

保育护士训练教材

甘肃省卫生厅编
一九六〇年十一月

R192

R192
38

目 录

一个好保育员法

小儿的生理特点与生长发育

- 一、小儿年龄分期及其特点 (1)
- (一) 1. 胎儿期 2. 新生儿期 3. 乳儿期 4. 幼儿期 5. 学龄前期 6. 学龄期 (1)
- 二、小儿的生长发育 (2)
- 1. 体格发育 (2)
- (一) 体重 (二) 身高 (三) 头围 (四) 胸围 (五) 牙齿 (六) 骨骼 (四)
- 2. 智力发育 (3)
- (一) 运动机能的发展 (二) 语言的发展 (三) 思维的发展 (四) 个性的发展 (3)

儿 童 保 健

- 一、健康所、幼儿园的地址、房屋、设备 (16)
- 二、如何安排孩子的生活 (21)
- 1. 托儿所的分班 2. 幼儿园的分班 3. 托儿所的设备 (21)
- 4. 幼儿园的卫生 5. 幼儿园的保健 (21)
- 三、小儿营养、喂养、辅食 (20)
- 1. 小儿营养 (一) 蛋白质 (二) 糖 (三) 脂肪 (四) 维生素 (五) 矿物质 (20)

脂肪(四) 礦物質(五) 維生素(六) 水分…… (26)

2. 乳兒喂養: (一) 母乳喂養 (二) 人工喂養 (三) 混合喂養 (四) 輔助食品…… (28)

3. 幼兒飲食: (一) 飯廳衛生 (二) 廚房衛生 (三) 廚房用具衛生 (四) 食具消毒 (五) 食物烹調 (六) 炊事員的衛生…… (41)

附: 小兒糞便…… (46)

四、服裝…… (47)

五、環境衛生、個人衛生…… (49)

1. 環境衛生…… (49)

2. 個人衛生: 保育護士個人衛生、小兒個人衛生…… (50)

3. 衛生習慣的培養: (一) 睡眠習慣的培養 (二) 飲食衛生習慣的培養 (三) 大小便習慣的培養 (四) 整潔習慣的培養…… (52)

六、體格鍛煉…… (56)

1. 兒童體格鍛煉的作用…… (57)

2. 鍛煉時應注意事項…… (58)

3. 鍛煉方式: (一) 日常生活中的鍛煉 (二) 特殊鍛煉 (三) 三浴鍛煉…… (59)

七、健康檢查…… (63)

1. 小兒健康檢查和定期復查…… (63)

2. 晨間檢查…… (63)

3. 保育人員健康檢查和定期檢查…… (69)

八、預防接種…… (69)

1. 卡介苗 2. 牛痘 3. 百日咳菌苗 4. 白喉類毒素

九、卫生保健制度..... (75)

三岁前的儿童教育

一、教育的目的和任务..... (79)

二、教育方法..... (80)

三、教育内容..... (81)

小儿常见疾病的预防 and 护理

一、傳染病的基本知識..... (91)

1. 什么是傳染病? (91)

2. 傳染病的病原有哪些种? (91)

3. 傳染病是怎样发生的? (92)

4. 发生了傳染病怎么办? (94)

5. 怎样預防傳染病? (94)

二、小兒常見急性傳染病的預防和護理..... (98)

麻疹、水痘、百日咳、白喉、猩紅熱、流行性腦脊髓膜炎、流行性腮腺炎、流行性感冒、小兒麻痺症、痢疾（細菌性痢疾、阿米巴痢疾）食物中毒、傳染性肝炎。

三、小兒其它常見疾病..... (119)

急性消化不良、蛔虫、蟯虫、砂眼、急性結膜炎、头癬、黃水瘡、佝僂病、齲齒、異物、外傷、燙傷和燒傷、冻傷、煤氣中毒。

附：唱遊教材

一、兒歌二、謎語三、唱歌四、故事

五、遊戲六、舞蹈..... (136)

要做一个好保育护士

托儿所、幼儿园担负着培养共产主义下一代的光荣任务，它的目的是要教育儿童成为德、智、体、美全面发展的共产主义建设的接班人。党把这个任务交给我们保育护士来完成，这虽是一个平凡而琐碎的工作，但责任却是重大而艰巨的。我们每一个保育工作者应该热爱自己的专业，热爱儿童，处处以身作则，严格要求自己，只有这样，才能胜利的完成党所交给我们的任务。

