

(京)新登字 083 号

图书在版编目(CIP)数据

弘儿一岁：一个父亲 365 天育儿实录 / 徐志松著.

北京：中国青年出版社，2005

ISBN 7-5006-6322-6

I.弘... II.徐... III.①婴幼儿—哺育—经验②婴幼儿—家庭教育—经验 IV.TS976.31

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 059299 号



中国青年出版社 出版发行

社址：北京东四 12 条 21 号 邮政编码：100708

网址：www.cyp.com.cn

编辑部电话：(010)84015594

营销中心电话：(010)64002011

聚鑫印刷有限责任公司印刷 新华书店经销

880 × 1230 1/32 2 插页 9.25 印张 180 千字

2005 年 6 月北京第 1 版 2005 年 6 月北京第 1 次印刷

印数：1-5,000 册

定价：19.90 元

本书如有任何印装质量问题，请与印务中心质检部联系调换

联系电话：(010)84047104



婴儿的第一声啼哭，不仅宣示了一个新生命的诞生，也意味着人类繁衍史上一个极其微小但不可逆转的变化：从经济学意义上，他（或她）是人类的一次产出；从社会学意义上，他（或她）是人力资源的一个增加……

对守护在身边的父母来说，事情并没有这样复杂。再明白不过的是，婴儿的顺利诞生，意味着母亲怀孕时代的结束和哺乳时代的开始。如果说此前只需要给母亲增加营养的话，那么此后相当一段时间，奶粉和尿布都将是这个家庭不可缺少的物品了。

事情又远不止这么简单。婴儿的诞生不仅需要人们付出金钱和体力，而且需要付出情感和关爱。从某种意义上说，后者甚至更为重要和更为关键。对任何一个家庭——无论贫穷或者富有，无论在城镇或乡村，无论是官员或平民——都会面对同一个问题：为把一个新生儿哺育成健康、活泼、可爱的婴儿，父母、亲属将会付出怎样的代价。

本书忠实地记录了一个婴儿诞生后 365 天的历程。对于一个普通人家来说，这一历程既简单又不同寻常，既平凡又牵动人心，既和谐又充满矛盾。有关育儿的书市面上很多，它们或者从

知识层面，或者从情感层面，或者从方法论层面，讲述了许多有益的东西。但是很少将这些方面结合起来，把一个鲜活的婴儿放在我们面前，告诉我们应该怎样去关爱和照顾他（或她）。

本书的作者是一位年轻的父亲，像许多初为人父的年轻男性一样，与自己的妻子及家人共同品味着人生这一段难忘的经历。他以日记的形式，用生动的笔触对此做了详细的描绘，使我们可以身临其境地去感受，去体会，并引发许多共鸣。这是我向广大读者，尤其是初为或将为人父母的年轻人推荐本书的主要原因。

愿每一个婴儿在父母、亲属和社会的关爱中茁壮成长，天天向上。

叶剑峰

2005年6月于北京





第1天

1999年6月12日

周六

农历四月二十九

阵雨

24.8℃

预产期到了，可春丽一点生的意思都没有，真把人急坏了。医生说可以剖腹产，还讲了剖腹产对婴儿的好处。为了有一个健康聪明的宝宝，全家在征得春丽的同意后决定剖腹产。老爸还说，如果剖时间就定上午8点左右，象征孩子像早上初升的太阳。

今天早上8点，春丽进了产房，老妈、四叔、四婶和我都在产房外等着。

手术的时间很短，只有半小时，可我觉得像过了半个世纪，心情复杂极了，一是担心爱妻的安危；二是牵挂着要出生的孩子。正胡思乱想着，护士出来告诉我们说：“手术做完了，母婴都平安，生了个男孩。”

趁春丽还没从产房出来，我急匆匆跑到一楼去看了儿子一眼，可没看见春丽，我心里仍不踏实，又赶快跑上楼到产房门口等着。我答应过春丽，在她从产房出来时，我在门口等她，我要告诉她，我爱她，更感谢她。

9点多，春丽被从产房推出来，由于紧张和麻醉剂的作用，她昏昏沉沉的一点精神都没有。我上前拉住她的手，语无伦次地对她说：“我当爸爸了。你是咱家的功臣，你给我生了个大儿子，有功，有功……”我用手替她擦去脸上的虚汗，又拢了拢她的头



