

致年轻的父母



北京市卫生局妇幼处印

前 言

为向青年夫妇普及妇幼保健知识，我们将《中国妇女》及《健康报》陆续发表的有关文章汇集成册，印发大家参考。

汇集中对有些文章略有删节修改，不当之处，欢迎批评。

—— 编 者

目 录

祝新一代聪明健康·····	(1)
围产期的保健·····	(3)
谈先天畸形·····	(7)
孕妇不能用哪些药·····	(10)
怎样护理新生儿·····	(12)
你们遇到过这些问题吗? ·····	(16)
什么是新生儿硬肿症? ·····	(19)
宝宝为什么哭? ·····	(20)
怎样给孩子喂药·····	(22)
小儿为什么容易发生缺铁性贫血·····	(23)
太阳光能防治小儿佝偻病·····	(25)
不要给孩子滥用抗菌素·····	(30)
别把维生素当补养品·····	(32)
给孩子乱用丙种球蛋白不好·····	(34)
营养与婴儿的大脑发育·····	(36)
玩具与婴幼儿的智力开发·····	(38)

祝新一代聪明健康

每个人都希望自己的孩子聪明、漂亮。为此常有人问，为什么有的孩子聪明伶俐，有的孩子比较愚笨？是不是先天注定的？这个问题非常重要。儿童是祖国的希望，民族的未来。我们确实要重视儿童的健康和智力发育。

人的智力决定于大脑的发育，其中先天因素有一定的影响，但更重要的是决定于后天的环境，决定于大脑发育期间给予的早期教育。有关科学资料表明，儿童在四岁以前的智力发展，为出生至十七岁前后智力发育完成阶段的一半，可见婴幼儿的早期教育多么重要。

应当如何加强这方面的工作？

首先，要加强母亲在怀孕期间的健康保护，供给孕母充足的营养，以保证胎儿生长发育的需要。要防止怀孕母亲受到烟、酒、农药和某些化学药品的不良刺激和传染性疾病的影响，尤其要预防风疹。注意这些方面，可以防止胎儿出现畸形或先天性缺陷，为儿童大脑健康发育创造良好的条件。

其次要提高产科质量。加强产时的保护和新法接生工作是非常重要的，这可以尽量减少新生儿窒息，颅内损伤等的发生，这同样是保护儿童智力发育极为重要的一个环节。

第三，要防止儿童代谢性疾病的发生。在胎儿以及生后的生长发育过程中，有一些会因糖及蛋白质的代谢性疾病而致愚。如果从胎儿出生后及注意检查尿和血，发现异常时及

时给予治疗（包括特殊饮食的疗法），就可以避免发生智力低下。

第四，有了健康的婴儿，还应根据儿童年龄发育时期的特点，从视力、听力、动作、语言、词汇等各个方面进行教育，使其在大脑发育过程中，获得应得的智慧，为儿童健康成长发育做好准备。这是辈出人才，早出人才的关键性阶段。现在各国都非常重视这个阶段的早期教育工作，我们必须在托儿所或家庭中广泛宣传，使婴幼儿的父母亲，保育人员和保健人员都掌握进行早期教育的知识和方法，共同做好儿童早期教育工作，来促进儿童智力的发育。

“三岁知老”这是我国的一句谚语，现在看来是有一定道理的，也可见很早以前我国人民对三岁前的教育已经重视了，让我们切实作出努力，培养德、智、体等全面发展的儿童，为我国四个现代化建设服务。

围产期的保健

围产医学是七十年代的一门新兴的学科。这门科学不是一门单独的科学，它和其他学科有很密切关系，如发育生物学，预防儿科学、社会儿科学、遗传医学、心理学、产科学等，因此围产期是一门是一种多种学科的综合性科学。围产医学的任务是研究胚胎发育，胎儿生理病理、胎儿的疾病，胎儿的诊断，和产妇在孕产期，临产期和产后的有关防治和护理，目的是降低围产儿的发病率和死亡率，降低婴儿的死亡率。

什么是围产期？国际卫生组织对围产期的期限作了规定：从妊娠满28周起至新生儿出生后满七天止，这个时期称为围产期。或者说是妊娠六个半月，胎儿体重在一千克，或一千克以上，身长在35公分，这个时期起至初生后一周，在国际上称它为围产期。

