
邮编: 250002 电话: (0531)2065109
网址: www.lkj.com.cn
电子邮件: sdkj@jn-public.sd.cninfo.net

发行者: 山东科学技术出版社

地址: 济南市玉函路 16 号
邮编: 250002 电话: (0531)2020432

印刷者: 山东人民印刷厂

地址: 泰安市灵山大街东首
邮编: 271000 电话: (0538)6110014

开本: 787mm × 1092mm 1/16

印张: 10

字数: 200 千

版次: 2001 年 9 月第 1 版第 1 次印刷

ISBN 7-5331-2659-9

R · 817

定价: 18.00 元



第一章 育儿要点

- 第一节 父母应牢记的四条原则 2
- 第二节 容易出问题的7种表达爱意的办法 4
- 第三节 婴儿托付他人看管时的注意事项 6
- 第四节 从孩子身上发现问题所在 7
- 第五节 儿童健康对策 8
- 第六节 现代小儿医疗 13

第二章 婴儿出生前的准备

- 第一节 婴儿用品按“要、借、买”的顺序准备 18
- 第二节 喂奶用品的准备 18
- 第三节 洗浴用品的准备 19
- 第四节 育儿用品 20
- 第五节 婴儿寝具 20
- 第六节 床的铺法 21
- 第七节 婴儿衣物的准备 22

第三章 母子健康

- 第一节 婴儿身体检查 24
- 第二节 新生儿的各种反射运动 26
- 第三节 妈妈的康复 27
- 第四节 产后身体康复问答 30
- 第五节 新生儿平均值 30
- 第六节 新生儿健康 32
- 第七节 母乳喂养 32
- 第八节 婴儿的抱法 37
- 第九节 有关尿布 38
- 第十节 洗澡的要点 39
- 第十一节 婴儿的房间 44
- 第十二节 育儿的忧虑 45

第四章 婴幼儿成长发育

- 第一节 建立正常的母子关系 48
- 第二节 孩子的发育标准 50
- 第三节 1个月的婴儿 55
- 第四节 察看粪尿辨疾病 57

目录



目 录

2

第五节	2个月的婴儿	58
第六节	3个月的婴儿	60
第七节	加食	61
第八节	4个月的婴儿	63
第九节	5个月的婴儿	65
第十节	6个月的婴儿	66
第十一节	7个月的婴儿	67
第十二节	8个月的婴儿	68
第十三节	9个月的婴儿	69
第十四节	10个月的婴儿	70
第十五节	11个月的婴儿	71
第十六节	1岁的幼儿	72
第十七节	2岁的幼儿	75
第十八节	3岁的幼儿	76
第十九节	4岁的幼儿	77
第二十节	5岁的幼儿	78

第五章

游戏方法和教育方法

第一节	遇到下列情况母亲应采取的措施	80
第二节	0~4个月儿的游戏方法和教育方法	81
第三节	5~6个月儿的游戏方法和教育方法	82
第四节	7~8个月儿的游戏方法和教育方法	83
第五节	9~10个月儿的游戏方法和教育方法	83
第六节	11~12个月儿的游戏方法和教育方法	84
第七节	1~2岁儿的游戏方法和教育方法	85
第八节	2~3岁儿的游戏方法和教育方法	86
第九节	3~4岁儿的游戏方法和教育方法	87
第十节	4~5岁儿的游戏方法和教育方法	89