发，她太疲劳了。

儿子出生时体重3.2公斤，身高50厘米，脸挺胖的，胳膊腿都挺长，闭着眼睛。他还不知道他已经来到一个多彩的世界了，来到了一个充满着爱，洋溢着情的家庭中了。不一会儿，他先睁开一只眼睛，接着哇哇哭了几声。我激动得直发抖，越看越爱看，越看越想摸他、抱他。妈妈说：“以后有的是时间让你抱，先让他睡吧。”我不好意思地笑了。是啊，在今后人生路上，我要做的很多，我会做一个好父亲，为儿子撑起一片爱的蓝天。

当爸爸了，真幸福；有儿子了，真高兴。我想喊，想让世界上所有的人都知道：我有儿子了，我当爸爸了！

医生告诉我儿子出生的时间是9点。



第2天

1999年6月13日

周日

农历四月三十

晴见多云

27.3℃

对儿子我怎么也看不够，看他红红的小脸，看他睡觉蒙的样子，甚至他尿了、拉了，我都觉得新奇、兴奋。我想，他对这个世界一定很不习惯，要知道他在妈妈的腹中时是在一个恒温的羊水中，离开了温暖湿润的母腹，他会不会觉得太干燥，而且冷热不均衡？医生说，初生婴儿最适合的室温是20~25℃，湿度





是55%。为此，我特地买了一只“干湿计”，用来测定室内的温度和湿度。

儿子的眼睛睁开了，可似乎什么也看不见。我用手在他眼前摆动，他的眼睛都不眨一下。可是奶嘴对着他的嘴时，他马上就吸吮起来，连小手指放到他口中他也吸吮，真是“民以食为天”。刚出生两天的小家伙就会吃奶了，真有意思。

孩子从出生到满月为新生儿期，今天是第二天。他长得实在太小了，像一个玩具娃娃，让我这个高高大大的爸爸站在他面前，不知从何下手去抱他，有点困惑。



第3天

1999年6月14日

周一

农历五月初一

阵雨转多云

25℃

我看儿子的头顶一跳一跳的，用手轻轻一摸，哟，怎么是软的呢？请教了医生才知道，新生儿的头顶都是软的，随着时间的推移会慢慢地变硬。他的头发也比较稀疏，需要多长时间才能长满呢？另外，儿子头顶有一些脏脏的东西，还有点黏，我刚一用手抠，就被老妈挡了回去。她说这不要紧，只要每天洗澡时轻轻地用手指肚洗，就会慢慢地洗掉。但不能用手硬抠，否则会把孩子娇嫩的皮肤抠破，引起感染。听了老妈的话，



我又明白了一个道理。这个宝宝娇气得很，在新生儿期，不可以随心所欲地跟他玩。因此，“精心护理”是全家这个月的头等大事。

给儿子起个什么名字呢？名字虽然是个代号，却寄托着家长的希望。按家谱排应是“绍”字辈，老爸说叫“弘”，他老人家借用了乾隆皇帝乳名弘历的第一个字。我的儿子有名字了，叫“徐绍弘”，是徐氏家族绍字辈的一个“小皇帝”。不管怎么说，老爸的心意我是懂得了，不论伟人还是凡人，都希望自己家庭人丁兴旺，人才辈出，既能光宗耀祖又能为民族争光。



第4天

1999年6月15日

周二

农历五月初二

阵雨

19.5℃

儿子今天本来睡得好好的，可不知为什么鼻子好像不透气，憋得直吭吭，怎么办呢？邻居肖奶奶说，把生姜嚼碎了放在孩子的鼻尖上，就会好的。听了老人的话，我赶快嚼了一块生姜，将碎末放在儿子的鼻尖上。再仔细看，哟，鼻尖都辣出汗了，过了一会，鼻子透气了。看来老百姓中间流传的许多小药方还挺管用，“偏方治大病”说的就是这个道理吧。





儿子的小脸又白又嫩，好像透明似的，让人忍不住地去摸、去亲。“别亲脸，亲脸会滴口水的。”被老妈吆喝住后，我在一旁看着儿子。他的眼睛半睁着，小嘴还一吮一吮的，他究竟睡没睡实？医生说，这是活动型睡眠期，孩子睡眠时分泌生长素，多睡觉有利于长个儿，这个时候千万不要叫醒他。

