

育儿百宝箱

王燕明 于燕华 / 编著



育儿秘诀 184 招

如何带宝宝给小儿科医生检查



给孩子买什么样的玩具好



预防接种的注意事项



中国经济出版社

为什么不能乱用退热药

抓住智力开发的最佳期



育儿百宝箱

王燕明 编著
于燕华

育
儿
秘
诀
184
招

中国经济出版社

图书在版编目(CIP)数据

育儿百宝箱/王燕明,于燕华编著. - 北京:中国经济出版社,1999.9

ISBN 7-5017-2154-8

I. 育… II. ①王… ②于… III. 婴幼儿-哺育-普及读物 IV. R174

中国版本图书馆 CIP 数据核字(1999)第 29489 号

育儿百宝箱

——育儿秘诀 184 招

王燕明 于燕华 编著

中国经济出版社出版发行

(北京市百万庄北街 3 号)

(邮政编码:100037)

各地新华书店经销

铁十六局材料总厂印刷厂印刷

32 开本 110 印张 2400 千字

1999 年 8 月第 1 版 1999 年 8 月第 1 次印刷

印数 1-5000 册

ISBN 7-5017-2154-8/Z·324

(全套定价:180.00 元)本册定价:18.00 元

前 言

每对夫母都想生育一个健康、聪明、活泼的孩子。怎样才能达到这个目的呢？本书从不同的侧面通俗而详尽地回答了这个问题。

本书共六章，200多条育儿百科知识，内容广泛，包括婚育保健，婴幼儿喂养和保健，婴幼儿喂养和保健，婴幼儿的成长与发育，儿童的心理发展，儿童常见病的预防知识，用药基本常识等。本书各篇文章均有严格的科学性、针对性和实用性。每篇文章都用通俗易懂的语言深入浅出地阐明切实可行的优生优育知识，因而本书是一本独具特色的科学育儿读物。

编 者

目 录

第一章 迎接新生儿	(1)
怎样选择初生婴儿用品	(1)
怎样选购家具和婴儿的设备	(2)
怎样为自己分娩做准备	(4)
怎样医护早产婴儿	(5)
离开分娩的地方	(7)
怎样对待宝宝的哭	(7)
帮助宝宝入睡	(9)
挑选舒适的尿布	(10)
宝宝尿尿怎么办	(12)
宝宝排便怎么办	(12)
宝宝洗澡	(14)
怎样保养皮肤和指甲	(16)
注意婴儿的衣服	(17)
如何测量肛温	(18)
如何带宝宝给小儿科医生检查	(19)
预防注射	(21)
第二章 正确的授乳法	(25)
必须要吃初乳	(25)



目
录

吃奶的方法	(25)
喂奶的顺序	(26)
授乳的方法	(26)
喂奶的间隔与次数	(26)
授乳的时间和份量	(27)
注意喂奶的时间与授乳量	(27)
用母乳最好	(27)
母乳营养的优点	(28)
母乳的优点	(28)
母乳的缺点	(28)
母乳营养的缺点	(28)

第三章 成长与发育

一、一个月大的宝宝

②

婴儿成长与发育时应注意哪些问题	(51)
婴儿体型上的成长有哪些特点	(51)
婴儿有哪些反射动作	(53)
注意宝宝的精神状态	(55)
宝宝腹痛时怎么办	(56)
宝宝的视觉有哪些特点	(57)
宝宝的听觉是怎样的	(58)
宝宝的嗅觉和味觉是怎样的	(59)
宝宝的性情	(60)

二、一至三个月大的宝宝

身体外型的成长的特点	(63)
宝宝身体的移动的特点有哪些	(63)
宝宝的视觉有哪些特点	(65)

宝宝的听力和发出来的声音有哪些特点	(67)
注意宝宝的情绪和社交的发展	(67)
三、四到七个月大的宝宝	(70)
宝宝移动的动作的特点	(71)
宝宝的视觉有哪些特点	(73)
语言的发展	(74)
注意宝宝感官的发展	(75)
注意宝宝情绪的发展	(77)
四、八到十二个月大的宝宝	(78)
宝宝行动的发展有哪些特点	(79)
注意宝宝语言的发展	(82)
宝宝感官的发展的特点是什么	(84)

第四章 儿童心理发展..... (89)

儿童心理发展有哪几个阶段	(89)
孩子有好奇心好吗	(94)
什么是儿童“行为问题”? 能不能预防它的发生.....	(96)
在管教孩子之前应注意哪些问题	(98)
怎样批评孩子的过错.....	(100)
怎样培养孩子的自理能力.....	(102)
怎样对待孩子的执拗反应.....	(105)
怎样矫治孩子的“攻击行为”	(107)
孩子“不出头”、“畏首长尾”怎么办.....	(110)
吓唬孩子有哪些害处.....	(113)
有的孩子为什么会说话晚.....	(115)
教孩子说话应注意哪些问题.....	(122)
孩子为什么说谎.....	(124)