做好围产期的保健，保护围产期的健康是妇幼保健工作的一项重要任务。

我们一个人从有生命开始，到长大成人要经过十几年到二十年的时间，而围产期这个阶段对每个人来说是非常短暂的。一个生物个体由细胞分裂繁殖，从不成熟到成熟是个极其复杂的过程。人的生命从精卵结合开始至死亡，是一个很长的过程。人类生命在围产期停留的时间虽然是相对短暂的，但围产期这一阶段恰恰是生命存活的关键时刻。世界卫

生组织对三十四个国家婴儿死亡进行了分析，出生二十八天内死亡的新生儿占婴儿死亡总数的68.3%，其中多数死于出生后七天内。我国十二省市死亡回顾调查新生儿死亡占婴儿死亡的56.1%，而新生儿死于第一周的，城市占新生儿死亡总数的70%，农村占新生儿总数的62.3%。北京城区新生儿死亡率占婴儿死亡总人数的70%，而死亡的新生儿中，死于出生后七天以内的占80%。因此要降低婴儿死亡率，立足点应放在7天以内的新生儿，即围产期的新生儿。

为什么围产期时死亡率这么高呢？围产期胎儿的死亡与存活，主要决定于孕母及胎儿本身两方面的原因。孕母由于早产妊娠中毒症，或有糖尿病、贫血、心脏病、各种原因所致难产。胎儿的死因由于宫内缺氧，或生后缺氧，胎儿发育障碍、畸形、肺透明膜病，分娩期损伤或新生儿溶血症。目前，胎儿在子宫内可能发生或出生后七天内出现的疾病，多数是可以预防 and 治疗的。如产前三个月发现胎位不正，可及时纠正；产程过长可造成新生儿窒息和颅内出血；分娩时不严格执行无菌技术可使产妇感染导致产褥热；新生儿因脐部感染而患破伤风或败血症；出生七天以内的新生儿常因护理不当而患肺炎、硬肿症等等。但是，只要加强围产期的保健，这些疾病都是可以预防的。当前有些疾病，如胎内缺氧，肺透明膜病、低体重、畸形、代谢疾病等，都需要用子宫内检查等新技术，才能早期诊断，早期防治，这也是我们围产期医学当前重要的任务和迫切需要研究的课题。

怎样做好围产期的保健工作？

先从预防先天性畸形谈起。

目前北京市新生儿的死亡原因主要是先天畸形、早产、

肺炎、新生儿窒息、新生儿出血。如果我们了解了先天畸形的发生原因，是可以找到防治措施的。

胎儿和新生儿畸形主要由胚胎疾病所引起。它不发生于妊娠的全过程，而是有它的特定的发生时期，即胚胎各器官的形成时期。这个时期称为临介期，指从妊娠12周或从受精第10周，在妊娠三个月内。在临介期妊娠三个月内的孕妇，要尽最大可能避免应用某些可能招致胎儿发生畸形的药物，防止不必要的X光照射防止病毒性疾病的感染。为什么临介期的病毒感染易导致畸形？这是因为当孕母患病毒血症时，病毒可侵入胎盘，损伤血管内皮，引起绒毛胎盘炎，产生胎儿病毒血症，这些病毒直接阻止细胞繁殖分裂，这是各种畸形产生的主要原因。

还要预防胎儿营养不良。胎儿营养不良指的是活产婴儿。由于宫内某些原因造成其出生体重及营养状况低于该胎龄的正常指标。主要原因是由于宫内感染和先天性畸形以及孕母营养低下，多发生在妊娠晚期。所以在孕期后三个月给孕妇适当的热量和蛋白质可预防婴儿营养不良。

防止早产及死产的发生是不可忽视的问题。产前检查是重要的，这也是孕期保健中最重要的一环，如能严格执行产前检查制度，防止病理产科的发生，就能减少难产，防止早产、死产，保证母子安全。早产儿的体重过低，生活力薄弱、死亡率较高，而硬肿症、出血性肺炎及肺透明膜病又多发生于早产儿，因此加强早产儿的保健和管理是非常重要的，也是降低婴儿死亡率的主要关键。