老妈用我和春丽结婚时扎的红腰带给儿子做了一件传统的“毛衫”。意思是希望孩子好养活，没毛病，寿命长。



第5天

1999年6月16日

周三

农历五月初三

阴雨

17.7℃

6月的天气真好，气温在20~28℃之间，正适合婴儿的成长。这个有福气的小家伙，生在这样一个鲜花盛开、生机盎然的季节。

亲戚朋友们来看望小宝宝了。虽然房间很宽敞，但人多易使室内空气污浊，增加宝宝患病的机会。为了儿子的健康成长，我婉言谢绝了更多新朋好友的探望。风风火火的大表姐也来了，进门就嚷嚷：“快让我看看这个宝贝长得像谁！”怎么表姐的声音有些沙哑，不好，她感冒了！我连推带笑地说：“等你感冒好了再来，别把我儿子给传染了。”“你儿子那么娇气？”嗨，她哪里知道新



生儿刚脱离母体，安静的环境和清新的空气非常重要。“对不起了，谢绝探望。”好在大表姐是个通情达理的人，她边出门边点着我的脑门说：“才当爸爸就这么惯孩子。”



第6天

1999年6月17日

周四

农历五月初四

阵雨

17.8℃

这几天儿子的眼睛总有“眼屎”。今天的“眼屎”更多，好像把眼睛都糊上了。我找来了医生，他说可能是结核，还取了样本回去做药敏试验。在医生的指导下，我们用链霉素配眼药水，点了几次就好了。

出生才6天的儿子对声音有反应了。在他的左耳边轻轻地拍巴掌，他能把头转过来，到他的右边拍，他能把头转过去。好家伙，他才只有6天，但这种与生俱来的能力真是比我想像的强得多。他的各种器官并没发育完全，但已经开始向这个陌生的世界进行探索了。“适者生存”，进化论的第一原则真是个真理，难怪物种在进化过程中灭绝了许多，而人类却顽强地生存下来了。

好儿子，做个生存能力强的人。





第7天

1999年6月18日

周五

农历五月初五

阵雨

14.5℃

儿子拉的屎总是黏乎乎的，怪不得刚才哭闹，原来是屁股粘上屎，不舒服了。哭是一种求助信号。下午给弘儿喂完了奶，他还是哭。怎么了？喂点水试试，他喝了几口水，不哭了，原来是口渴了。

儿子现在每天要拉7次屎，老妈说这很正常，只要屎里没有明显的“奶瓣”，就证明他消化很好，吸收也很好。



第8天

1999年6月19日

周六

农历五月初六

阵雨

13.5℃

本来喂奶不多，可儿子还是从嘴角往外漾奶。老妈说喂完奶后把婴儿立起来拍拍后背，把胃里的气体排出来就行。春丽将儿子立着抱在怀里，轻轻拍他的后背，听见打嗝后，就让儿子躺下了。不料他又漾奶了，这是为什么呢？

儿科医生说：新生儿食道黏膜细而柔嫩，管壁柔软，易受邻近器官的影响而变位，食道上部与下部的括约肌不随食物



下咽而紧闭，溢奶是正常的，但如果遇到喷射状溢奶就要赶快去看医生。

同时，新生儿的喷门拉约肌发育较弱，而出门拉约肌发育较强，在吸气或哭闹时，喷门呈开放状态，可使胃内乳汁反流入食道，引起溢乳或呕吐。



第9天

1999年6月20日

周日

农历五月初七

小雨

14.3℃

弘儿的脐带今天脱落了，干净利落，没有其他分泌物，没有炎症。肚脐眼露出来了，好像个八卦图，真好玩。记得一首诗中写道：“一根脐带连着你和我。”把母子深情描绘得淋漓尽致。脐带相牵，血脉相连，儿女是母亲身上掉下来的肉，这是个真理。人们说：“情人眼里出西施。”父母眼里孩子也是“西施”呀。老人们都说：“月子里的孩子丑如驴。”话虽不雅，可道出了新生儿的确难看。生下来时脸红，三四天后又黄，小眼睛总看不见东西，身上长着柔软的胎毛，头顶还一跳一跳的，两只小胳膊只能举到耳朵，两条小腿也总是蜷着，除了睡觉就是吃、哭、拉、尿。这是看别人家月子里的孩子，看自己的孩子时，眼光完全变了。





