

書 叢 庭 家

答 問 兒 育

著 特 爾 何
譯 穎 宣 瞿



行 發 館 書 印 務 商

家 庭 叢 書

育

兒

問

答

L. E. Holt
瞿 宣 穎 著
譯

商務印書館發行

中華民國二十七年十一月國難後第四版

(60772)

家庭育兒問答 一冊

The Care and Feeding of Children
每冊實價國幣叁角貳分

外埠酌加運費匯費

版 翻
權 印
所 必
有 究

原 著 者 L. E. Holt

譯 述 者 瞿 宣 穎

校 訂 者 王 蘊 章

發 行 者 兼 印 刷 者 長 沙 南 正 路 商 務 印 書 館

發 行 所 各 埠 商 務 印 書 館

(本書校對者楊曾勵)

緒言

The Care and Feeding of Children 美國哥崙比亞大學嬰兒病學教授何爾特君
L. Emmett Holt 之所作也。出書二十年。疊版至六次。風行全國。遠及英倫。有育兒之責
者。無不奉爲圭臬。卽其聲價可知。余讀其書。輒歎其說理不厭詳復。爲能普濟中下等社會。
今吾國人之營然於育嬰之道。亦云甚矣。得此書而廣布之。庶乎自今以往之國民。皆早得
新世紀之光明。以自躋於壽考聰明強固之域。斯則余不憚遙譯之微意也。書凡三章。一章
論調護小兒。二章論嬰兒飲食。三章雜問。章各有目。名曰育兒問答云。丙辰孟夏瞿宜穎記
舉例

一書中衡量名皆照原文遙譯。茲以中國衡量對照如下。
十六盎斯合一磅。一磅合中國庫平十二兩一錢六分。

二品特合一夸特。四夸特合一加倫。一加倫合百六十盎斯。又合中國四升三合八八。
一格林合中國一釐七三七

二書中藥名。恐譯名歧誤。仍以西文附注。

目錄

第一章 論調護小兒

洗浴 眼 口 皮膚 衣服 布片 臥室 空氣 重量長度及發育 牙齒

第二章 論嬰兒飲食

哺乳 斷乳 人工食品 牛乳 參變牛乳 最初數月之食品 中間數月之

食品 第十至十五月之食品 食品表之指導 牛乳以外之補助食品 哺乳

過量 食品之特別更變 自製牛乳法 飼乳嬰兒之方法 飼乳時間之相距

一歲兒飼乳時間表 飼乳有恆 消毒牛乳 百弗頓牛乳 第二年之飲食

二歲以上小兒之食品 三歲至七歲之食品 禁食之食物 飲食之指導

食單

第三章 雜問

八五

洩便 睡眠 運動 啼哭 抱持 溫度 神經 玩具 接吻 痙攣 (或
搖搦) 異物入體 疝痛 耳痛 喉炎 傳染病 壞血症 便秘 泄瀉
惡習

育兒問答

第一章 論調護小兒

洗浴

(問) 小兒生後何時始可用浴盆洗浴。

(答) 通常在生後十日。惟臍帶斷時則不宜用。

(問) 當如何洗法。

(答) 當在哺乳後一小時以外。浴室宜令溫暖。有爐火則更佳。頭面兩處須先洗。並拭乾。然後洗及全身。嬰兒浸入盆中。而承以乳母之手。洗時當令極短。急以軟毛巾拭乾皮膚。並加極輕微之摩擦。