其次要作好围产期的保健，还要严格执行产时无菌技术

操作，严密观察产程，做好产后访视，加强早产儿、新生儿管理，做到有病早发现、早诊断、早治疗，这样就能有效地降低新生儿死亡率。

谈先天畸形

青年人建立幸福家庭之后，总希望生个健康、聪明、漂亮的小宝宝。但实际生活中常见的先天畸形儿女的出生，给一个家庭带来不幸和负担。因此大家对先天畸形十分关心。下面谈几点意见，供你们参考。

一、关于先天畸形产生的原因。目前对此问题的研究正在深入进行，原因很复杂。主要是由于胚胎发育时，特别是器官形成时，受到外界不利因素的影响所致，部分是与遗传有关。外界不利因素主要是指病毒感染、化学物质、放射线、同位素及一些药物的影响。先天疾病不一定是遗传疾病；遗传疾病也不一定在先天发病。即使是遗传病大部分也是通过环境起作用的。因此要预防先天畸形的发生，主要在妊娠早期避免外界不利因素的影响，增强体质，使胚胎能健康发育。需要指出的是，每个机体对外界因素作出的反应不尽相同，同样的物质，同样的量及作用时间，对不同的人可产生不同的影响，所以也难以肯定在接受了一定的不利因素的影响后，胎儿是否一定会是畸形。对于这样情况下胚胎的去留问题，要根据具体情况作出决定。如果妊娠早期患了严重的病毒感染，如风疹，或者接受了较大量的放射物质，或服用了较多比较肯定对胎儿有害的药物，那么就可以终止妊娠。或者在妊娠十六至二十周时做产前诊断，检查胎儿是否畸形，如肯定是畸形，可立即终止妊娠。

二、先天畸形与后天疾病要分开。不少孩子的情况并不是先天畸形,而是生后一些疾病的后遗症,如核黄疸、神经系统疾病后遗症的智力或运动障碍。对于这样的孩子要精心抚育,给予良好的医疗照顾,尽可能使他们健康成长,这是医务人员与每个家长的共同责任。

三、先天畸形的治疗问题。不要悲观的认为先天畸形是“不治之症”,随着医学的发展许多先天畸形可以得到治疗,如兔唇、腭裂、先天性髋关节脱臼、多趾(指)、足外翻、斜颈、部分消化道畸形、部分先天性心脏病等可以进行手术治疗;有些代谢性疾病如苯丙酮尿症,在出生后如能及早控制饮食中的苯丙氨酸含量,就可以避免以后发展成为“白痴”。当然,有些严重的畸形儿无法生存,形成死胎或生后不久即死亡,有些治疗效果也不显著,如先天愚型、严重的消化道及心血管畸形等。尽管先天畸形有部分可以得到治疗,但主要的还在于预防。

四、已经生过畸形孩子的妇女如再生育,需请有关部门详细检查已有的畸形儿,了解发生的原因,是否遗传病,如是遗传病,则要查清属于那一类型,家族要做系统调查,了解发病及遗传规律,如属于下代发病很高的显性遗传病,最好不要再生育了,生过几次遗传病孩子的妇女,也不要再生育了。如已妊娠,则要作产前诊断,即在妊娠十六至二十周时经腹壁进行宫腔穿刺,取出羊水,作羊水中生物化学成分的分析、培养羊水中胎儿细胞,观察细胞中的染色体,可以预测胎儿是否患某种遗传病,如有严重的或致死的遗传病可及时终止妊娠。测羊水中甲胎球蛋白的含量也可以预测脊柱裂、无脑儿等神经管缺陷畸形。哪些人应作产前诊断呢?

(一) 父母之一为易位染色体携带者或为嵌合体者。

(二) 孕妇已分娩过一例染色体异常儿或畸形儿或有先天性代谢缺陷病的患儿。

(三) 孕妇为染色体异常性疾病患者。

(四) 孕妇年龄在40岁以上。

(五) 母亲为伴性遗传病的基因携带者。

(六) 母亲受环境因素的影响有可能使胎儿异常者，例如母亲在妊娠头三个月，曾受放射线照射，或曾接受某些药物治疗，或曾被病毒感染，都有可能诱发胎儿染色体畸变。

孕妇不能用哪些药？

妇女怀孕期间常应用一些药物治疗各种疾病。这些病可能是怀孕前就有的，如心脏病、糖尿病等，可能是在怀孕时特有的，如妊娠中毒症；也可能是妊娠过程中才得的，如感冒、腹泻等。为了治病，有些药物在怀孕时还是必须用的，但是很多孕妇对用药顾虑很多，怕影响后代的发育，有的孕妇甚至在患较严重的疾病如妊娠中毒症时也拒绝用药，以致子痫抽搐。到底那些药物对胎儿有不良影响呢？为了便于大家参考，我们把有关的药物分为几类加以介绍：

