



# 育嬰新法

王南焜 譯

心理衛生叢書 3

水牛出版社

育  
嬰  
新  
法

美國嬰兒衛生局編印

王 南 焜 譯

水 牛 出 版 社

# INFANT CARE

BY THE CHILDREN'S BUREAU, U. S. A.

TRANSLATED BY WANG NAN-KUN

COPYRIGHT © 1979

BUFFALO BOOK CO., LTD.

TAIWAN

R. O. C.

## 育嬰新法

心理衛生叢書3

---

|     |                  |   |   |
|-----|------------------|---|---|
| 譯者  | 王                | 南 | 焜 |
| 發行人 | 彭                | 誠 | 晃 |
| 發行部 | 臺北市杭州南路一段143巷48號 |   |   |
| 電話  | 3 4 1 0 2 7 5    |   |   |
| 出版者 | 水牛出版社            |   |   |
|     | 臺北市連雲街26巷21弄2號   |   |   |
|     | 郵政劃撥賬戶第13932號    |   |   |
| 再版  | 中華民國68年6月30日     |   |   |

---

P 68630

S2000

登記證：局版臺業字第0628號

◀版權所有・不許翻印▶

## 譯序

本書是根據一本美國嬰兒衛生局所印行的暢銷書，最新第十一版譯成。原書自第一版以來，在美國已經印行了四千八百萬冊。

本書是由一組約一〇〇人所構成的專家團體，包括小兒科醫師、婦產科醫師、兒童心理衛生學家、骨科醫師、護士、社會工作者、嬰兒營養學家等，貢獻其時間、知識及技術編著而成的。任何一本書或任何專家都不能將一切有關育嬰的事情告訴您。只有您——嬰兒的母親或父親——對於自己的嬰兒知道得最詳細，因此，在許多情況下，您必須自己做決定。當然，您也許會犯某些小錯誤，但您的嬰兒一定會容忍的，因為您不辭辛勞用愛心來照顧他。您的慈愛與關懷，令他感到安全與滿足。慈愛的照顧與生理上的照顧，對於嬰兒是同等重要的。

由於我們的社會型態已經漸漸步入工業社會，小家庭制度勢將風行。年青的母親由於缺乏長

輩的指導，勢必困難無助地盲目摸索。本書目的在幫助您成爲一個好母親或好父親。提供您正確的觀念，實際的知識，實用的技巧，幫助您渡過難關，使您稱心如意地爲人父母，充滿自信和愉悅。

此譯本蒙王品清、林淑珰同學的校閱與指正，並承水牛出版社彭誠晃先生厚意出版，特此致衷心的謝意。

王 南 焜

於一九七三年春

# 目次

|    |     |
|----|-----|
| 譯序 | 一—二 |
|----|-----|

|           |   |
|-----------|---|
| 第一章 重要的事情 | 一 |
|-----------|---|

|        |   |
|--------|---|
| 在妳開始以前 | 三 |
|--------|---|

|           |   |
|-----------|---|
| 每個孩子都是不同的 | 三 |
|-----------|---|

|       |   |
|-------|---|
| 定期看醫生 | 五 |
|-------|---|

|         |   |
|---------|---|
| 第二章 新生兒 | 九 |
|---------|---|

皮膚(田) 頭(田) 眼(田) 軀幹(田) 生殖器(田) 手及腳(田) 新生兒會做什麼(田)

初爲人母有時會感到沮喪.....一七

年紀大的小孩也會感到憂鬱.....一九

### 第三章 照顧嬰兒的日常工作.....二三

如何餵奶.....二三

第一次餵奶.....二四

母乳.....二七

建立一套系統.....二八

用手將奶擠出來.....三〇

餵奶的母親該吃的食物.....三一

牛奶以外的食物.....三五

嘔奶及吐奶.....三七

大便.....三八

睡眠.....四一

床與床單.....四二

睡覺的地方.....四三

睡覺的姿勢.....四四

哭.....四五

洗澡.....四八

皮膚及頭部需特別照顧的地方.....五二

生殖器官的照顧.....五四

嬰兒的衣服.....五四

尿布的洗濯及摺疊.....五六

衣服的洗法.....五七

#### 第四章 一到四個月.....五九

他如何成長.....六〇

安排時間.....六二

給他吃固體食物.....六三



隨着嬰兒出門.....六六

女僕及看顧小孩的人.....六八

章五章 四到八個月.....六九

學習說話.....七〇

開始遊戲.....七一

他也許會害怕.....七二

可以遊玩的嬰兒車.....七三

嬰兒的感覺變得更成熟了.....七五

一天三餐.....七六

何時停止用沸水消毒.....七八

嬰兒的椅子.....七九

長牙齒.....八〇

睡眠的時間.....八三

吸吮姆指及其他舒適的事情.....八四

|               |    |
|---------------|----|
| 在床上翻滾或搖動..... | 八五 |
|---------------|----|