NAJ66/03



第十一节 5~6岁儿的游戏方法和教育方法 89

第一节 家中存在的危险 92

第二节 容易被家长疏忽的事故 94

第三节 意外事故的处理措施 94

第四节 孩子跌伤时判断病情轻重的要点 96

第五节 烫伤、烧伤 96

第六节 公园、海水浴场等公共场所的偶发事故 98

第七节 手脚受伤时利用急救箱 100

第八节 小儿中暑、晕车、贫血 101

第九节 溺水及交通事故 102

第十节 中毒 104

第十一节 鼻出血、牙痛、冻伤 104

第十二节 小儿正常值的测定 105

第十三节 婴幼儿不适的判断 106

第十四节 根据粪便观察孩子的健康 108

第十五节 皮肤颜色是孩子健康的晴雨表 109

第十六节 药品的服用 109

第十七节 包扎、冷敷、热敷的方法 111

第一节 新生儿疾病与障碍 114

第二节 新生儿先天性形态异常 116

第三节 新生儿先天性代谢异常 117

第四节 染色体异常 117

第五节 婴幼儿呼吸系统疾病 118

第六节 婴幼儿耳鼻咽喉疾病 120

第七节 婴幼儿口腔疾病 122

第八节 婴幼儿消化器官疾病 123

第九节 婴幼儿心血管疾病 126

第十节 婴幼儿肾脏、泌尿器官疾病 130

第十一节 婴幼儿血液病 134



第十二节 婴幼儿大脑、脊髓、
神经系统疾病 136

第十三节 婴幼儿皮肤病 138

第十四节 婴幼儿眼科疾病 140

第十五节 婴幼儿骨骼、关节、
肌肉疾病 142

第十六节 婴幼儿传染病 144

第十七节 婴幼儿过敏性疾病 147

第十八节 婴幼儿激素和代谢异常性疾病 149

第十九节 婴幼儿癌症（恶性肿瘤） 151

第一章

育儿要点



第一节 父母应牢记的四条原则

一、让孩子自己成长

反思如下问题

- 认为冬天容易感冒，必须让孩子穿得暖和一些。
- 领孩子看病时，当医生对自己精心修剪的指甲和镶嵌着锋利饰品的戒指提出忠告时，认为医生不应该对女性的服装打扮说三道四。
- 当孩子的症状与医学书或育儿手册中记载的症状稍有类似时，便匆忙带孩子去医院。

应站在孩子的立场上正确地表达爱意

父母都希望孩子身心健康，这是无可指责的，但也不能过分。如果表达爱意的方法不恰当，反而会影响孩子的健康。为此需要掌握基本的育儿常识。如婴幼儿因新陈代谢旺盛而体温较高，穿得过多反而易患感冒；婴幼儿皮肤娇嫩且敏感，在仅依据外观做出判断前，应进行综合观察。要掌握这些方法，需要平常仔细观察。

儿童幼小的生命顽强地存在于这个世界上，如果母亲过于无知或粗心，就会使孩子患病。请仔细考虑一下，我们是否正在妨碍孩子的成长。需要强调的是，有些病症并不是婴儿的原因，而是由于父母大意造成的。这种后果是十分严重的，有时甚至会葬送孩子的生命。



二、育儿不能漫不经心

反思如下问题

- 认为如下创意商品方便实用，如小便报警器，孩子一哭闹就自动摇摆并放出音乐或母亲声音的自动摇篮，可插进手指的筷子、勺子和叉子等等。
- 认为婴儿不会说话，无法和他一同玩耍，一心要向幼儿园和托儿所的老师求教现成的游戏方法。
- 抚养孩子是一件劳心费神的事，少做一些还觉得有趣，所以一生下来就将孩子送托儿所。

放任自流会使孩子形成不负责任的性格

育儿确实是一项累人的劳作，对此必须在决定要孩子前就做好思想准备。应该了解孩子出生后至少1年以内是通过哭或笑向父母发出求助信号的。眼下各种育儿信息广为传播，有一些就是针对那些育儿信心不足或不耐烦的父母的，其中就有打着科学旗号的育儿商品和育儿法，你决不能因为轻松方便，从自己省心的角度去选择。自己的孩子一定要自己养育，请务必牢记为人父母应尽的责任。贪图便利的父母会培养出相同人格的后代。你一定要清楚，孩子的人格是由父母的行为塑造的。