一、肯定或可能引起胎儿畸形的药物。一般讲，化学抗癌药物，如抗叶酸制剂氨甲喋呤，因影响蛋白代谢会发生畸形。其他抗癌药如6-巯基嘌呤、溶肉瘤素、环磷酰胺等均可能导致胎儿畸形。另一种致成畸形的药物为雄性素和人工合成孕酮类药物如口服避孕药等，怀孕时继续服用此类药物亦可致成胎儿性器官的畸形。癫痫病人长期服用苯妥英钠及其他大量镇静剂，糖尿病孕妇服用降糖药D-860亦可导致胎儿的畸形。

二、慎用和最好不用的药物。有些药物在动物可能发生畸形，在人类尚无确切的结论，需密切观察。用此类药物我们应采取慎重的态度，如必须用则在有控制的情况下应用，如能用其他药物代替，就最好用其他药物。这类药物包括四环素、链霉素、氯霉素。四环素对妊娠早期时影响较大，药

物蓄积在骨质中，影响发育。妊娠中期以后则会使牙釉质发育不全。四环素在妊娠时应用，对孕妇的肾脏功能亦有影响，所以最好在妊娠时不用此药。链霉素应用时间较长后可引起神经性耳聋，对胎儿亦有同样作用，造成先天性耳聋，妊娠时最好不要长期大量使用链霉素。此外，长期大量使用阿斯匹林、奎宁、磺胺药、安定药等都有对胎儿不良影响的报告。长期大量使用镇静药如冬眠灵等可能会影响后代将来智力的发育。近几年来国外报告长期使用雌激素后，下一代于青春时期阴道腺症和阴道腺癌的发生率很高，一些国家明确在妊娠时禁止使用女性雌激素尤其是人工合成雌激素即乙烯雌酚等。此外，分娩时吗啡、杜冷丁等药物是可以应用的，但是必须在医生控制下进行，其他一些麻醉剂、激素类亦须小心使用。

上述药物是否产生胎儿畸形，还和用药时的妊娠月份有关系。早孕时尤其是停经一个月到二月时，是各种器官发育成形的阶段，受药物或其他影响，最容易发生畸形。过了这一段时期，即使用同样药物也不发生畸形或者很少发生畸形。当然，胎儿畸形不仅受药物影响，也和其他因素有关。如果早孕时用过大剂量导致畸形的药物，则一定要停止怀孕，进行人工流产手术，而在其他时期，可以根据情况考虑是否停止怀孕。

总之，妊娠时期为了治疗疾病，还是应该用药的，但不要滥用药。我们提倡怀孕时要合理和正确的使用药物，即选择对母儿危害较小的药物，给药时间及给药剂量均应适当，只要做到这些就不会对后代的发育有影响。

怎样护理新生儿

一、新生儿期妈妈要注意观察什么？

当妈妈抱起孩子喂奶时，要注意孩子有无发烧、发凉，吃奶是否正常；大小便好不好（正常大便头两天是黑绿色胎便，吃奶后渐渐变为黄色便），眼睛是否有眼屎，眼白是否发黄。如有异常，应及时请医生诊治。

二、怎样保持新生儿的环境及用具卫生？

新生儿的房间要空气流通，最好有日光照进来。每天应用湿笤帚清洁地面，用湿抹布擦室内家具，以防尘土飞扬。新生儿期，不要让许多人探视、怀抱，特别不宜接触病人。新生儿的饮食用具要每天熬煮消毒后再用，奶嘴不用时，要用干净东西盖好。