要想做一个好保育护士必须加强政治学习，以毛泽东思想武装我们的头脑，经常钻研党的方针政策，并在实际工作中加强政治锻炼，不断改造自己，提高思想觉悟，热爱党，热爱集体，热爱社会主义。在党的领导下，把自己的全部力量贡献给儿童保育事业，千方百计搞好工作。认真负责的照料孩子。

要想做一个好保育护士，必须努力钻研业务。教育孩子，是一门不简单的学问，不但要有正确的观点，而且要有正确的育儿方法。需要刻苦学习，努力钻研业务，学习别人的先进工作经验与工作方法，掌握丰富的社会知识、育儿常识、儿童心理等，为正确的教育儿童打下良好的基础。

要想做一个好保育护士，必须热爱孩子、热爱自己的

业务。只有热爱孩子的人，才能带好孩子。要对孩子耐心、细致的护理，丝毫不能疏忽，不嫌麻烦。发挥高度的责任感，全心全意的为儿童服务。

要想做一个好保育护士，必须保持自己身体健康，养成良好卫生习惯。为了儿童的健康，有疾病的人就不可能担任保育工作。须知保育人员的一举一动，对孩子都有极大的影响，只有自己身心健康讲求卫生，才能培育出身心健康的儿童。

“关于人民公社若干问题的决议”中指出：“要办好托儿所、幼儿园，使每个孩子比在家里生活得好，教育得好，使孩子愿意留在那里，父母们也愿意把孩子放在那里”。我们要把托儿所、幼儿园办好，得到人民的信任，这是我们每个保育护士最大的愉快。

小兒的生理特点 与生长发育

小兒的生理和大人不同，有他自己的特点。如小兒的骨骼還沒发育完全，軟骨質多，硬骨質少，小兒年齡越小，生长的越快，需要的营养就比大人多；小兒对傳染病的抵抗力和胃腸消化力都比大人弱，容易鬧傳染病和消化不良症。

一、小兒年齡阶段的划分和 各阶段生理特点

1. 胎兒期：这个时期的特点是胎兒生长得很快，所需的营养完全靠母体供給，所以，媽媽的身体是否健康，会直接影响胎兒的生长发育。

2. 新生兒期（出生至满月）：新生兒各个器官和系統都发育的不完善，神經系統更是脆弱，因此，小兒极易疲乏，除去吃奶外，几乎整天都在睡覺。对外界抵抗力也很低，稍不注意，就会发生疾病，所以应特別注意新生兒的喂养和护理。

3. 乳兒期：（满月至周岁）乳兒期的小兒营养以乳类食品为主。这一阶段的特点是整个身体生长很快，所需要

的营养多，但消化器官的机能却很弱，如果喂养不好，容易发生腹泻、呕吐和营养缺乏等疾病。

4. 幼兒期（1岁至3岁）：幼兒期的特点是整个身体进一步的生长发育，但比乳儿期要缓慢些。小儿也开始会走路、说话，扩大了和周围环境的接触。保育工作者或父母在这个时期如能对小儿进行正确的教育，可以养成很好的习惯。这个时期患急性传染病的特别多，象麻疹、痢疾等，更应当注意预防。

5. 幼童期（3岁至7岁）：这个阶段小儿的生长发育比以前几个阶段要缓慢得多。小儿已能跑会跳，和外界环境接触更为广泛，保育人员应巩固幼儿期的教育，做好学龄前的教育，为入小学打好基础。

6. 兒童期（7至12岁）：这个时期也叫小学儿童期。身体的生长和智力的发育都更增强了，在学校里过着集体生活，对集体利益十分关怀。这时精力充足，求知慾强，但很活泼顽皮，老师和父母应当循循善诱、耐心教导，并应满足他们的求知慾。

二、小儿的生长发育

小儿的生长是指体格的发育来说的，生长是否正常，要从小儿的身体外形、身高、体重来衡量；小儿的发育是指神经——精神、也就是智力的发育来说的，发育是否正常表现在小儿的行为、行动、语言各个方面。不过生长和发育是密切连系着的，所以小儿是否健康，要从体格发育和智力发育两方面来看，只有身心都健康，才是小儿的真

正健康，保育人員必須掌握與熟悉小兒生長發育的規律和特點，才能對小兒進行適當的保健和保育工作。

1. 體格發育

(一) 體重：足月初生兒體重平均在六市斤左右。生後最初九天，可以因為睡眠時間多，吃奶不足，排泄胎糞等原因，體重會暫時下降。至產後七、八天可恢復正常。若喂養護理得好，體重可以不減輕或減的不多。1 歲以內的小兒體重增長最快，以後逐漸變慢。