第一节 父母应牢记的四条原则

三、不要追求完美无缺

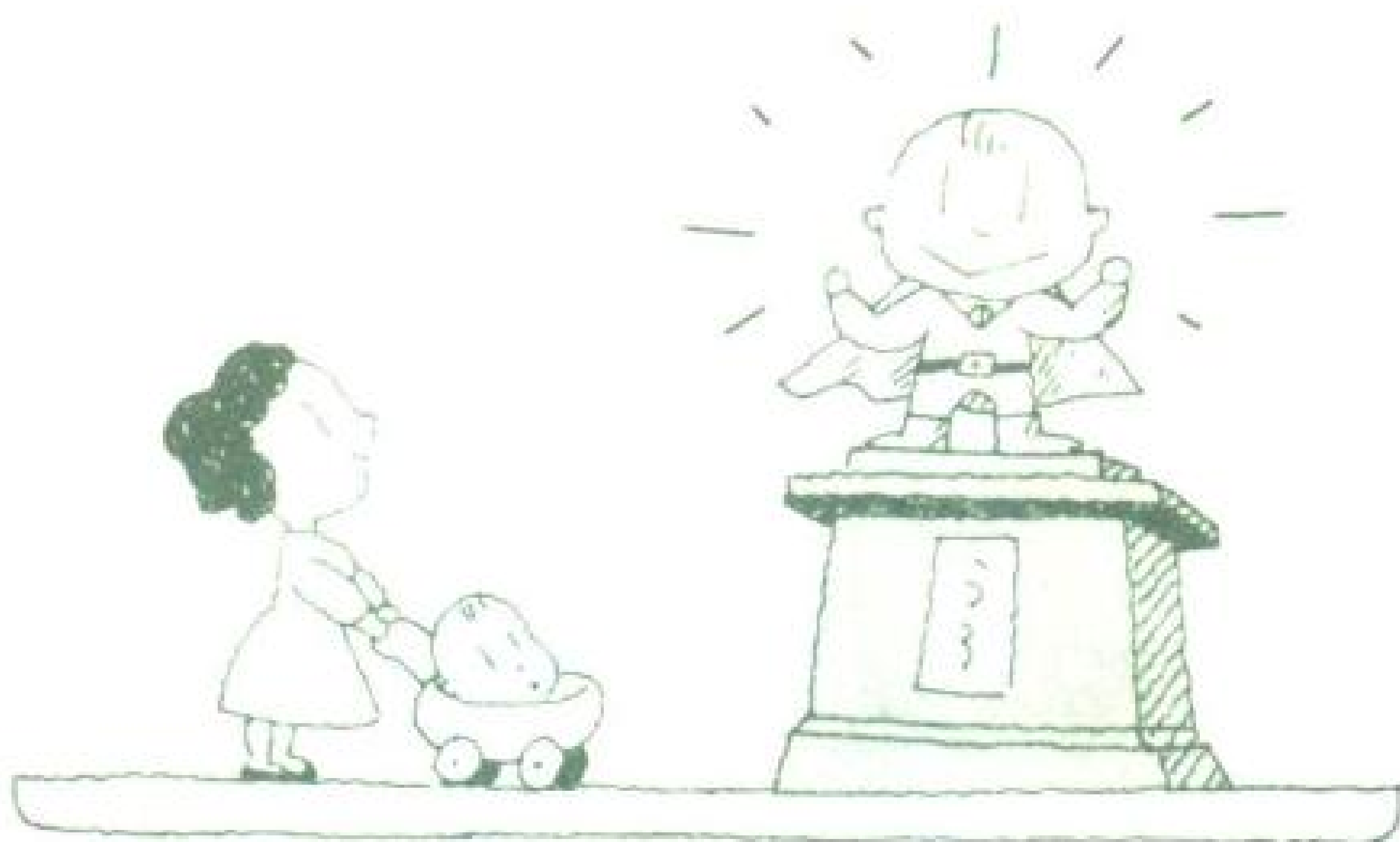
反思如下问题

●经常听到人们津津乐道地谈论有的婴儿2个月就断了奶,有的孩子不满周岁就会走路了等等。

●认为孩子一出生就应该着手开发其智力。

育儿过程中的焦虑是父母自己造成的

有这样一句谚语:“一岁两岁是天才,十岁以后平常人。”即使在婴幼儿时期就着手实施智力开发,谁也无法保证孩子一定会成长为各方面都优秀的人。一旦树立了这样的教育目标,父母就总是担心孩子发育是否正常,就总会想方设法让自己的孩子比别人领先一步,从而陷入无休止的育儿竞争之中,这是父母在育儿过程中产生焦虑情绪的根本原因。因为越是小心翼翼,父母就越紧张,就越容易疲劳,孩子也会在无形中受到影响,形成孤僻的性格。眼下各种育儿信息充斥于媒体,小心翼翼地引经据典往往弄巧成拙,平心静气地顺其自然反而会收到更好的效果。



四、孩子是父母的影子

反思如下问题

●当医生建议母亲每天至少与婴儿保持15分钟的肌肤接触时,母亲对“肌肤接触”一词茫然。

●当医生说“不要这样训斥孩子”时,母亲恼羞成怒,反唇相讥。

●当孩子才玩了一小会儿,母亲便说:“别累着,歇会儿吧!”

孩子是模仿父母的样子长大的

父母的情绪是否稳定,是否充满信心,会对孩子产生直接的影响。如果父母柔弱多病,那么孩子多半不会健壮。愚笨的父母会培养出同样愚笨的孩子。育儿不是养花或养宠物,照搬书本不一定能收到好的效果。一定要明白,当你因疲惫而牢骚满腹时,你的孩子正在这样的环境中成长着。父母一定要清楚为什么要生孩子。育儿不仅仅是为了孩子,也是为了社会,为了我们自身。因为在育儿过程中,我们成人也变得更加成熟起来。