第10天

1999年6月21日

周一

农历五月初八

多云

18.5℃

绍弘今天出生第10天了。

虽然只有10天，可他进步很大。比如，我站在他的床角左右移动，他的眼睛就跟着我，我向左走，他向左看，我向右移，他朝右看。这说明，他的视力范围不仅达到3米，而且能看出这个物体在移动。

当他小声哭，而且哭哭停停时，只要听到妈妈的声音，就能安静一点，可过了一会儿又哭起来了。妈妈把他抱起来，轻声地讲话，或给他看小玩具，他便一点也不哭了。喔，原来他要求抚爱，用小声的哭哭停停来提醒大人：“别忘了我。”当他吃饱了躺在床上的时候，妈妈用手轻轻地将他从肩摸到脚，并说：“长长，长长，快长长。”他便舒服地咧着小嘴，手舞足蹈。常听人说，人需要皮肤的亲近，不然会产生“皮肤饥饿”。新生儿也需要肌肤之亲，如果皮肤饥饿了，他也会吵闹不休的。

从这点上讲，爱是人人都需要的，亲吻、拥抱、抚摸、对话都是爱的传递，儿子虽然小不会说，却会用哭声来传递他渴望爱的需要。聪明的儿子啊，真是我的骄傲，但愿你聪明一生，不让我失望。





第 11 天

1999 年 6 月 22 日

周二

农历五月初九

阵雨

19.8℃

今天是夏至。

从儿子一出生就对声音有反应，这十来天，对声音的反应更敏感了，偶尔的大声讲话，关门声大了，东西掉到地上，他无论在玩还是睡觉，都会吓得一哆嗦。在母亲腹中与出生后的环境当然是天壤之别，虽然安静很重要，但也不能一点声音也没有，否则对他今后成长会不利。怎么样让他既不觉得吵闹而又能适应周围的环境呢？听人说，听钢琴曲会使孩子更聪明。这不，老爸从书店买回了几盘钢琴曲磁盘。我给儿子轻声放贝多芬的《献给爱丽丝》，悠扬美妙的乐曲轻轻地飘了出来。啊，儿子非但没被吓着，还睁着小眼睛在听呢！

老妈说，刚出生的孩子怕冷，要包得紧一点，还说包得紧的孩子长大后长得直，睡觉也睡得安稳。吃饱了睡醒了玩的时候就不用包紧，让孩子充分放松开心地伸展。老妈生了我们兄弟两个，又是儿科医生，当然要听她老人家的了。



第 12 天

1999 年 6 月 23 日

周三

农历五月初十

阵雨

20.3℃

老爸给绍弘买了一个拨浪鼓，一串风铃，“拨浪拨浪”的



声音不仅吸引了儿子的目光，也唤起了我童年的记忆：小时候我家住在偏远的煤矿，物质生活和文化生活都十分贫乏，我和弟弟几乎没有什么玩具。货郎摇着拨浪鼓的声音，给我留下深刻印象。一听到拨浪鼓的声音响起，我就像小燕子似的飞出去，围着货郎转来转去，眼睛盯着拨浪鼓，趁他卖货时用手抓起来摇两下，真过瘾……我一边想一边用拨浪鼓和儿子玩，老爸在旁边唱起郭颂的《送货郎》。儿子不知是被我的鼓声吸引还是被老爸的歌声吸引，瞪着小眼睛，一会儿看着我手里的鼓，一会儿又看看唱歌的老爸，不哭也不闹。看来，他的小耳朵还是蛮灵的呢！十来天的新生儿虽然不会玩，但玩具和歌声可以对他的视觉、听觉、触觉产生刺激，促进大脑的发育。