1—6 個月：每月平均增長 1 斤 2 兩 (10 兩 1 斤)。

7—12 個月：每月平均增長 1 斤。

1—2 歲：每月平均增長半斤。

2—7 歲：每年平均增長 4 斤。

量體重最好是在飯前，脫去棉衣，只穿衬衣、衬褲；若穿著衣服量時，要減去衣服的重量。

量體重前要把磅秤對准。沒有磅秤可用大秤稱，但要注意安全，繩子要結實，秤鉤、秤錘不要傷著孩子。

(二) 身長：身長的增長也是在生後前半年最快。足月新生兒平均身長是 1 尺 5 寸左右。小兒身長平均增長速度如下：

1—6 個月：每月平均增長 7 分半。

7—12 個月：每月平均增長 4 分半。

1—2 歲：全年增長 3 寸。

2—7 歲：每年平均增長 1 寸半左右。

量身長時要讓小兒站直或睡平。會站的孩子，可以在牆上闔上標尺，让孩子兩腳併攏，腳跟和背靠牆，眼睛向前看，保育護士可用一把木尺平放在小兒頭頂上，和木尺平

行处的刻度，就是小儿的身长。不会站的孩子，可以在桌子上画出标尺的刻度，使刻度的一头靠墙，测量时小儿头顶墙壁，两腿伸直，脚尖向上，与脚跟平行处的刻度，就是小儿身长。

(三) 头围：量头围时，用软尺围绕头一周，前边经过前额，后边经过骨头最突出的地方（枕骨粗隆），所得的长度就是头围。

(四) 胸围：用软尺围绕胸部一周，前边经过乳晕下缘，后边经过肩胛骨下角的下边，所得的长度就是胸围。测量时让小儿两手自然下垂，在呼气末、吸气初时来测量。

(五) 牙齿：牙齿可分乳齿与恒齿两种。乳齿共20个，小儿一般在5—7个月时开始出牙，至两周岁半全部出齐。

小儿乳齿生出次序如下表：

乳 齿 生 出 时 间 表

(表一)

	中門齒	側門齒	犬 齒	第一乳臼齒	第二乳臼齒
上	6—8月	8—11月	16—20月	10—16月	20—30月
下	5—7月	7—10月	16—20月	10—16月	20—30月

恒齿共32个，小儿至6岁时第一恒臼齿长出，并开始换牙，出牙次序如（表二）

妈妈怀孕到第5、6个月时，胎儿的乳齿开始钙化，妈妈这时应多吃些菠菜、白菜等含钙质多的青菜；条件许

恒 齿 生 出 时 间 表 (表二)

	中門齿	側門齿	犬 齿	第一前 白 齿
上	7—8岁	8—9岁	11—12岁	10—11岁
下	6—7岁	7—8岁	9—11岁	10—12岁
第二前 白 齿	第一白齿	第二白齿	第三白齿	
11—12岁	6—7岁	12—13岁	17—22岁	
11—13岁	6—7岁	12—13岁	12—22岁	

可时常吃些蛋类、豆类等食品，还要常晒太阳，多呼吸新鲜空气，使妈妈身体里的钙质充分，小儿的乳齿就长的好。小儿出牙太迟或不坚固，都是不健康的表现。小儿出牙是生理现象，一般不会影响健康，若有发烧、腹泻、不肯吃奶和爱哭爱闹的情况，应该检查一下，是否有别的病。

(六) 骨骼：小儿的骨骼含的钙质少，没有大人的骨骼硬，容易弯曲、变形。小儿的衣服窄小，包扎的太紧，还不会坐的时候就用被子、枕头围起来让他坐着，都能影响骨骼的正常发育。小儿到四岁时，骨骼才渐渐和大人相似，12—13岁时，才能达到大人的形状。因此小儿应该多吃些新鲜蔬菜和水果，让他们常在室外活动，多晒太阳来增加身体里的钙质。

——小儿的后囟门在出生时有的已经闭合，有的到了3—4月才闭合；前囟门在12—18个月间应该闭合，如果闭合的太晚，常是软骨病，应及早治疗。

正常男女小兒衡量标准表

(表三)