第二节 容易出问题的7种表达爱意的方法

一、不易觉察的过保护型

反思如下问题

- 因为孩子没有食欲，便把饭菜做成动物或人物形状，为的是让孩子多吃一些。
- 煞费苦心地为孩子买了许多玩具，但孩子却不感兴趣，反而喜欢玩沙子或撕报纸等。

强制性地表达爱意也是一种过保护

父母溺爱放纵孩子，是过保护的一种形式，父母把自认为很好的东西强加给孩子也是一种过保护。父母未曾想到，对幼儿来说，让他吃动物形状的食品，他可能会感到不自在，而大量的成品玩具也会使他产生厌倦情绪。作为父母总是感到不可思议：“我家孩子怎么是这样？”在这种家庭氛围中成长起来的孩子易产生如下现象：①缺乏主见；②依赖性强；③主动性差；④缺乏责任感和忍耐力；⑤有神经质倾向。上述现象常见于独生子、老生子、身心柔弱的孩子和夫妻不和的家庭。

二、亲情缺失型

反思如下问题

- 知道过保护对孩子的未来发展不利，转而采取严加管教的方式。
- 自己心慈手软下不了手，希望把孩子送进倡导挫折教育的幼儿园。

这会为日后的不良行为埋下种子

部分父母知道过保护会削弱孩子的自主能力和社会适应能力，因此采用严厉管教的方式，但这也同样会与孩子产生感情上的隔阂，使孩子感受不到血缘亲情，易使孩子产生这样的心理：“父母并不爱我，我使他们感到厌倦了。”随着年龄的增长，孩子对父母的怨恨会与日俱增，并有可能发展成针对社会的不良行为。如果说过保护会导致不成功的人生的话，那么亲情缺失则有可能使孩子成为社会的破坏因素。



第二节 容易出问题的7种表达爱意的方法

三、饲养型

反思如下问题

- 对不愿吃饭的孩子，千方百计地让他多吃一些。
- 吃饭时小孩常用手抓饭，把餐桌弄乱，为此，为孩子准备一个专用的铺着塑料布的矮桌。

孩子会“吃一堑长一智”

健全的孩子饿了自然知道找吃的，根本没有必要不厌其烦地教他如何吃饭。要给孩子自己学习如何吃饭的机会，使他有机会体验失败的滋味。现在的孩子摔倒时甚至连手都不知道伸一下，所以经常发生摔破头、磕掉牙之类的事情，这都是因为反应迟钝、避险能力差的缘故。

四、剥夺孩子的想像力和创造力

反思如下问题

- 正在厨房做饭时，孩子进来下手就抓盘子或菜刀，这时你惊恐地加以训斥。
- 孩子在被窝里玩玩具或看画书，你认为这不利于管教而加以制止。

这是过保护的一种表现

有时孩子非常想干一些诸如清理食品包装、摘菜以及帮你盛饭之类的事情。一般乐于帮着做饭的孩子都精力充沛且食欲旺盛。总是与父母的要求保持一致的孩子，是父母心目中的好孩子，但长此以往，会养成依赖他人，总期望获得他人保护的的心理习惯。一旦要求不能如愿时，其心理就会失衡，一肚子委曲，由此丧失对他人的感激之情和对人对物的爱心。

五、剥夺孩子的社会适应能力

反思如下问题

- 我那两岁半的儿子太让人头疼了，一到附近的游乐场去，必定会跟别的孩子打架。
- 因为自己的孩子与其他小孩在一块儿玩时常发生争吵，所以总是不离左右地看着他。

集体活动始于争吵

过去为了孩子上学时的交通安全，曾有过“绿色阿姨”帮助孩子穿越马路，现在已经看不到了，据说就是因为这种保护会剥夺儿童的自我保护能力。成人事无巨细地给孩子以帮助，会妨碍儿童的成长。所以请你务必记住，成人认为不好的事情，在有些情况下对孩子的成长反而有利。

第二节 容易出问题的7种表达爱意的方

六、强制教养型

反思如下问题

- 断奶之后出现便秘，因此每天在规定的时段带孩子上厕所，使其养成有规律的排便习惯。
- 3岁了还不能自己大便，即使对他说“真脏，不知羞”也完全不当回事。

凡事应适度

关于排便，如果不到时就强制他的话，孩子会感到迷惑和紧张，结果恰恰适得其反。孩子蹲厕时间过长，会产生过敏反应，有可能引起身体不适。不要逼迫孩子，而是让孩子明白妈妈希望他如何，不希望他如何。宽松自然地处理，效果反而会好些。

七、策略施爱型

反思如下问题

- 丈夫不能白当爸爸，理应在育儿上付出努力。
- 认为通过肌肤接触来增加母子的感情交流十分重要，因此尽可能多地搂抱孩子。

对孩子应付出“无偿的爱”