|                 |    |
|-----------------|----|
| 第六章 八到十二個月..... | 八七 |
|-----------------|----|

|                   |    |
|-------------------|----|
| 從小事情開始訓練他的規矩..... | 八八 |
|-------------------|----|

|           |    |
|-----------|----|
| 改變飲食..... | 九一 |
|-----------|----|

|         |    |
|---------|----|
| 斷奶..... | 九三 |
|---------|----|

|         |    |
|---------|----|
| 行走..... | 九五 |
|---------|----|

|         |    |
|---------|----|
| 鞋子..... | 九八 |
|---------|----|

|               |    |
|---------------|----|
| 學習大小便的控制..... | 九九 |
|---------------|----|

|         |     |
|---------|-----|
| 前瞻..... | 一〇二 |
|---------|-----|

|              |     |
|--------------|-----|
| 計劃下一個小孩..... | 一〇三 |
|--------------|-----|

|                |     |
|----------------|-----|
| 第七章 特別的問題..... | 一〇五 |
|----------------|-----|

|          |     |
|----------|-----|
| 早產兒..... | 一〇六 |
|----------|-----|

|              |     |
|--------------|-----|
| 家裏的特別照顧..... | 一〇八 |
|--------------|-----|

假如妳的嬰兒有缺陷.....一一〇

母親應否在外面任職.....一二二

## 第八章 疾病和意外的預防.....一一五

小兒麻痺症.....一一六

天花.....一一七

三種混合疫苗.....一一八

麻疹.....一一八

保存預防針記錄表.....一一九

其他預防的方法.....一二一

家裏應注意的安全.....一二三

## 第九章 孩子生病時.....一二九

量體溫.....一三一

如何餵生病的孩子.....一三三

|       |     |
|-------|-----|
| 一般的照顧 | 一三四 |
|-------|-----|

|           |     |
|-----------|-----|
| 第十章 疾病與失調 | 一三五 |
|-----------|-----|

|    |     |
|----|-----|
| 口腔 | 一三五 |
|----|-----|

|    |     |
|----|-----|
| 牙齒 | 一三六 |
|----|-----|

|          |     |
|----------|-----|
| 口吃或舌繫帶短縮 | 一三六 |
|----------|-----|

|      |     |
|------|-----|
| 視力缺陷 | 一三七 |
|------|-----|

|    |     |
|----|-----|
| 斜視 | 一三七 |
|----|-----|

|        |     |
|--------|-----|
| 眼睛發炎流淚 | 一三八 |
|--------|-----|

|          |     |
|----------|-----|
| 感冒及呼吸道感染 | 一三八 |
|----------|-----|

|    |     |
|----|-----|
| 氣喘 | 一四二 |
|----|-----|

|     |     |
|-----|-----|
| 傳染病 | 一四三 |
|-----|-----|

|    |     |
|----|-----|
| 心臟 | 一四四 |
|----|-----|

|    |     |
|----|-----|
| 皮膚 | 一四四 |
|----|-----|

|        |     |
|--------|-----|
| 皮膚過敏反應 | 一四八 |
|--------|-----|

|             |     |
|-------------|-----|
| 胃腸泌尿及生殖系統疾患 | 一五〇 |
| 意外事件        | 一五三 |
| 口對口人工呼吸法    | 一五五 |
| 痙攣或驚厥       | 一六一 |
| 咬傷及刺傷       | 一六一 |
| 骨折          | 一六二 |
| 眼睛內的顆粒      | 一六二 |
| 第十一章 奶瓶餵法   | 一六五 |
| 公式的構成       | 一七〇 |
| 第一法         | 一七二 |
| 第二法         | 一七三 |
| 其他方法        | 一七六 |
| 斷奶（離乳）      | 一八二 |
| 斷奶準備期間食物烹調法 | 一八四 |

## 第一章 重要的事情

妳現在有了一個嬰兒，真正重要的事便是欣賞他。（讓我們給嬰兒一個頭銜，在本書中將以「他」代表妳的嬰兒，不管妳的嬰兒是男是女）。欣賞妳的嬰兒也許看來是一件太簡單的事，尤其是當妳爲了她的餵奶、體重、及妳自己的睡眠而傷腦筋時。有一天妳將會知道，欣賞他是妳所能給他的最好禮物。由於他小時候妳對她的欣賞，將來長大成人時也同樣會欣賞別人，並由此獲得快樂。

起初，妳的感情達到了最愉快的顛峯，但混合著驚奇和懷疑。妳再三的檢查妳的嬰兒，發現他的指甲小得可愛，彎彎的眉毛，額上有一顆小痣，還有，他的腳還相當大呢。也許妳並不真正愛他，但妳實在無法拒絕這小傢伙的魅力。當日子一天天的過去，她對妳爲她所做的事情有了反應時，妳將會確定妳對他的感情，而「愛」就會在你倆之間滋長了。

