

初中學生文庫

育兒法

編者 盧壽錢

中華書局編印

民國廿五年六月發行
民國三十年一月四版

初中學
生文庫
育兒法 (全一册)

◎

實價國幣七角

(郵運匯費另加)

編者 盧 壽 錢

發行者 中華書局有限公司
代表人 路錫三

印刷者 上海 美商永寧有限公司

處 昆明 中華書局

處 各埠 中華書局

育兒法

目錄

第一章 育兒的研究	一—三
一 育兒上的智識	一
二 育兒書籍的缺點	二
三 舊時的弊習	二
四 助產的選擇	三
第二章 初生兒時代	四—二五
五 分娩與診斷嬰兒健康	四
六 初生兒健康的特徵	五
七 產湯與熱水浴	七
八 初生兒的產衣	九

九 襁褓與小兒便器的處理法

一〇 初生兒的臥牀

一一 母子同衾的利益

一二 大小便

一三 新乳

一四 健康兒的大小便

一五 哺乳的方法

一六 鵝口瘡

一七 生後的入浴

一八 臍帶與臍突

一九 早產兒的養育法

二〇 小兒的抱法

二一 剃髮

〇

一

一

二

四

五

五

八

九

〇

一

三

四

二二	黃疸·····	二五
----	---------	----

第三章	哺乳兒時代·····	二五——七七
-----	------------	--------

二三	健康兒的標準·····	二六
----	-------------	----

二四	生齒困難與疾病·····	二八
----	--------------	----

二五	睡眠·····	三〇
----	---------	----

二六	身體發育與智慧·····	三一
----	--------------	----

二七	精神上的發育·····	三二
----	-------------	----

二八	干涉的弊害·····	三四
----	------------	----

二九	哺乳兒的大小便·····	三四
----	--------------	----

三〇	乳房的發育·····	三六
----	------------	----

三一	產婦的食物與乳汁·····	三七
----	---------------	----

三二	母乳的分泌·····	三九
----	------------	----

三三	母病時的乳·····	四〇
----	------------	----

三四	極危險的哺乳兒腳氣·····	四一
三五	母乳的檢查·····	四二
三六	代乳的養育·····	四三
三七	人工營養與死亡數·····	四四
三八	乳母的選定法·····	四六
三九	乳母的攝生法·····	四七
四〇	牛乳與保育法·····	四八
四一	牛乳代用的誤解·····	五一
四二	乳汁消化的時間·····	五二
四三	哺乳兒的食物·····	五三
四四	哺乳兒的果物·····	五四
四五	斷乳·····	五五
四六	牛乳的稀薄法·····	五六

四七 牛乳與體質.....五九

四八 牛乳的選擇.....六〇

四九 煮沸的牛乳.....六一

五〇 牛乳煮沸法.....六二

五一 牛乳消毒器.....六三

五二 牛乳保育的誤解.....六五

五三 乳粉及煉乳.....六六

五四 哺乳兒食物的製法.....六七

五五 食物的種類.....六八

五六 哺乳兒的處置法.....六九

五七 兩便的排出法.....七一

五八 襁褓的改良.....七一

五九 衣服與小兒衛生.....七二

六〇 寢衣····· 七二

六一 母子同衾的主張····· 七三

六二 小兒外出····· 七四

六三 抱法及步行學校····· 七四

六四 玩具····· 七六

第四章 幼稚兒時代····· 七七一—一九

六五 斷乳期的營養····· 七七

六六 斷乳後的食物····· 七八

六七 間食的種類····· 七九

六八 食物的分配法····· 八〇

六九 小兒的飲料····· 八二

七〇 幼稚兒時代的衣服····· 八二

七一 幼稚兒的居室····· 八三

七二	幼稚兒時代的玩具·····	八四
七三	健康法·····	八五
七四	海水浴·····	八六
七五	育兒失敗的經驗談·····	八七
七六	齒的養生法·····	八八
七七	齙齒的原因·····	八九
七八	齒的保護·····	九〇
七九	牙粉的經濟·····	九一
八〇	牙粉的製法·····	九二
八一	齒的磨擦法·····	九三
八二	腦的養生法·····	九四
八三	身體上的監視·····	九六
八四	感冒的預防·····	一〇〇

