

宝宝抚养小顾问：修订版

四川省妇女联合会儿童工作部

四川人民广播电台教育部编



amigurumi bear

四川科学技术出版社

宝宝抚养小顾问：修订版

四川省妇女联合会儿童工作部，四川人民广播电台教育部编

四川科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

宝宝抚养小顾问/四川省妇女联合会儿童工作部,四川人民广播电台教育部编. - 修订版. - 成都:四川科学技术出版社, 2009.4

ISBN 978-7-5364-6646-3

I. 宝… II. ①四…②四… III. ①婴幼儿-哺育
②婴幼儿-早期教育 IV. TS976.31 G61

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第218397号

农村医疗保健丛书
宝宝抚养小顾问(修订版)

编 者	四川省妇女联合会儿童工作部 四川人民广播电台教育部
责任编辑	戴 林
封面设计	李 庆
版面设计	康永光
责任出版	周红君
出版发行	四川出版集团·四川科学技术出版社 成都市三洞桥路12号 邮政编码 610031
成品尺寸	140mm×203mm 1/32 印张 6.125 字数 150千 插页 2
印 刷	郫县犀浦印刷厂
版 次	2009年4月成都第五版
印 次	2009年4月成都第2次印刷
定 价	15.00元
ISBN	978-7-5364-6646-3

■ 版权所有·翻印必究 ■

■ 本书如有缺页、破损、装订错误,请寄回印刷厂调换。

■ 如需购本书,请与本社邮购组联系。

电 话: 86671039 86672823

邮政编码/610012

致天下痴心父母的公开信

在这纷纭的大千世界里，“爱”，始终是让人生，让世界变得美好，变得辉煌的阳光。它是人类进行不懈奋斗、孜孜追求的动力，同时，又是决定每个个体的人生活是否幸福的重要因素，所以，它是人类讴歌的一个永恒主题。

当一个人满怀热情去爱的时候（不管是对外人、对家人、对祖国还是对事业），他的心灵会随之净化，同时，激发出个人最大的创造才能和奉献精神，从而为别人的生活带去温暖、注入活力，同时，也为自己的生活增添了光彩。

天下父母对儿女的爱，就是这世界诸多爱中，最至诚、最感人，也是最无私的一种。孩子降生的第一声啼哭，就宣告了又有一对父母加入了那浩浩荡荡的无私奉献的大军之中。历史车轮滚滚中，一代又一代的父母，重演着同样的故事：自告奋勇地、毫无怨言地弯下自己的脊梁为自己的儿女做台阶，愿自己的儿女站得比自己更高，走得比自己更远。

随着时代的发展、进步，父母的爱和希望，随之也带上了时代的色彩。学校，要力求“重点”；教师，要选择“优秀”；成绩，要求“一流”；课外兴趣，还要“出色”……于是，介入孩子的多种活动，成了许多家庭的日常生活内容之一。

是不是所求必会有所得？是不是奉献了痴心的父母必会有出色的儿女？是不是“一



代胜过一代”是每个家庭都会证明的？无须回答。

和任何一种希望一样，横在父母们的希望与现实之间的，仍然有一段距离，只有消除了那冷峻而无情的空间，希望之花才会绽开。但寻求这份“消除”，是人人都希望做到，但始终不是人人能做到的。

孩子，是活泼的发展变化着的生动的人，不管他们多么年幼无知，依然是有思想有意识的具有个性的人。外界的信息要想进入他们的思想甚至指挥他们的言行，必须经过他的意愿的选择，而不是父母意愿的选择。有许多父母认为是应该、必须或非常重要的东西，却无法真正进入孩子内心而成为一种“精神所有”。

所以，父母面对孩子要做的第一件事，也是一件极困难的事，就是要让自己的主观愿望被孩子接受，变成孩子自己的愿望。

时代的发展进步，必然会折射到社会生活的每个方面，教育，从来是反映最敏感的领域。社会发展所必然要求的民族素质提高是头等大事，带来了新的竞争——下一代的竞争，教育的，家庭教育的竞争。这种竞争，还会随着时代的不断前进而更加鲜明和激烈。

对待孩子的教育问题，有心人和无心人不同，有方法与无方法更不同。

教育，并不等于情感，它是科学，是一件需要长时间进行的细腻工作。学校教育，需要统一时间内的“集体授课”这种基本形式。家庭教育，就不需要安排大量的专门时间，许多教育，可以在有意识的重视中随日常生活完成。即使是一些需要单独安排时间的事，也并非需要有某种学术水平，它