三、怎样预防新生儿脐炎？

医务人员新法接生，严格消毒，一般不会发生脐炎。但孩子回到家里，在脐带脱落的过程中，处理不当，仍会造成感染。脐带一般在五至七天自行脱落。脱落前后有少量稀薄的分泌物是正常现象，这时不要乱用不消毒的粉剂敷撒，最好用棉签蘸75%酒精或60度以上的烧酒轻轻从脐窝把分泌物卷擦出来，但决不能用力向里擦。也可涂少许1%浓度的紫药水，涂面不要过大，脐窝如没有分泌物可不处理。

四、新生儿的口腔怎么护理？

新生儿口腔的上腭正中或两侧常见黄白色小点，在柔嫩的牙龈上，也可见到微起的黄白色小颗粒。这是由上皮细胞堆积形成的，俗称“马牙”，是一种正常的生理现象，几个星期后会自然消失。如“马牙”影响吸奶，小儿吵闹很厉害，可请医生在消毒的情况下把它挑掉。有的家长爱用手指缠块黑布去擦小儿的口腔，有的家长还蘸上茶水和白糖擦，这是绝对错误的，这样会把粘膜擦破，引起细菌感染而发生口腔炎及败血症。给新生儿清洁口腔，只要在每次喂奶后，稍喂些开水就可以了。

少数新生儿一生下来就有牙齿，多为下门牙，小而坚固，易脱落。为了防止脱落后吸入，发现松动时，可请医生将它拔掉。

五、怎样护理新生儿的皮肤？

新生儿出生后，皮肤表面常有许多胎脂，对过厚、过多的地方，如颈部、腋窝、腹股沟等处，可用消毒的脱脂棉蘸消毒的植物油（蒸过花生油或豆油）擦去。对生活力良好的新生儿，只要条件许可，生后第二天起就可以每日洗一次澡。不但能清洁皮肤，还可以加速血液循环，促进生长发育。对体重小，生活能力低的新生儿或室温较低，无条件每天洗澡的，应每日洗脸。肥胖小儿更应每日用消毒植物油轻轻擦皮肤皱折处，以防磨擦、积汗引起溃烂。

有的新生儿的鼻、鼻尖或面部可见小米粒样小结疖，有的出现脱皮，这些都不必处理。如果头皮、额、眉区及耳后的脂肪性鳞屑厚积或痂，或与污物及头皮、头发粘在一起形成黑痂，可于前一晚在头顶部涂凡士林或消毒植物油，使黑痂变软，次晨用温水及护肤婴孩皂轻轻揉搓，由前往后洗

净后涂上消毒植物油。如一次洗不净，可再重复。

患有湿疹的新生儿，患处不可用水洗，更不能用肥皂洗，可以用棉球蘸植物油擦拭。至于涂什么药膏，应听从医生的意见，随便涂药会使娇嫩的皮肤发生不良反应。可给小儿戴上用纱布缝制的“小手套”，防止搔抓，并禁种牛痘和接触种痘者。

要给小儿勤换尿布，每次大便后都应用小毛巾浸水洗净臀部。尿布要常洗烫、晒干，保持清洁、柔软。用橡胶或塑料布时，不要直接接触小儿皮肤。如果新生儿臀部皮肤发红、出现水泡，妈妈更要小心护理，每次大便后要用温开水洗屁股，用软布擦干水，局部外敷鞣酸软膏或消毒的植物油，这样很快就会好。如已发生糜烂，于冲洗干净后，涂上紫药水，并用消毒尿布，以防进一步恶化。千万不要局部扑粉，那样会使局部吸收更多水分，加重病情。

六、怎样给新生儿洗澡？

新生儿洗澡盆最好专用。洗前先将盆刷干净，妈妈的个人卫生也要先做好，再将大毛巾、衣服、包布、尿布等准备好。室温最好二十三至二十四度，水温约三十七度至三十八度，或用成人肘弯试水，感到不冷不热即可。

给小儿洗澡，动作要轻柔敏捷。以脐部为界，分两部分洗。先使小儿仰卧，妈妈用左手托住小儿枕部，拇指和中指将小儿双耳向前按，贴于耳前脸上，以防洗脸水灌入耳内。小儿臀腰部挟在成人腋下，背部躺在成人左前臂上，固定后，右手用小毛巾浸入温开水，先擦洗双眼分泌物（自内眼角向外眼角擦洗）及鼻孔外分泌物，再洗脸、头（头要由前往后洗），新生儿的手常抓得很紧，应掰开洗净。擦洗腹部