毫無疑問的，妳將驚奇這麼一些小事情竟然有這麼大的力量。整個世界似乎在他的周圍旋

轉，事實上，他的出生改變了這個世界。他的出生，不僅爲世界帶來了一個活人，並且帶來了一連串的親屬關係。起先當然是妳和他之間的新關係。這是一個很長久的關係，在妳有生之年將永遠持續著；也許在形式上有點改變，但總是會存在的。旁觀者也許會驚奇，當一個父親幻想著他的新生兒從學校畢業了，或母親幻想著她的女兒在外面和一位紳士有了羅曼史；無論如何，這些現象正顯示出，他們知道自己的責任將持續一段很長的時間。在驕傲和巨大的勇氣這兩個時刻之間，剛爲人父母者有時會對他們所要承擔的責任感到恐慌，這是不足爲奇的。

嬰兒的誕生，使夫婦發現他們的婚姻中有了一個不同的關係。他們透過這個小孩，開始對這新的生活方式共同承擔痛苦，分享快樂。當他們看到嬰兒張大眼睛凝視某些事物時，即使最普通的事情也會變得很新鮮。例如陽光照在牆上圖案，反躍的球，還有蒲公英等。同時還會產生一種以前未有過的深刻感情——兩人相處時的快樂，失去對方時的痛苦。

當時間慢慢的溜過去，其餘的親屬關係也將變得很重要的，他可能是其餘幾個孩子的弟弟或妹妹，或者他可能將扮演大哥或大姐的角色。每個新生兒需要有一段時間是這個世界的中心人物——他的世界也許小得只能夠容納妳——並且需要合宜的幫助。

以後祖父母、叔叔、伯伯和可親的鄰居將會加入新的秩序，但這些親屬關係來得比較晚。在開始的時候，他的父母親就是他的一切。

## 在妳開始以前

做父母的在塑造與發展妳的嬰兒的過程中，扮演一個很重要的角色。事實上，在嬰兒未出生以前，他的某些特徵早就註定了，是任何人所不能改變的。例如性別，是決定於機會的。嬰兒接受許多遺傳，皮膚的顏色，眼睛的形狀和顏色，高或矮，瘦或胖；他是一個混合物，不只承受父親的遺傳，同時也承受祖先的遺傳。他能獲得一大批幾百年來的特質和個性，使他不同於其他小孩。他分別由父母親獲得一半的遺傳。雖然母親的身體內懷孕他，但母親的遺傳並不多於父親給他的。

我們知道，嬰兒出生以前已經活了九個多月，並且這幾個月對他的發育有很大貢獻。嬰兒出生時所受到的壓力、折磨並不太一樣，有的嬰兒出生的過程很簡單，有的嬰兒既困難又長久。

所以，嬰兒有某些事情是無法改變的，但他經過了一些典型的生活後，個性便可以塑造了。嬰兒和妳及其他愛護他的人在一起生活相處後，便可以認識這個世界。他可能認為這世界是安全的、仁慈的，或是不可捉摸的、艱苦的、空虛的。

## 每個小孩都是不同的



嬰孩在本質與個性上均有很大的不同，各有自己的特性。生活周圍的各事各物對每個嬰兒的影響也不一樣。有些嬰兒很寧靜，而且安於所居，他可能在洗澡時睡著，並且不會注意到家庭內的吵鬧聲；他會舒服地在妳懷內睡著，並且逆來順受，隨遇而安。有的小孩對她周圍的輕微變化很敏感，當妳捏手蹣地走出房間的時候，他馬上醒過來。他很難侍候，蠕動不安，似乎討厭別人的照顧，甚至要爲他換衣服也要花很多時間。有的小孩似乎很喜歡引人注意，受照顧時最快樂不過了，而且喜歡人們對他小題大做。

男孩和女孩之間有某些行爲上的差異，當然，把嬰兒從醫院抱回家裡那一刻起我們就要注意到這些小小的差異。當妳說「他是一個女孩」，就唯恐人家看了他那禿頭會誤以爲是個男孩。我們一定要將女孩子當做女孩子來對待；將男孩子當做男孩子來對待，從他們一有生命開始。

所有的父母親將會發現，他們正在調整自己的生活方式來適應小孩子的生活方式。我們知道某些事情對小孩子是有益的，於是就要試著供給給他，以滿足他的需要。其中，食物和休息，恰切的舒適，乾淨健全的環境和照顧是最重要的。另一方面妳要和嬰孩共同找出，用什麼方式供給最適合他的需要。

當您敲打著拍子或做些能使嬰兒舒服的小技巧，就是在帶給他滿足和快樂。您也會因此而獲得滿足和快樂。這是一種循環，您感到輕鬆，並且自認是一位成功的母親——或父親。妳的成功