	体重(千克)		身长(厘米)		头 围 (厘米)		胸 围 (厘米)	
	男	女	男	女	男	女	男	女
出生时	3.15	3.09	49.8	49.4	34.0	33.6	32.4	32.2
1—2月	4.47	4.2	55.0	53.9	37.4	36.3	35.7	35.1
2—3月	5.43	5.03	58.3	56.5	38.8	37.8	38.2	37.3
3—4月	5.94	5.70	60.2	59.4	40.1	39.2	39.1	38.5
4—5月	6.70	6.12	62.1	61.1	41.4	40.1	40.4	39.5
5—6月	7.29	7.82	64.3	62.9	42.2	41.4	41.4	40.3
6—8月	7.77	6.38	66.4	65.4	43.3	42.4	42.4	41.5
8—10月	8.59	8.01	69.4	68.1	44.5	43.4	43.5	42.6
10—12月	9.26	8.48	72.5	70.7	45.8	44.0	44.6	43.6
12—15月	9.6	9.2	74.5	73.0	46.2	44.9	45.4	44.3
15—18月	10.3	9.6	78.6	76.6	46.9	45.6	46.6	45.0
18—21月	10.7	10.2	80.0	79.1	47.1	46.2	47.1	46.1
21—24月	11.1	11.1	82.9	81.8	47.5	46.8	47.7	47.8
2—2½岁	12.2	11.3	86.1	84.1	48.3	46.7	49.4	47.3
2½—3岁	13.0	12.4	90.2	89.1	48.6	47.2	50.2	49.3
3—3½岁	14.1	13.2	95.0	92.8	49.1	47.5	51.3	50.2
3½—4岁	14.7	14.3	98.3	96.7	49.3	47.9	52.0	50.6
4—4½岁	15.5	15.1	101.1	100.3	49.5	48.4	52.3	51.5
4½—5岁	16.2	16.1	104.1	104.1	49.6	48.5	53.3	52.9
5—5½岁	17.1	16.5	107.3	106.0	49.8	48.6	53.9	52.6
5½—6岁	17.5	17.2	109.1	108.7	49.9	48.7	54.2	53.3
6—7岁	18.9	18.6	113.1	112.6	50.2	49.1	55.3	54.3
7—8岁	20.9	20.3	118.6	117.4	50.6	49.3	57.2	55.5
8—9岁	22.8	22.6	123.6	123.0	50.8	49.7	58.3	57.0
9—10岁	25.1	24.1	128.6	127.3	51.0	49.9	59.9	58.1
10—11岁	27.2	27.1	132.9	132.8	51.3	50.4	61.4	59.8
11—12岁	29.3	30.1	137.1	138.2	51.7	50.9	62.8	61.4

2. 智力发育

(一) 运动机能的发育

第一个月：小儿沒有規律性的動作，有時會發出無意識的微笑，這時要用手指接觸小儿手心，他能握緊。

第二個月：小儿會笑，視力比較集中，能從一件東西轉移到另一件東西上，會向發光的地方看，對紅顏色反映較強，用紅色玩具在他眼前來回晃時，就會注意的看。這時可在孩子床頭上掛些顏色鮮艷的玩具給他看，來鍛煉他的視力；小儿聽見人叫時會停止哭聲。

第三個月：小儿聽見聲音，知道把頭轉向發聲的地方。扶着他的背部，可以直立抱着。手脚要活動，手能碰到吊着的玩具；能把手指頭送到咀里，保育護士這時要注意，不要讓小儿養成吃手的壞毛病。視力比以前發達了，一件東西可以看五、六分鐘。能認識最熟的人。

第四個月：開始能拿玩具。吃奶時會撫摸乳房或奶瓶。能大聲笑。能從側臥轉為仰臥，俯臥時能用肘起上半身。

第五個月：兩手的動作很靈活，能長時間拿着玩具玩。愛吃各種有滋味的食物。能認出生人，喜欢看紅顏色。愿意大人和他玩。會翻身，床上要有欄杆，免得小儿掉床摔傷。

第六個月：小儿開始學坐，但還坐不穩。聽見音樂聲會表示快樂。拿着奶瓶能準確地放進咀里。會主動的拿玩具，拿了後不肯放手。這時，保育人員可以開始扶着小儿學坐便盆。

第七個月：能自己坐住，可以開始自己坐便盆，應該注意大便的時間及次數，訓練按時大便的習慣。能玩很多種玩具，把玩具拿開時，會用眼睛追趕着玩具看。

第八个月：小儿能用食指和大拇指把小东西拾起来。扶着栏杆可以站起来。会拍手、会学大人打桌子。

第九个月：会爬。会拾东西、嚼东西，扶着栏杆能站起来。喜欢有声音的东西和小动物。能学大人的动作。并注意其他小儿的动作。

第十——十一个月：能自己站立。扶着东西学迈步。嚼东西嚼的很好。别人怎样对待他，他也能用不同的态度来对待别人。能学大人的简单的表情和动作。能用眼睛找到发出声音的地方。给他两个玩具，知道挑自己喜欢的那个。