我把色彩艳丽的风铃挂在儿子的小床上方，用手轻轻一碰，它就发出清脆的声音，既能听又能看，真是婴儿的好玩具。



第13天

1999年6月24日

周四

农历五月十一

小雨

18℃

绍弘妈妈的奶水很足，不用补充其他奶，就能喂饱小家伙。每隔二三个小时就喂一次，如果中间还喂点水的话，就3个小时后再喂他，因为人奶的排空时间为2~3小时。



邻居家小梅生了一个女孩，比绍弘小8天。小梅的奶水不够孩子吃，只好改用牛奶喂。这样一来，麻烦事就多了。每次喂奶后，奶瓶要消毒；牛乳中含有甲型乳糖，会促进大肠杆菌生长，新生儿容易腹泻；牛乳的排空时间比人乳要延长一小时。婴儿吃母乳得到奶水是一方面，同时婴儿的吸吮需要也能得到满足。母乳喂养不论是对母亲的子宫收缩，还是婴儿的吸吮需要都有百益而无一害。

孩子吸吮母乳的过程，还是传递亲子之情的过程。母亲不但喂饱了孩子，而且通过拥抱、抚摸、贴脸等把母爱传递过去。吃母乳的孩子多幸福呀！



第14天

1999年6月25日

周五

农历五月十二

阵雨

17.9℃

今天，绍弘能发出“啊”“啊”的声音了，不知是有意识的还是无意识的。不管怎么样，这是件令人高兴的事。当弘儿睡醒时，春丽用轻柔的语调对他说：“弘儿你睡醒了，你睡得还好吗？梦见妈妈了吗？”也许弘儿听不懂他妈妈的话，但妈妈的声音不仅给他听觉刺激，有助于孩子早日开口说话，还促进了母子之间的情感交流。

我对春丽说，你和弘儿说话，一定要说标准的普通话，吐字要准确、清楚，这样可以让儿子贮存标准丰富的语音信息，有利





于语言能力的发展。



第15天

1999年6月26日

周六

农历五月十三

阵雨

20.5℃

给儿子洗脸时，我发现他长出眼睫毛了。有了这小小的眼睫毛，儿子的这张小脸更生动了，眼睛也显得大了。他饿了的时候，小嘴一吮一吮的样子，特别可爱。“孩子都是自己的好。”这句话说得一点也不错。

儿子来到这个世界已经15天了，没闹什么毛病，看来是孩子本身抵抗力强，再一个就是家里人照顾得好。这得感谢我的妈妈，年过半百有了孙子，她也好像年轻了几岁，不分昼夜地守护着这个小生命，生怕我们疏忽了什么。别人问她也你哪来那么大的精神头？她笑着说：“看见孙子就什么都忘了，哪还顾得累呀。”隔辈人亲，从老妈身上我真体会到了。



第16天

1999年6月27日

周日

农历五月十四

阵雨

17.5℃

今天弘儿不睡大觉，一会儿就醒了。当有人用手轻轻地拍他，在他身边轻轻地哼着歌时，他较安静，把他抱在怀里就睡得



踏实，可一放下他就醒了。怎么办呢？还是老妈有办法，把家里的小石英钟放在离弘儿头较近的地方，当他听着石英钟“滴答”、“滴答”的声音时就安静了许多。老妈说，石英钟的声音节奏和人的脉搏跳动速度很相似，能使婴儿感受到来自母亲心脏的节奏。原来石英钟起的是“以假乱真”的作用，真有意思。



第 17 天

1999 年 6 月 28 日

周一

农历五月十五

阵雨

19.5℃

自从有了弘儿，四叔比平时来得更勤了。他在父亲那辈排行最小，而且又在年少时离开家，到了遥远的内蒙古。如今他和亲人们团聚了，他倍加珍惜，在四叔身上总让人感到有一股浓浓的亲情。四叔比我大不了几岁，小时候我和弟弟总跟在他后边玩，不管他走到哪儿，这两个“小尾巴”是跟定了。别看他嫌碍事不愿意带我们玩，可当别的孩子欺负我们时，他会不顾一切地冲上去保护我们，因此我对四叔有一种特殊的情感。

四叔一来，就去抱弘儿，他那双宽大的手捧着小小的侄孙儿，顾头顾不上脚，还把小被弄得皱皱巴巴，不一会儿他就满身是汗。四叔不知所措的样子，不时引起全家人的笑声。当然了，最让四叔开心是弘儿浇了他一身的尿。每当这时，四叔一