八五	白喉感冒·····	一〇二
八六	小兒的蟲或疥·····	一〇三
八七	夜啼·····	一〇八
八八	夜間驚起·····	一〇九
八九	啼兒的處置法·····	一一〇
九〇	痙攣的小兒·····	一一一
九一	小兒的癲癇·····	一一三
九二	腦膜炎·····	一一四
九三	胎毒·····	一一六
九四	腎臟炎與發孢·····	一一八
第五章	小學校時代·····	一一九—一三〇
九五	習慣的驟變·····	一二〇
九六	教育家的衛生思想·····	一二一

九七	應改良的學校衛生	一二二
九八	結核與學校衛生	一二三
九九	齒與家庭衛生	一二四
一〇〇	家庭中的食物	一二五
一〇一	適當的飲料	一二六
一〇二	服裝與起居動作	一二六
一〇三	學校病	一二七
一〇四	小兒的神經衰弱	一二八
一〇五	遊戲的獎勵	一二九

育兒法

第一章 育兒的研究

一 育兒上的智識

育兒上的智識缺乏。凡人親無不望其子女的健全，望子女的健全，於是苦心孤詣，討論實驗的育兒法。然在先固未嘗計及自己對於育兒上智識的缺乏。所以女子當未嫁以前，即宜研究育兒方法。近來女學校中，普通都有裁縫、刺繡、烹飪等學課，無非備將來畢業後的實地應用。但是對於育兒智識，却並不灌輸，以致女子一行作婦於生產及撫育子女等一無所知。其實女子教育，應把育兒法與烹飪、裁縫等家政科一樣重視，這樣在事前修養，庶幾乎至臨時可不至棘手。況今社會事情日趨複雜，育兒智識，亦宜日漸周密，在以前相宜的，未必適於今日，倘使漠然視之，不加关注，視人類如野生動物，聽其自生自滅，豈不大謬。

二 育兒書籍的缺點

育兒書籍多缺點 關於育兒的書籍如多缺點，則讀者應用錯誤的知識，於保育上非但無益，反足誤事。試觀以前的育兒衛生書，雖汗牛充棟，然以前舊的智識，斷不適用於近代的育兒衛生。又關於西洋的衛生育兒書，我國亦有譯本，但此書於我國的育兒，不適用之處很多。今舉一例，如西洋所用產湯，溫度非常之低，若我國採用此種低溫的產湯，嬰兒必患感冒。所以我國的育兒法，不可無我國所得實驗的書籍。

三 舊時的弊習

打破舊時弊習 不打破舊習的育兒法，難望有完全的新改良，此盡人所知。就今日多數初次產兒的婦人講來，對於育兒一事，胸中毫無定見，其狀非常可憫。若堂上有姑，事事尚可賴其指導，若無姑，不得不請教於誠實的老婦人。等到一聞經驗之談，無不欣然色喜，以爲足以應用。不知近來醫學日益進步，恐彼經驗談中，不合理之處甚多，倘無鑑別之力，一一盲從，那就貽誤不淺，這是應該十分謹慎的。

四 助產的選擇

舊式助產的習慣 在妊娠時，選擇助產，確很重要，雖在今日，舊式的助產婆，尙營業如故，且常誇耀其經驗，想與受新教育的助產相對抗，但彼等徒靠經驗，不根據學理，故於分娩期消毒如何，產後處理如何，或於初生兒將來健康所生影響如何，彼皆茫然不知。於是種種弊害，就因此發生。就余所見到的講來，舊式助產於小兒臍帶脫落一事，每不甚重視，不行消毒方法，往往因此戕害小兒生命。受新教育的助產則不然。他事事依據新的助產學，順次行適當手術，雖其年齡尚幼，而技術上確有論據，無論產前產後，應行何種方法，彼皆能注意到，故將來育兒的成績也有良好的希望，和舊式助產比較，其優劣不可比擬。要之助產與育兒有很密切的關係，在生育時務必選用受過新教育的助產，舊式助產婆不宜再用了。

以上所述，在育兒上有密切的關係，世人不可不特別注意。我們要知道保育小兒，確乎是困難的事情，雖積多年的實地經驗，而臨時或發生許多新事實，即使其素所親愛的小兒，果得安然無恙，其心猶未足爲快，蓋凡爲親者，其心固未嘗一日忘子女的健康。