(問) 洗浴時之水。以何種溫度爲適當。

(答) 生後數星期中。須法倫表百度。稍長則九十八度。六個月以後則九十五度。二歲以後。則九十至八十五度。

(問) 小兒皮膚發疹時應入浴否。

(答) 此不能爲例。有醫生之命則可也。因小兒發疹及有他種之皮膚病時。常以浴肥皂水而生危害。

眼

(問) 嬰兒之眼。如何使之清潔。

(答) 用硼酸 Boric acid 或食鹽一平茶匙之小半。入水一品特。爲微溫液。蘸軟麻布洗之。

(問) 眼內出膿則當如何。

(答) 當每小時以硼酸溶液洗之。(硼酸十格林水一盞司) 如眼簾黏合。則當於夜間注入凡士林 Vaseline 少許。若患狀頗重。當速延醫。否則虞其失明也。

口

(問) 清潔口內之法如何。

(答) 最好用吸水綿花。捲於木製牙籤。每日二次。細掃唇頰等處。惟口內腫痛時則不用。且不必行之於每次哺乳之後。尋常以乳母手指爲之。每患過粗。必傷及粘膜也。

(問) 何謂鵝口。

(答) 乃白色絲片現於唇頰之內。重者延及滿口。且覆其舌。

(問) 生鵝口瘡時。如何清潔其口。

(答) 硼砂或重碳酸鈉 Bicarbonate of soda 一平茶匙。入水三盞斯。每次乳後洗滌之。又硼酸溶液每日洗四次亦可。

皮膚

(問) 小兒皮膚如何可免刺戟之病。

(答) 一、勿用太多或太濃之肥皂。二、浴時小心。三、勿用力摩擦。四、用撲粉於皮膚隱處如腋下耳旁頸間等類。此事對於肥壯小兒尤爲重要。

(問) 皮膚極易感刺激者當如何。

(答) 勿用肥皂。而以糠或鹽代之。

(問) 何爲糠浴。

(答) 麥糠一品特。包於粗綿紗內。置水中擠之。令浴水如稀粥狀即可用。

(問) 何爲鹽浴。

(答) 食鹽一茶匙。入水二加倫卽得。

(問) 小兒臀部當如何注意。

(答) 此處因常積潮污。故最感刺激。惟有勤換布片。守嚴重之清潔而已。

(問) 臀部若已感刺激則如何。

(答) 但可用糠浴或鹽浴。若所患甚重。並此亦可暫停一二日。以綿花蘸香油拭淨臀部。撲以硼砂一分澱粉二分之粉。

(問) 何爲痱子。

(答) 乃小紅點。由出汗過多及絨裏衣刺激所致。

(問) 痱子如何治法。

(答) 衣與皮膚之間。當用麻布襯隔。全身以海綿蘸醋水拭之。撲以上述之乾粉。

衣服

(問) 小兒衣服以何者爲要素。

(答) 胸部當覆以軟絨。四肢宜遮護而不宜抑制。腹部纏以廣絨帶。亦不宜過緊。衣服最要

當適合其身體。若過緊則妨礙其呼吸。或致食後嘔吐。過鬆則下墜而不舒適。針絕不可用。寧以縫綫代之。下衣當繫以肩帶。

(問) 爲嬰兒穿著之法當如何。

(答) 令嬰兒勉強坐而著衣。最爲惡劣。當令橫臥乳母之膝上。著之。衣當從足部先入。引而向上。勿從頭上套下。

(問) 腹帶有何用處。

(答) 所以保護腹部。

(問) 腹帶需用至何時爲止。

(答) 軟絨固帶。大抵四個月後可不用。健康之小兒。此時可代以綿織帶。直至十八個月。若瘦弱小兒。腹部機能未得充分之脂肪爲之保護。易致下痢。則腹帶尤爲重要。可繫至三歲。

(問) 小兒衣服。夏季之更變當如何。

(答) 但可穿極疎細之汗衫。厚薄隨天氣而更變。日中既不可過熱。早晚亦須加衣。在海畔山巔。尤當極端注意者也。

(問) 稍長之小兒。可否令其裸腿。

(答) 若健壯之小兒。在夏季自無不可。冬季則不易言。脆弱之小兒。常因勉強而致害。

(問) 冬季當用何種之裏衣。

(答) 雖在嚴冬。勿用過重之重量。市上所售約有四種。取其次重者。已儘足禦寒。

(問) 小兒所著絨衣。應否與成人所著厚薄一律。

(答) 此不能爲例。因小兒常居暖室。血脈循環又極活潑。且戲跳時易出汗故也。然出門亦宜加外套及護腿。

(問) 平常人家小兒。是否多患著衣太薄。

(答) 患此者甚少。城市人家之通病。係著衣太多。及居室太暖。此輩所以易感寒疾。多半由

此二弊。

布片

(問) 小兒所用布片。應如何注意。

(答) 已污之片。應立即持出臥室。覆之嚴密之處。洗濯愈早愈妙。

(問) 已溼而未洗之片。可否再用一次。

(答) 能不用自更佳。如皮膚未起刺激者。偶一用之。尚無大害。新潔之布片。勤於更換。此爲保護皮膚最要之點。

(問) 洗片以何事爲最要。

(答) 已污之片。勿令乾燥。約略洗淨。即浸清水內。俟第二次。再細濯之。每日或間日。必洗以熱肥皂水。或至少煮沸十五分時。乾則揉之極軟。熨之極平。勿用漿粉。如受霉溼。即棄不復用。

臥室

(問)何者爲合宜之臥室。

(答)室以大爲佳。一須透氣。一須日光每日有數時射入。須知小兒之居此室。其第一年於其全部時間佔四分之三也。室中須有暗色之蔽窗物。但不用飾觀之帷幕。搖牀上除能洗之物外。不得容留。空氣愈新潔則愈妙。不得有鉛鐵管。不得曬衣及作食物。並不得燃煤氣燈。

(問)室中取暖之法。何者最善。

(答)爐火最善。次之則佛蘭克林氏煖爐。若熱氣爐及蒸汽管俱爲有害。煤氣爐尤不可用。但晨間洗浴略用之尙無礙。

(問)室中溫度日間以何者爲適當。

(答)六十八至六十六度爲佳。可懸一寒暑計於離地三尺處驗之。勿令低至七十度以下。

(問) 夜間當在何度。

(答) 生後二三月。勿令在六十五度以下。三月以後可至五十五度以下。一歲以後。可至五十度至四十五度。

(問) 何時始可令夜間開窗。

(答) 通常三個月以後。但戶外氣候如在冰點以下。則尚未可。

(問) 室中通風。每日應有幾次。

(答) 至少二次。晨間在洗浴以後。晚間在就寢以前。通風時可令小兒暫至他處。然最好每遇小兒出外時。即將門窗全行開放。

(問) 小兒居室過暖。有何種徵候。

(答) 必呈蒼白色。失飲食之滋味。嘔吐。不消化。減少體重。出汗過多。並因戶外溫度懸絕之故。極易感寒。