第十二个月：小儿能自己站着和走路，但走的不稳，保育人员要注意小儿的安全，注意照管，防止意外。小儿有时对大人表现不合作，保育人员要善于诱导，不要用生硬粗暴的态度来对待孩子。

第十三个月：小儿能单独走路，但容易跌倒，拿着玩具能作些比较复杂的动作，例如把小玩具放在大玩具里，会看图画，摹仿力增强了，能用表情来表示意见，能表示要大小便。

第十八个月：走路很稳当，不会跌倒，开始学跑，喜欢学大人的动作，喜欢作化装游戏，少数孩子会画直线，喜欢翻书看画，懂得要整齐清洁，能管制大便。

第二十二个月：会蹲下，用手拉着他能上台阶，自己扶着栏杆会下台阶，可以走不平的路，也会绕过障碍物，爱看美丽的彩色图画，能问问题，能管制小便。

两周岁：跑的很稳当，自己会上下台阶，会洗手，能回答简单的问题，会玩积木，喜欢听唱歌，爱看跳舞，有

时自己也随着跳起来。开始辨别黑、白，夜里不尿床，吃饭时知道坐在自己位子上，能很好地遵守吃饭的规矩，饭后会用手绢自己擦嘴。

两岁半至三岁：会跑、会跳。知道自己和小朋友的名字，能分辨男孩、女孩。玩沙土时能堆山、挖沟，会浇花。在成人帮助下能穿脱衣服和脱鞋。不仅知道要大小便，也知道卫生习惯。爱提问题。能分出长、短、大、小，有的孩子能画圆圈。

三至五岁：能够跳跃。能自己穿鞋、系带、扣扣子。能画三角形、四方形、简单的人形和树木。能辨别几种颜色。能从一数到十或五十。能用泥搓成球或压成泥饼等。

七岁：能做结绳的手工，能画比较复杂的画，如杨柳树等。用泥能捏出简单物品和动物的特点，能知道一星期的名字，会10以内的加减。

乳幼兒运动机能的发育 (图一)





5月

坐在媽媽身上
會抓住玩具



6月

扶着两个前臂时
可以站得很直



7月

自己會坐



7月-8月

會爬



8月-9月

扶着栏桿能站立



10月

推着推車能走几步



11月

倒著一个手會走



11月-12月

會自己站立



12月-14月

會自己走



15月

會蹲著玩



18月

會爬小梯子

（二）語言的发育

小兒生下来就有了一套完整的語言器官，但头一年还不能很好地运用。新生儿只会用哭来表示不舒服和飢餓。两个月的小兒会微笑，高兴时能呀呀自語。四个月时已能大声发笑，咿呀作語。六至七个月时能喃喃地发出无意識的单調的音节，例如“爸”、“媽”等。九个月能說“媽媽”、“爸爸”等简单的詞，并能重复大人发的简单音节。12个月时能用简单的詞，表示自己的意思，如用“汪汪”代表狗，用“嘟嘟”代表汽車等。15个月时能开始用字，并懂得很多东西的名字，象眼睛、耳朵、鼻子等。能懂得大人說話的意思。2岁时能說用三个字組成的話。3岁知道自己和小朋友的名字，能用語言表达自己的意思，会說歌謠，唱简短的歌，作简单的表演。3~5岁的孩子語言发音逐渐清楚，能唱短歌。7岁时能用語言解釋很多现象，对周圍复杂事物有了初步的分析能力。

上边談的小兒生长发育的标准，不是每个孩子都一样，只是大体上按照这个标准发展着的。季节、喂养和教育方法的不同，都会使小兒的生长发育有了一些差別。所以衡量小兒的生长发育是否正常，主要的要根据小兒自身的发育情况来考虑，不能死板的去和小兒标准平均数目字作比較，只有这样，才能对小兒健康情况得出正确的結論，才能对小兒进行合理的教养。