③

目
录



目

录

④

有的孩子走路晚是怎么回事·····	(127)
怎样培养孩子的果断性格·····	(130)
孩子干什么事都没有“长性”是怎么回事·····	(132)
给孩子买什么样的玩具好?·····	(135)
怎样打扮自己的孩子·····	(138)
孩子太任性怎么办·····	(141)
给孩子买什么样的书好?·····	(143)
孩子不爱和小朋友一起玩怎么办·····	(145)
要为孩子创造良好的环境·····	(148)
从孩子出生就要抓心理教育·····	(149)
不能用骗、吓、打的方法对待孩子·····	(151)
家里有客人孩子不听话怎么办·····	(153)
孩子撒娇怎么办·····	(154)
对没有长性的孩子怎么办·····	(156)
孩子爱吃手、啃毛巾怎么办·····	(158)
鼓励幼儿发展行动技巧·····	(159)
在家里应教给孩子些什么·····	(161)
开展适当的游戏·····	(163)
做好入幼儿园前的训练·····	(165)
接着孩子适应集体生活·····	(166)
让孩子学会跟别人交往·····	(167)
学龄前儿童的心理卫生·····	(169)
孩子依赖性强怎么办·····	(170)
怎样对待孩子的提问·····	(171)
孩子怕动物怎么办·····	(172)
孩子动作迟缓怎么办·····	(173)
孩子性情乖僻怎么办·····	(174)

孩子反抗父母怎么办	(174)
孩子嫉妒心强怎么办	(175)
孩子好隐瞒怎么办	(176)
适当利用体育游戏锻炼孩子	(178)
怎样培养3~6岁孩子的语言能力	(179)
重视游戏对孩子成长的作用	(185)
家庭如何与幼儿园配合进行教育	(187)
抓住智力开发的最佳期	(189)
大脑发育与营养	(190)
育才,先育人	(191)
善于发现孩子的才能	(192)
怎样评价孩子的智力发展水平	(194)
怎样观察孩子的智力发展水平	(195)
怎样判断孩子智力超常	(199)
怎样鉴别孩子智力落后	(200)
智力落后儿童早期训练方法	(201)
早期教育的最佳年龄段	(203)
注意培养孩子的观察能力	(206)
注意培养孩子的记忆能力	(211)
注意培养孩子的思维能力	(214)
注意培养孩子的想象力	(217)
注意培养孩子的注意力	(220)
注意培养孩子的创造力	(222)
注意培养孩子的操作能力	(224)
怎样培养孩子的节奏感	(224)
怎样培养孩子对音乐的爱好	(225)
怎样让孩子学习乐器和唱歌	(227)

⑤

目
录



怎样给孩子讲故事	(228)
怎样给孩子读书	(230)
如何引导喜欢看书的孩子	(231)
怎样教孩子画画	(232)
怎样教孩子识字	(233)
怎样教孩子认数算数	(235)
让孩子做游戏的主人	(237)
让孩子从小投向大自然	(239)

第五章 儿童常见病

(241)

小儿发热分期及表现特点	(241)
发热病儿要多喝水	(242)
为什么不能乱用退热药	(243)
什么情况下需用药物降温	(244)
怎样带小儿去医院看病	(245)
预防接种的注意事项	(247)
警惕猩红热的并发症	(248)
小儿麻疹的特点及其预防	(250)
谈谈百日咳	(251)
谈谈流行性腮腺炎	(253)
谈谈新生儿肝炎	(254)
婴幼儿雪口病	(255)
谈谈婴儿湿疹	(256)
警惕小儿肠套叠	(257)
警惕无脓血的早期菌痢	(258)
警惕小儿化脓性脑膜炎	(259)
破伤风防重于治	(260)

谈谈水痘	(262)
注意预防小儿感冒	(263)
警惕小儿感冒后的并发症	(264)
小儿病疾的特点和预防	(265)
谈谈小儿支气管扩张症	(266)
小儿先天性胆道闭锁症	(267)
浅谈小儿阑尾炎	(268)
谈谈小儿肛门直肠周围脓肿和瘻	(270)
怎样从孩子的大便辨别疾病	(271)
小儿腹痛不能随便服用止痛药	(273)
小儿夏天不可过食寒凉食品	(274)
从孩子的尿量辨别疾病	(274)
尿频是病吗	(275)
夜尿症是怎么回事	(277)
小儿健康的大敌——蛔虫病	(278)
小儿容易发生贫血症	(279)
婴幼儿中耳炎及其防治	(281)
单用钙剂不能防治佝偻病	(282)
小儿倒睫可治愈	(283)
儿童弱视需治疗	(283)
如何保护好儿童的眼睛	(284)
小儿也患远视眼	(286)
注意儿童的斜视	(286)
如何判断幼儿的视力低下	(288)
儿童应防沙眼症	(289)
为什么要保护乳牙	(289)
怎样预防龋齿	(291)