对孩子的爱不能讲求算计和策略。如果把哺育孩子当成自己的精神寄托，作为父母未免有些太自私了。

第三节 婴儿托付他人看管时的注意事项

一、双职工家庭应注意的问题

在双职工家庭，产假结束后婴儿需要入托时，最好在距离工作场所较近的地方找一个条件较好的托儿所。如无人托条件，可请自己的家人或保姆照料。

二、尽量用母乳喂养

有工作的母亲，从一开始就要坚持用母乳喂养婴儿，至少在产假期间应该如此。工作场所离家和托儿所较近时，可利用午休时间哺乳，也可由他人把孩子带到工作地点哺乳。中间时间不能哺乳的，可以早晚喂母乳，中间喂牛奶或冷冻母乳。

三、注意有规律地喂养

有工作的母亲，即使工作再忙，也要让孩子从容地、有规律地进食。应避免匆匆忙忙地赶时间哺乳。

第四节 从孩子身上发现问题所在

一、独生子的优缺点

◆优点：不拘谨，大方，心地善良。

◆缺点：以我为中心，不习惯集体生活，适应能力差。

◆哺育要点：独自要做什么时，父母不要轻易发表意见；当孩子有什么要求时，不要满足他的全部要求；附近有同龄孩子时，尽量让他们在一起玩，让孩子通过游戏了解社会。

二、婴儿哭泣的原因

分正常哭泣和非正常哭泣两种。正常哭泣在出生后呈逐步减少的趋势。出生后数周时间内，孩子大部分时间处于睡眠状态，醒了就大声哭泣，如果不哭或哭声很弱，反而应该引起注意。出生6周后，醒时哭泣开始减少，这说明婴儿开始对周围的事物产生兴趣。出生6个月时，婴儿每天约有3~4个小时不哭，并对讲话和逗乐有所反应。

非正常哭泣一般是因患病或长牙引起的。乳牙一般从出生6个月至3岁时长齐。长牙的地方会出现疼痛，造成婴儿哭泣，但这种哭泣不会一连持续几天。另外母亲的烦躁情绪也会引起婴儿哭泣。第一次当母亲的女性会紧张不安，产生莫名其妙的烦躁，这种情绪也会传染给婴儿，引起婴儿哭泣。