只需要一般的文化水平，更重要的，它需要以爱为基础的坚韧、耐心、理解和奉献，而这，恰恰是许多父母所富有的。

对孩子的教育，要从小开始，以“塑造”为落脚。不要待一切成形后，才大刀斧正。要努力让他们每一个成长的足印，都不偏离希望。

小学，是孩子成长的重要时期，孩子成人后的许多道德、习惯、情感、观念、性格都会明显地带着童年—少年时的教育痕印。而在这个年龄段，孩子接受家庭教育相比中学时期容易些，因为他的独立自主意识还未充分形成，所以，是家庭教育的“最佳时期”。一旦在这段时期对孩子的塑造略具雏形，进入中学以后，会相对容易地快速进入正轨。

对于父母来说，拥有出色的儿女可能是对他们苦心的最高奖赏，也是他们渴求的最大快乐。

是的，幸福的家庭除了需要真诚的爱情外，还应有爱情的硕果——优秀的儿女。

不管作为父母的曾为社会做出过多么巨大的贡献，如果没有同时为社会交出合格，甚至是优秀的子女，相反，或给社会丢下一个包袱，那将绝不会是一个美好的人生，也就书写不出一个堂堂正正、顶天立地的“人”。

孩子纵然千人千面，但在他们身心发展成长的过程中，总会有许多相似的东西，这就是所谓的规律性。规律性，不等于对具体孩子的具体教育指导方法，但了解了这些规律性，就可产生无数切实可行的、行之有效的诸多方法。

对孩子的教育研究是一门专门科学，在这个广阔的领域里，有许多专业工作人员，也有无数从事理论或实践研究的学者、专家。要让每位有专业职务的家长有一整套有关教育儿童的



理论，并要求家长用大量的时间从事教育儿童的实践研究，是不可能的，也没有必要。何况对孩子的教育成效，也是一种社会、家庭、学校的综合效应，另外两方面是同样重要的。

于是，浓缩家长最有必要知道的教育科普知识，精选在实践中已证明是卓有成效，而又是家长力所能及的家庭教育、家庭辅导的大众性方法，加以宣传、推广，不仅是每个家庭的需要，也是一种社会责任，是真正维护儿童健康成长的必要措施。

爱，如果只流于空泛，是一种浪费；

爱，如果没有收获，是可怜。

愿天下痴心父母都因为拥有出色的儿女而获得快乐——这，就是我们开办广播父母学校的最大心愿；这也是一种帮助无数痴心的爱落于实际，植于土中的求实态度。

每对痴心父母开颜日，必是教育硕果压枝时，何愁社会不兴？国运不畅？

是的，每个家庭的幸福，又关系着社会发展的命脉，让孩子健康成长，不单是家庭的大事，也是社会的大事，因为孩子是属于社会的！

愿我们同心协力，获得孩子成才的快乐。愿天下痴心父母都快乐——这就是我们的心愿。



本书编委会

主 任 罗 彤

副 主 任 陈 芳 吴高全

编 委 (以姓氏笔画为序)

牛抗美 陈 芳 罗 彤

吴高全 周小瑞 倪喜玲

黄吾燕 康利华

特约编辑 倪喜玲

前 言

家庭是儿童生长的摇篮,是社会的最基本细胞。孩子在这里生活、成长,习惯在这里养成,教育从这里开始,情感、是非、好坏、善恶、信念在这里奠定。这一切在家庭的日常生活中自然地进行,起最大作用的便是父母。父母是孩子的第一任教师也是终身教师,家庭对孩子的熏陶、潜移默化作用是社会和学校所无法代替的。

为了满足广大家长和幼教工作者的需求,为了把科学的育儿观念和方法普及到每一个家庭,让家长能得到专家的指导和帮助,我们特地约请幼教专家编写出版了此书。本书以亲切、平和、生动的语言,科学、全面、深入浅出地阐述了家庭培育幼儿的重要性及各种方法策略,具有权威性、实效性和操作性。我们相信,此书的问世,会使家长掌握哺育和教育孩子的要领,获取解决实际问题的良方。

如果家长们能从此书中得到启发,并把自己的孩子培养成人成才,使他们具备很强的竞争能力和能在现代社会的大舞台游刃有余的多种优良素质,那我们将感到万分的欣慰!