⑦

目
录

儿童常见的口炎有哪些.....	(292)
小儿口腔病的预防和护理.....	(294)
孩子多大开始刷牙好.....	(294)
孩子拔牙以后应注意什么.....	(296)
保持儿童牙齿健康生长应注意些什么.....	(296)

第六章 儿童用药基本知识..... (298)

儿童用药特点.....	(298)
怎样计算儿童用药量.....	(299)
不要让孩子随便服用大人药.....	(301)
鱼肝油不能多吃.....	(301)
儿童要不要吃补药.....	(302)
注意药的副作用.....	(302)
严格按量服药.....	(304)
用药要遵医嘱.....	(304)
慎重使用青霉素.....	(305)
谨防滥用抗菌素.....	(305)
药品要保管好.....	(306)

第一章

迎接新生儿

本章为初为父母的人，介绍宝宝将要出生前的一些准备工作及宝宝初次降临的一些护理常识。

怎样选择初生婴儿用品

预产日近了，需要去准备婴儿用品，一些婴儿衣物和配件的选购，可以让宝宝好好地渡过前几周。专家建议由下列的婴儿用品开始：①

三或四套睡衣（连脚）

六到八件T恤

三件初生儿外衣

二件毛衣

一件睡袋或棉外套

二顶软帽

四双短袜

四到六件可包折的毯子

一套婴儿浴衣和毛巾

三到四打的初生儿尿布

如果有其他小孩，大部分所列举的衣服可以使用以前留下来的，如果是第一胎，可能要从朋友或亲戚处拿到这些项目。

这里有些建议可以帮助收集剩下所需要的项目：

●买大一点。除非是早产儿或者是非常小，因为有可能在这一短期间就长得很大，超过初生儿的尺寸——即使它全部都很合身。甚至在最初一个月内就长得像3个月的大小，刚开始您也许打算穿这两件袍子，结果都穿后来较大的长袍。婴儿是不会在意穿一阵子稍微大一点的衣物的。

●避免穿可燃的衣物。所有的小孩都应该穿不可燃的睡衣和衣服，选购时要确定标识的指示和制造的成分。

●要确定尿布腿部处能容易打开以利更换。

●避免在颈部、手臂和大腿处太紧的衣物，这种衣物不但很危险而且会令小孩觉得非常不舒服。

●检查洗涤的方式，因为所有年龄的小孩衣服都能耐洗而且只需稍微甚至根本就不用熨。

② ●不要在初生婴儿的脚上穿鞋子，除非要开始走路，否则不用穿鞋子，因为穿鞋子容易使婴儿受到磨损的伤害，也会影响到脚的发育，如果连脚的睡衣太小或已磨损到婴儿的脚，也会有同样的问题。

怎样选购家具和婴儿的设备

走进婴儿用品专卖店，可能会被购买什么设备才有用的问题搞得眼花缭乱。虽然有些项目是很重要的，但大部分的东西，尤其当受到引诱的时候，是不需要的。事实上，有些甚至一点用处都没有。下列各项建议，提供一些帮助，选择必需的基本需要。

●符合所有安全规定的有栏卧床。现在所卖的卧床都必须符合标准，即使挑用过的卧床，也必须小心检查确定符合所有的标准。不太需要使用摇篮式的卧床，因为几周以后，小孩就会很快地长大而睡不下。

●卧床底垫必须牢固并且上面铺着一层容易清除的衬盖。若这个衬盖是塑胶或其他不吸水的物质所做成，就要再铺一层厚的纤维衬垫在上面，以防止您的宝宝睡在出汗或流口水所产生的液体中。

●卧床的缓冲材料是要避免宝宝的头撞及卧床的护栏，确定这些缓冲材料用细绳牢牢地绑在护栏及横杆上。当小孩开始能站的时候，这些缓冲材就要拿掉；否则小孩子可能爬到上面而从卧床上摔下来。在初生儿的卧床里放枕头是不需要的而且会很危险。