三、儿童运动功能障碍

◆扁平足：脚底凹陷一般在3~6岁期间形成。目前扁平足在儿童中的比例很高，有的地方小学二年级学生的扁平足比例高达40%。

◆脊椎弯曲：脊椎横向成弓状，会造成驼背、两肩不等高等。

◆骨折：多因肌肉不发达，摔倒时骨头承受不住重力而发生。

上述3种障碍都是由于婴幼儿时期的过保护造成运动不足，进而导致肌肉和骨骼发育失衡所致。运动功能是靠平常的身体锻炼形成的，判断运动功能是否发达，请记住如下要点：

1岁半时：能独立行走，能弯腰拾起地上的东西，能用手指捏住小东西，会用笔乱涂抹，能移动盛着水的杯子。

2岁时：能平稳地跑动，会下台阶，会双脚蹦跳，能跷着脚尖走2米远，能把4块积木摆在一起。

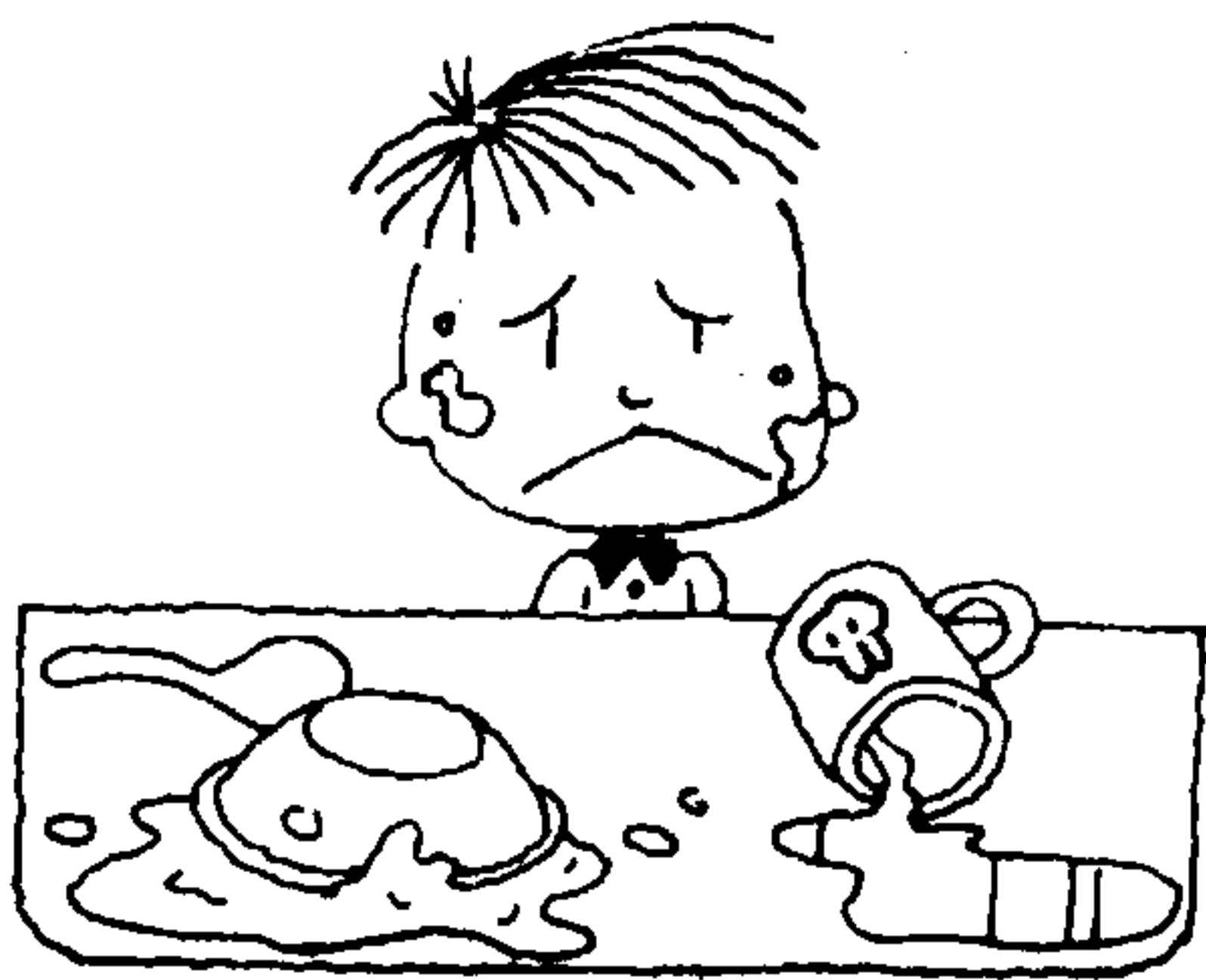
5岁时：会骑无辅助轮的自行车，跳绳能连跳3次，双脚原地跳远达到60厘米，能闭着眼站立3秒钟，能在10秒钟内用铅笔点30下以上。

四、偏食

偏食有两种类型，一种是只吃某种特定的食品，另一种是因讨厌一种食品而拒绝食用。偏食的原因基本上是由父母和饮食环境造成的。

幼儿偏食常发生在断奶期（4~5个月）以及2岁半到3岁这段时间里。其原因虽然复杂，但基本上是由于神经质的亲子关系和不良的饮食环境造成的。如果能保证饭菜的花色和营养平衡，同时注意保持就餐时的轻松气氛，偏食是可以防止的。

预防偏食应注意：①断奶期不能太迟。②断奶期的食品要选择得当。③父母自身不要偏食。④保持主食及菜肴的色香味俱佳。⑤对因寄生虫、佝偻病、结核病、某种食物过敏等疾病引起的偏食应进行对症治疗。



第四节 从孩子身上发现问题所在

五、双胞胎的抚养

双胞胎分单卵双胞胎和双卵双胞胎两种。单卵双胞胎一定是一对同性双生子，双卵双胞胎可能是同性，也可能是异性。双卵双胞胎由于在母体内分植于不同的胎盘，比单卵双胞胎营养供给要好，两个人的发育情况往往相差无几。在哺育过程中应注意如下要点：

■塑造独立的个性：双胞胎婴儿一般体重较轻，虽然个头较小，但身体机能不会太差，除了未足月的婴儿，一般不难抚养。许多母亲常常把双胞胎婴儿当成一个人抚养，这是不对的。尽管他们脸庞和性格相似，千万不要忘记他们是个性不同的两个人。为了培养他们鲜明的个性，一定要注意分清他们彼此长幼的角色，穿不同的服装，这对他们各自的人格形成是十分重要的。

■让孩子拥有尽量多的朋友：如果总是让两个人呆在家里，便会造成日后的不合群性格。为了培养他们的适应能力，要尽可能多地带他们到公园、沙滩等孩子多的地方去。

播放不同曲调的摇篮曲

婴儿听惯了一种节奏或缓或急的摇篮曲，突然换一种会不适应。越是智商高的婴儿对此反应越敏感，会显得烦躁不安。其实这也是一种认生的表现。为避免这种现象，平时要选择不同风格的摇篮曲，如莫扎特、勃拉姆斯等的摇篮曲。