目 录



第一章 新生儿的照料

-
- | | |
|----|----------------------|
| 1 | 一、新生儿的生活环境应当洁净、温暖、舒适 |
| 2 | 二、新生儿必须注意保温 |
| 3 | 三、新生儿啼哭的原因及鉴别 |
| 6 | 四、新生儿的睡眠应充足 |
| 7 | 五、新生儿的衣服、尿布应柔软 |
| 9 | 六、新生儿几种特殊的生理现象与处理 |
| 11 | 七、重要的脐部护理 |



第二章 婴儿的喂养

-
- | | |
|----|---------------------|
| 13 | 一、母乳是婴儿最好的食物和养料 |
| 14 | 二、母乳喂养对母亲的好处 |
| 15 | 三、给孩子提供丰富的乳汁 |
| 16 | 四、无奶或少奶时,选择适当的代母乳食品 |
| 19 | 五、给婴儿及时添加辅食 |





第三章 婴幼儿的生长发育

- 24 | 一、建立合理的生活制度
- 26 | 二、了解影响婴幼儿生长发育的因素
- 28 | 三、体重是衡量营养状况的重要指标
- 31 | 四、身高是反应骨骼发育的重要因素
- 33 | 五、牙齿是孩子健康的记录
- 34 | 六、婴幼儿应定期接受健康检查



第四章 婴幼儿常见病的识别与防治

- 38 | 一、发烧患儿的识别及治疗
- 45 | 二、口服补液盐是治疗腹泻简单有效的方法
- 46 | 三、碘缺乏病的危害与预防
- 47 | 四、佝偻病与补钙
- 50 | 五、哮喘的预防与及时就诊
- 53 | 六、龋齿的发生和预防
- 55 | 七、防治近视、斜视、弱视
- 59 | 八、蛔虫病的防治
- 60 | 九、蛲虫病的防治
- 61 | 十、儿童多动症的治疗
- 62 | 十一、贫血的表现和防治
- 63 | 十二、婴幼儿要注射哪些预防针？
- 65 | 十三、婴幼儿用药要科学





第五章 婴幼儿的安全防护和卫生环境

-
- | | |
|----|---------------|
| 71 | 一、防止发生意外事故 |
| 74 | 二、家长应学会一些急救方法 |
| 80 | 三、教孩子一些自我保护意识 |
| 82 | 四、注意婴幼儿用品的卫生 |
| 85 | 五、婴幼儿居室的卫生要求 |



第六章 培养婴幼儿良好的生活习惯

-
- | | |
|----|----------------------|
| 87 | 一、良好的睡眠习惯应从小培养 |
| 88 | 二、安静、愉快、独立就餐,预防偏食、挑食 |
| 90 | 三、培养盥洗习惯,掌握盥洗技巧 |
| 91 | 四、孩子着装要舒适安全、整洁大方 |
| 92 | 五、养成有规律的排便习惯 |



第七章 家庭早期教育与智力开发

-
- | | |
|-----|----------------------|
| 95 | 一、应该对小儿进行早期教育 |
| 97 | 二、丰富的环境和良好的习惯会促进智力发展 |
| 98 | 三、婴幼儿的动作发展与智力发展密切相关 |
| 102 | 四、观察是智力发展的重要手段 |
| 105 | 五、珍惜和培养好奇心 |
| 109 | 六、发展幼儿的想像力 |
| 111 | 七、及早发展婴幼儿的语言 |
| 120 | 八、游戏也是学习 |





第八章 培养良好的性格和品德

- 124 一、让孩子在快乐中成长
- 126 二、自信是成功的起点
- 128 三、自尊心是促进孩子上进的内在力量
- 129 四、帮助孩子建立对社会的安全感和信赖感
- 132 五、培养孩子对待生活的积极态度
- 133 六、认识孩子的性格特点,重视个性的倾向性教育
- 137 七、必要的帮助和独立生活能力的培养
- 141 八、培养良好的意志品质
- 144 九、珍惜别人的劳动成果
- 145 十、从小培养环保意识
- 146 十一、从小培养合作精神,注意幼儿的社会性发展
- 147 十二、从小培养文明礼貌行为



第九章 重视婴幼儿的权益与保护

- 149 一、保护未成年人应当遵循的原则
- 150 二、儿童享有生存的权利,不得虐待遗弃儿童
- 152 三、父母对孩子负有抚养教育的义务
- 155 四、儿童享有接受教育的权利,父母应尊重并保护这一权利
- 156 五、父母应引导孩子进行有益身心的活动
- 160 六、父母应当履行监护人的职责





第十章 家庭教育与学校教育的配合

- | | |
|-----|-------------|
| 162 | 一、积极帮助孩子入园 |
| 170 | 二、为孩子做好入学准备 |



附 录

- | | |
|-----|-----------------|
| 174 | 0~6 岁现代家长应知应会知识 |
|-----|-----------------|