●为卧床铺床，包括简绒里、防水的底垫衬垫（这会比塑胶或橡胶的衬盖还凉爽而且舒服）、两件合适的床单和一件棉被或柔软大件的毯子。

●准备为婴儿洗澡的塑胶桶，也可以用厨房的洗物槽来代替。要注意的是为婴儿洗澡之前，确定洗澡的地方要保持干净。

●育婴室里的一切东西都要保持干净及防止灰尘，所有的表面，包括窗子和地板上的垫子都应该是可以洗的，所有的玩具应该也是。虽然在初生婴儿的身旁放些玩具看起来很可爱，但这些玩具却很容易积灰尘而导致鼻子不舒服。所以，既然孩子有好几个月还不能好好地玩这些玩具，最好考虑收起来直到孩子能玩为止。

●一项孩子一定喜欢的玩具汽车。看看这些各式各样还涂上光鲜颜色的形状，有的还有好听的音乐声。尤其上街想买玩具汽车的时候，把它拿起来，从玩具汽车下面往上看——这就是孩子看它的样子。而且要确定可以在孩子5个月大的时候能把这些玩具汽车拿走，或者在他坐起来时尽早拿开这些玩具，因为那是孩子能够扯这些玩具汽车而且容易受到伤害的时候。

③

●摇椅、音乐盒、收录音机也是广为人用的育婴设备。当您抱着孩子的时候，摇椅摇晃的动作可以增加孩子舒适的感觉；而当不在孩子身旁时，播放一些轻音乐可以令孩子舒服，进而助孩子入睡。

●当孩子诞生以后，要保持育婴室的灯光柔和，并且在天色暗了以后，留一盏灯。这盏灯可以使您更容易地察看孩子的动静，而且在孩子大一点时，夜里醒来，也才能知道自己身在何处。但要注意的是要把所有的灯置于孩子碰不到的地方。

怎样为自己分娩做准备

④ 怀孕时间快要结束时，可能开始有些兴奋，会很想赶快生出婴儿，但在这同时，也会忧虑什么事情都还没有万全准备的时候，婴儿就生出来了。当预产期快要到了（有些情况，还过了呢）将必须闪避访客，也还要考虑到自己的福利。这些在怀孕末期令身体不舒服的社会压力，好像使得 280 天变得无止境般的。但是这过程总是会有圆满的结局，所以您要尽量地享受闲暇时间。

如果善用这个时间，将可以完成一些琐事，不然就要在分娩以后才做。例如：

●列下要寄发“弄璋之喜”或“弄瓦之喜”喜帖的名单，选择好喜帖的形式，并且事先在信封上写好住址。

●如果能力许可的话，先找托婴保姆或管家，并先面谈。如果没有想到需要额外的帮忙，也要列下名单以备情况改变之用。

在怀孕进入最后一个月的时候，为分娩之前的最后一分钟作些准备。所要列出的，列举如下：

●医院的名称、住址和电话。

●医生及护士的姓名及联络电话。

- 到医院或生产中心最快和最方便的路径。
- 要开始生时，所使用最快、最方便的医院入口。
- 如果需要紧急的协助，记下救护车服务的电话号码。
- 送到医院去的那个人的联络电话（尤其是如果他不和您住一起的话）。

●整理打包一些重要的东西，以备生产及待在医院一些时间之用，包括化妆品、衣服、亲戚朋友的电话住址、想读的书、包婴儿的毯子和给婴儿穿回家的衣服。

●准备汽车婴儿座椅以让您安全地载婴儿回家。要确定这安全座椅要符合标准的要求，面朝后固定。（这个座位可以一直固定，从第一个小时维持到6个月大或20磅重或者是婴儿能够自己坐起来，然后再反过来，换成面朝前固定）。

一旦孩子诞生下来，所有的等待和怀孕时的不适都似乎只是一点点小小的不方便而已。突然地，会很想想看看这个新生命，虽然以前几个月是那么的神秘，而现在却是那么地亲密。接下来本书就要为您介绍小孩子会慢慢地变成怎样和等着要为人父母的工作和照顾。

怎样医护早产婴儿

每100个出生婴儿中，大约有5~6个是早产儿。因为这些婴儿在生理上未准备好之前就离开了子宫，因此，他们通常有些问题，正是这个缘故，所以分娩后早产儿要立即施以特别的医护过程和帮助。

如果宝宝是早产儿的话，他的行为和看起来的样子，都不像正常待在子宫里期满后生出来的婴儿。正常婴儿的体重平均大约在7磅左右，而早产儿可能只有5磅或更低；愈早产的婴儿，体重愈低；头的长度和身体的比例会愈大，而且愈显得瘦。因为很瘦，皮肤看起来很薄而且是透明的，足使您很清楚