第五节 儿童健康对策

一、儿童发育及疾病征候

1 婴幼儿发育特点

■发育是否迟缓：婴儿的发育速度是不同的，特别是在出生后1年内，其发育速度的差别是很大的。满月时的平均体重一般男婴比女婴重。只要大致区分孩子属于胖型或瘦型即可，没有必要同别的婴儿进行比较，没有必要一味地追求平均值。



■遗传对发育的影响：从受精的那一刻起，男女的遗传基因就开始对胚胎的发育产生影响。那么先天发育异常是如何发生的呢？胎儿在腹中发育时，母体的健康状况和生产的次数等会对孩子的日后发育产生影响，另外妊娠初期所服药物、X线、病毒感染等会对胎儿的发育造成伤害，也会影响孩子出生后的发育。

■营养标准：一般认为婴儿身体那么小，不需要成年人那样大的能量，其实这是错误的。成人所需标准热量为170~210千焦/千克，而婴儿刚出生时所需热量为500千焦/千克，上幼儿园以后的幼儿所需热量仍为380千焦/千克，仍比成人高出1倍。婴儿的蛋白质需求量是成人的3倍。

在人的一生中，发育最快的是婴幼儿时期，一般出生时体重为3千克，1年后便增长到10千克以上，成长过程中需要摄取大量的营养。儿童身体发育最需要的营养成分是蛋白质，儿童每天应摄取蛋白质3~3.5克/千克，这个数字是成人需求量的3倍。

■施爱方法与成长发育的关系：出生后造成个人差异的主要是后天因素，其中精神因素是重要原因之一，如“过保护”或另一极端的“亲情缺失”等会极大地抑制儿童的发育，主要是造成

脑垂体功能低下。对上学后的儿童来说，学校正课以外的补习、钢琴或珠算训练等，都会造成儿童课业负担过重，并会发展成精神方面的负面因素而抑制发育，影响身高和体重的增长。

2 识别孩子疾病的方法

■依据疾病征候判断：婴儿患病，无法像成人一样用语言叙述个人的感受，父母只能依据是否发烧、咳嗽、生麻疹、痉挛、呕吐等现象进行判断。有些母亲看到孩子稍有发热或咳嗽就带孩子去医院，对医生进行夸大的叙述，并带回家一大堆药。殊不知，婴儿的健康会因这种过分关照而受到损害。些许不适与过度服药相比，后者的伤害更大，不仅会影响正常发育，还会对日后的成长和大脑的发育产生重大负面影响。

■病情的发展和恢复都快：儿童疾病的特点是，年龄越小，病情发展越快，与成人相比康复速度也快。在外科手术或骨折等方面，这一特点更为显著。因为婴儿处于快速发育过程中，新陈代谢功能很强。

■平时注意留心观察：婴儿一旦患病，他的整个身体都会有反应，表情和动作会很痛苦，没精神，不吃不喝不睡。总之，当身体处于非正常状态时应特别留意。这时主要应把握如下两点：

- 只要情绪好就没有大问题：多少有些发烧，大便有些稀，流鼻涕或轻度咳嗽，这并不一定是患病。通过观察婴儿的食欲和精神状态，从总体上看如没有大的异常，就没有必要去医院。
- 观察病情的发展方向：婴儿的发育和病情因人而异，无论治疗还是不治疗，都要注意从整体上进行观察，从中把握婴儿的自我抗病能力，清楚地区分病情是向好变化、向坏变化还是平稳不变等。



情绪好坏的识别方法

- 观察全身：脱光衣服，看大腿和腋下是否有溃烂，皮肤是否被蚊虫叮咬，是否有刺伤，可根据婴儿手脚的活动情况判断婴儿哪儿不舒服。
- 观察身体器官：耳朵是否长了疖子或有中耳炎，是否因鼻塞不能吃奶而饿得无法入睡，是否有口腔炎或口疮，肚脐是否发红溃烂，尿道是否有炎症，是否因肛门有伤造成排泄困难。
- 观察食欲、睡眠和玩耍情况：婴儿的生活主要由这几项内容构成，这三方面只要正常，就可以断定婴儿是健康的。

二、婴儿心理性疾病

1 婴儿患心理性疾病的原因

婴幼儿有所要求或不如意时无法用语言表达出来，且离不开父母的照料，因此，婴儿对父母的情绪特别敏感，这种亲子之间的心理活动可以说是最早的人际关系。亲子关系发生偏差，会对孩子的神经系统产生很大的负面影响。