第一章

新生儿的照料



一、新生儿的生活环境应当洁净、温暖、舒适

✿**房间** 婴儿出生后的一段时间里,一天的大部分时间是在睡眠中渡过的。为此,婴儿的房间必须是使婴儿能安然入睡的干净、温暖、舒适、安静的房间。

最理想的房间是人出入较少、朝南、日照好、通风好,而且母亲能看得到的地方。

如果可能的话,应准备一间婴儿和母亲共用的房子。但现代住宅情况却在有些时候不能满足这种条件。如果达不到上述要求,为了婴儿的健康和安全,就要在房间里条件好的地方,设置一个婴儿角。

要注意的是不要让阳光直接照射在婴儿身上,必须避免将婴儿床放在阳光能直接照射到婴儿眼睛上的位置。

经常保持室内空气清洁也非常重要,要时常开窗换气,做清洁时,尽可能地避免尘土飞扬,桌椅也要用抹布擦干净。

✿**清洁** 由于新生儿抵抗力弱,容易受细菌感染,在接触婴儿时,一定要洗手,经常注意保持清洁是十分重要的。再有,



无关的人,即使是症状很轻的病人,也最好避免让他们接近新生儿期的婴儿。

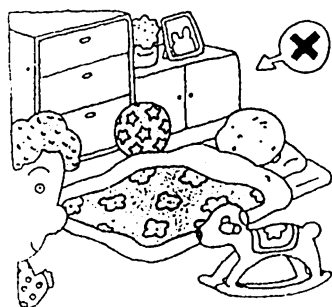


图 1

此外,到满月为止,不要带婴儿去人多的地方,要控制贴脸、亲吻的次数。如可能,远离小动物是安全的,因为动物不仅带有细菌,而且一旦照料不到就有危害婴儿的危险。

在有婴儿的房间应避免吸烟。

***防止事故** 不要让东

西掉到婴儿的床上,或立着的东

西倒下来砸在婴儿床上,如果可能,不要在婴儿床和被褥周围放东西。特别是房间狭窄时,要注意经常收拾整理,要收拾好可能掉落的装饰物等。此外,如开着窗户,有时猫会钻进来,或婴儿被虫子咬伤。这一切,都应引起父母足够的重视,并切实做好防范措施。



二、新生儿必须注意保温

胎儿在子宫中的体温比母体高 0.5°C ,在一般室温的条件下,刚出生的新生儿体温要下降 $1\sim 2^{\circ}\text{C}$,但不应超过 2.5°C 。在生后 $8\sim 12$ 小时应逐渐回升到 36°C 以上。子宫内温度恒定,新生儿体温调节机能较差,体表面积相对较大,散热速度相对较快,皮下脂肪又比较薄,保温能力较差,因此,当环境温度低时,容易发生体温下降,由于受凉而使皮下脂肪凝固或产生其他炎



症;假如环境温度过高时,又容易使体温骤然增高,以致发生“脱水热”。新生儿居室的温度在初生第一天时以 $27 \sim 28^{\circ}\text{C}$ 为宜,此后可逐渐降到 $20 \sim 24^{\circ}\text{C}$ 。因此,冬季要注意加温,夏季要避免室温过高。如室温过低或新生儿皮肤发凉时,可加盖棉被和用热水袋保暖,以提高温度。热水袋水温不宜超过 65°C ,并用厚绒布包裹后放置于新生儿贴身小棉被之外,以防烫伤。当发现新生儿肤色潮红、体温较高时,可适当减少衣着或被盖,以降低温度。

新生儿居室除注意保温外,同时还要注意空气新鲜。



三、新生儿啼哭的原因及鉴别

婴儿的“语言”是他们的哭声,年轻的父母不懂孩子的“语言”,无法与他们交谈。于是相当多的父母在一般的情况下,笼统地把婴儿的哭声理解为孩子饿了,于是立即给孩子喂奶。

不懂婴儿的哭声是相当危险的。过去,富有育儿经验的老人,多少能理解一点婴儿的语言。但是,现在的父母只养一个孩子,他们的“学徒期”还没满,就被生活告知“结业”了。

某单位的小张夫妇怀着做父母的喜悦的心情,迎来了他们爱情的结晶——小宝宝。小夫妇俩整天乐呵呵地为抚育小宝宝忙个不停。可是不知咋的,孩子动不动就哭,莫名其妙的哭闹声扰得年轻的爸爸妈妈焦虑不安、心烦意乱,急得他们束手无策,特地来到医院小儿科找医生咨询。

其实,婴幼儿的啼哭是反映自己的病痛或提出各种要求和意愿的表达形式,充满着丰富的感情色彩。年轻的父母应该通过察颜辨声来熟悉和了解孩子的这种奇特的语言,根据婴幼儿