今欲言育兒，請先述初生兒的處理法。

第二章 初生兒時代

五 分娩與診斷嬰兒健康

初生兒時期 普通所謂小兒時期，即由母胎內產出，至十歲前後。在此時期內，身體經過種種的變化。初生兒即生後二星期的小兒，其時臍帶已經脫落。

妊婦的臨月 當妊婦近臨月時，必延熟練的產科醫生來診察。苟胎兒在母胎內爲有規則的發育，雖初產亦無危險。若胎兒位置轉倒，臨產時必多困難。在產前延醫診察，正爲預防此弊，察驗胎兒的位置是否轉倒，以免臨時有難產之虞。

診斷初生兒的健康 胎兒在產出後健全無恙，則助產所負責任，已經完畢。更延專門小兒科醫生，檢查其身體。有畸形怪狀者，如三口、六指之類，固易爲人所注意，若體外毫無異狀，往往爲人所忽，以爲不必函延醫診治，不知潛伏於初生兒體內先天的疾患，其爲禍甚烈，如梅毒、鎖肛與心臟病等，皆足喪失初生兒的生命，至爲親所覺察，始延醫診治，此衰弱的小兒，已陷於危險的時期，難於救治了。故小兒在分娩

的當時，宜請專門醫師，行身體檢查，果無疾病，就可安心撫育，如有先天性疾病，宜即受適當的治療，以絕其後患。

育兒日記 小兒受身體檢查時，醫生固宜注意，即爲親者，亦宜就小兒生後狀態，精密記錄，以爲他日發育上的參考。生後狀態之最主要者，爲出產狀況、體重、身長、頭圍、胸圍、臍帶脫落、臍帶癒痕結成時期、營養之方法及種類、齒的發生及脫落狀況、起立步行的時期、發言語的時期與缺點，此外一切精神作用，就中由智識發達的順序所顯特點，亦必一一記錄。但發育的模樣，日有變化，故事無鉅細，每日須詳細記錄。檢閱此詳細的記載，於發育上的良否，就可一目瞭然。如發覺其發育不完全，詳告醫生，以便矯治。凡欲保育健全小兒者，宜力行勿怠，須知此乃人親對於子女所當盡的義務。

六 初生兒健康的特徵

啼聲、膚色、頭髮、爪、安全分娩的初生兒，其健康與否，皆有特徵可見。故十分成熟的初生兒，所具種種特徵，第一、啼聲高。第二、皮膚色赤。脂肪、筋肉豐滿，是即健康的現象。第三、頭髮密。第四、手足的爪十分伸長。在健康小兒，其頭髮、指爪，從出產後，都發生甚旺。

體重、身長、頭部與胸廓周圍的長、第五、健康的特徵，即爲體重。男子的體重，約自二千九百克至三千克。女子比男子重量稍減，約在二千八百克內外。第六、身長。男子身長，約爲四十九釐米。女子約爲四十八釐米。男女的體重與身長，所以不同，原爲自然之理；唯如上述體重與身長的標準，初生兒多有不足此數者，過慮之人，往往懼其夭死，然果能留心撫育，自可日漸變爲健全。第七、頭部與胸廓的周圍。初生兒的頭，其周圍有達三十三釐米的，此即健康狀態。胸廓的周圍，應有三十一釐米。男女之間，並無大差，大概女子較男子短二三分。小兒之健全者，養育至一年中的後半期，頭部與胸廓周圍之長，將平均，而胸圍且較頭圍爲大，此因胸的發育，過於頭的發育。然事實亦往往相反，在一年中後半期至二年之間，其頭或大於胸圍，此即身體虛弱的徵候，速請醫師診察其身體，發見何處有病，宜及早治療。

頭的形狀 初生兒出母體時，其頭形本各異，普通爲圓形，亦有平形或細長形，到後來，其頭自能漸復普通的形狀。

顙門與骨的發育 檢查初生兒的頭部，其頂門有搏動處，這稱爲顙門。顙門就是小兒生頭蓋骨的空隙。在一年或二年後，頭蓋骨發育完全，此空隙即閉合。若經二年後，還可看見顙門，即爲身體發育不良之證。宜請小兒專門醫師診治。