儿童神经官能症的治疗不能仅局限于孩子，父母必需进行自我反省，重新设计亲子关系。

儿童神经官能症大致分为3种类型：①症状与身体疾病相符。②行为异常。③与成人精神病症状相同。

2 父母的两种极端做法

■过保护型：受父母过保护和干预过多的儿童自身缺乏思考和行动能力，一走出家庭，一个人便什么也不会干，因此会产生许多烦恼。任性还会造成人际关系紧张，摩擦频发，由此产生苦恼。

对策：出现这种情况后，母亲应该狠下心来，停止过份的照料，一点一滴地培养孩子的自立能力，使其逐步变得自信起来。

■过于严厉或放任不管型：一方面对待儿童严厉粗暴，甚至对孩子的存在感到厌烦，另一方面又对孩子漠不关心，放任自流，这都会阻碍儿童自然地表露自己的感情，使孩子经常看着父母的眼色行事，结果导致心理失衡。

对策：父母应理解儿童的心理，亲切温和地对待他们。矫治怪癖性格是需要时间和耐心的。

3 带有体征的疾病

找不到确切病因的身体异常现象即为身心方面的疾病，其代表症状有头痛、腹痛、呕吐、痢疾、便秘、尿频、心跳加快等。上述症状均是因紧张不安所致。被迫做不想做的事（如吃饭、上厕所、上幼儿园）时心情不如意以及精神上的压抑，是产生上述现象的原因。

当希望把父母的注意力引向自己时，也会产生上述症状。由于父母总是神经质般地担心孩子的健康，孩子自然而然地认为只要自己身体不舒服，父母便会照料自己，于是便会出现上述症状。有时，这种期望关怀的心理还会表现为大小便失禁。

对策：母子一定要一同接受医生和育儿专家的指导，采用适合儿童特点的能解开心理疙瘩的办法加以治疗。

4 心理性疾病的种类

■夜尿症：4周岁前的幼儿尿床不能称其为病（见78页）。5岁儿童中患夜尿症的比例为10%~15%，15岁时降为1%。在青春期到来前，此症几乎可以自行消失。夜尿症的原因有如下四点：

- 因为总想及时地更换尿布，一晚上要把孩子弄醒好几次。
- 亲子关系疏远，无意中发泄不满似地尿床。
- 因环境变化等原因造成的不安和紧张所致。
- 肾脏和膀胱等器官有病或有神经性障碍。

治疗：注意平时不要太紧张，严重者可采用游戏疗法和运动疗法治疗。

■精神分裂症：主要表现为如下症状：不愿与他人一起做游戏或谈话；你对他讲“吃饭吧”，他只会机械地重复你的话；固执地保持一种状态，如物品的顺序和放置方法、行走路线等，一改变就发火；对门把手或换气扇等机械装置感兴趣，注意力集中于一件事上；认识汉字或汽车型号，心算很快，原原本本地背诵很快，但不会灵活运用；喜欢剧烈活动，如玩水或登高；手脚灵活。

精神分裂症的发病率为0.04%~0.05%，男女比例为4:1。父母在幼儿1~2岁时可以发觉此症。

病因：因中枢神经发育不全所致。

治疗：音乐疗法、绘画疗法、接触疗法、学习数学运算等。

■歇斯底里：在哺乳期即可发生，与性别无关，主要表现为突然站立不稳，说不出话，看不到听不到，是一种神经障碍性疾病。

病因：独立性差的儿童遇到自己克服不了的困难而意欲放弃努力、寻求解脱时易患此症。

治疗：在日常生活中注意培养孩子的独立性和自信心。平时父母包办，虽然贯彻了父母的想法，但孩子自己的想法却没有机会得到表现。治疗的第一步是，与孩子进行深入的思想交流，使孩子在父母面前能自然地表达自己的主张。

■亲情缺失综合征：主要表现为如下症状：总是面无表情地盯着他人；对事物漠不关心；行为粗野，易发火；食欲和睡眠异常，营养不良；身高停止增长。

病因：由于得不到充分的关怀，成长激素分泌不足。出生后6个月至6岁期间，因故得不到母爱的儿童易患此症，如母亲长期住院、父母离异等。

治疗：如果本人意识到被爱着，比较容易治疗，即使爱不是来自双亲也会有效。

5 不良性格的矫治

从成年人来看，儿童在性格上有问题的占相当比例。比如有的孩子过分热衷于某一件事，或对动物表现出异乎寻常的喜爱，对这种从某种意义上说值得称赞的性格，父母似乎不应过多地担心和干预。但这种性格对孩子将来走上社会后的生活会产生不良影响，故应适当予以矫正：

■内向胆怯型：首先要尽量创造机会让孩子与其他小朋友在一块儿玩耍，此外参加游泳和体操等力量型训练也很有效。