

# 人生万种禁忌

主编：奇峰 田小萍



吉林人民出版社

# 人生万种禁忌

奇 峰 田小萍 主编

\*

吉林人民出版社出版 吉林省新华书店发行

长春市第十二印刷厂印刷

\*

787×1092 毫米 32 开本 18.75 印张 590 000 字

1992 年 8 月第 1 版 1992 年 8 月第 1 次印刷

印数:1—3.930 册

ISBN 7-206-01550-6

G·296 定价:8.20 元

## 人生万种禁忌编者名单

主 编：奇 峰 田小萍  
副主编：王战林 朱宏谊 扬中使  
李清海  
编撰者：王战林 朱宏谊 扬中使  
陈建平 张 栋 李清海  
王昭华 奇 峰 周伟平  
郭大成 季海波 孙玉霞

---

# 目 录

---

## 1、婴幼儿生活禁忌

|                   |   |
|-------------------|---|
| 不要给新生儿擦口腔.....    | 1 |
| 忌给婴儿挑“马牙”.....    | 1 |
| 新生儿戒挤奶头.....      | 1 |
| 忌给新生儿乱打“灯火”.....  | 1 |
| 切忌拔毛.....         | 1 |
| 切忌给孩子割口.....      | 2 |
| 严防脐部感染.....       | 2 |
| 忌给婴儿打包.....       | 2 |
| 忌给未满月的婴儿剪指甲.....  | 2 |
| 新生儿的眼睛切忌强光照射..... | 2 |
| 婴儿祛胎毒不宜喂草药.....   | 2 |
| 新生儿忌吃盐.....       | 2 |
| 婴儿忌刮眉毛.....       | 2 |
| 婴幼儿忌剪睫毛毛.....     | 3 |
| 婴儿忌保留头垢.....      | 3 |
| 婴儿忌剃光头.....       | 3 |
| 忌给婴儿“绑腿”“捏头”..... | 3 |
| 婴儿不宜捆绑过紧.....     | 3 |
| 忌用自染布做尿布.....     | 3 |

|                     |   |
|---------------------|---|
| 换尿布时忌低温刺激.....      | 3 |
| 忌用深色和质地粗糙的布做尿布..... | 4 |
| 尿布外层忌用塑料垫.....      | 4 |
| 尿布外忌系松紧带.....       | 4 |
| 忌不及时更换尿布.....       | 4 |
| 换尿布时忌不注意擦拭方法.....   | 4 |
| 婴儿洗澡忌用药皂.....       | 4 |
| 婴幼儿忌穿松紧带裤.....      | 4 |
| 幼儿忌穿各种紧身裤.....      | 5 |
| 幼儿忌长时间穿开裆裤.....     | 5 |
| 幼儿忌穿喇叭裤.....        | 5 |
| 男孩子裤子门襟忌安装拉链.....   | 5 |
| 幼儿面部不宜遮尼龙纱布.....    | 5 |
| 忌给婴幼儿涂指甲油.....      | 5 |
| 忌给孩子戴戒指.....        | 5 |
| 忌戴金属项链和锁片.....      | 6 |
| 忌戴手镯和脚镯.....        | 6 |
| 忌给孩子扎耳环孔和戴耳环.....   | 6 |
| 幼儿忌戴有色眼镜.....       | 6 |
| 幼儿忌留长发.....         | 6 |
| 婴幼儿衣物内不要放樟脑丸.....   | 6 |
| 婴儿衣物忌用洗衣粉洗涤.....    | 6 |
| 婴儿应忌多抱.....         | 6 |
| 忌让别人乱抱婴儿.....       | 7 |
| 切忌把初乳挤掉.....        | 7 |
| 禁忌躺在床上给孩子喂奶.....    | 7 |
| 婴儿进食时室内不要吸烟.....    | 7 |
| 喂婴儿不宜吃得过饱.....      | 7 |
| 戒服开口药.....          | 7 |
| 给孩子喂药切忌捏鼻子.....     | 7 |

|                       |    |
|-----------------------|----|
| 切忌给孩子吃宝塔糖.....        | 7  |
| 戒喂婴儿嚼食.....           | 7  |
| 给婴儿添加辅食不宜过早.....      | 8  |
| 婴幼儿忌吃素食.....          | 8  |
| 婴幼儿忌单用牛奶喂养.....       | 8  |
| 喂养婴儿的奶粉忌冲调得过稀或过浓..... | 8  |
| 忌用牛奶加米汤喂孩子.....       | 8  |
| 2岁以下儿童不宜吃脱脂奶.....     | 8  |
| 切忌随意用酸奶喂婴儿.....       | 8  |
| 婴儿不宜喂浓度高的甜炼乳.....     | 8  |
| 切忌用麦乳精代替牛奶喂婴儿.....    | 9  |
| 婴儿忌吮无奶汁的奶头.....       | 9  |
| 3岁以上幼儿忌多吃乳制品.....     | 9  |
| 忌用电镀奶锅或铜锅煮奶.....      | 9  |
| 婴儿断奶忌太晚.....          | 9  |
| 忌在夏季给婴儿断奶.....        | 9  |
| 婴儿忌缺水.....            | 9  |
| 婴儿不宜喝茶.....           | 10 |
| 婴儿不宜多吃冷饮.....         | 10 |
| 婴幼儿忌喝果子露.....         | 10 |
| 婴幼儿忌喝可口可乐.....        | 10 |
| 婴儿忌食蜂蜜.....           | 10 |
| 婴幼儿忌常服蜂乳.....         | 10 |
| 婴幼儿忌多吃奶糖.....         | 10 |
| 幼儿忌多食巧克力.....         | 10 |
| 婴幼儿吃蛋不宜过量.....        | 10 |
| 半岁的婴儿忌吃蛋清.....        | 11 |
| 小儿忌多吃山楂.....          | 11 |
| 幼儿忌多吃菠菜.....          | 11 |
| 幼儿不宜多吃油条.....         | 11 |

|                     |    |
|---------------------|----|
| 婴儿忌食过咸食物 .....      | 11 |
| 婴幼儿忌吃咸鱼 .....       | 11 |
| 婴幼儿不宜多吃动物脂肪 .....   | 11 |
| 忌将奶嘴剪成圆孔 .....      | 12 |
| 断奶婴儿忌用奶瓶 .....      | 12 |
| 小儿忌过胖 .....         | 12 |
| 忌强迫孩子进食 .....       | 12 |
| 幼儿忌含食物睡觉 .....      | 12 |
| 婴儿忌摇动过多 .....       | 12 |
| 忌过多逗笑婴儿 .....       | 12 |
| 初生婴儿忌俯卧或侧卧 .....    | 12 |
| 婴儿夏天忌光着身子 .....     | 13 |
| 小儿忌托腮 .....         | 13 |
| 婴儿睡觉忌头常偏一边 .....    | 13 |
| 宝宝做梦忌干扰 .....       | 13 |
| 忌按着孩子睡 .....        | 13 |
| 幼儿忌睡在大人中间 .....     | 13 |
| 婴儿忌捂在被窝里睡眠 .....    | 13 |
| 幼儿忌睡软床 .....        | 14 |
| 婴儿枕头不宜用新布 .....     | 14 |
| 婴幼儿枕头不宜过高 .....     | 14 |
| 不要忘了给孩子更换枕头 .....   | 14 |
| 戒睡热炕 .....          | 14 |
| 幼儿忌长时间用电热毯 .....    | 14 |
| 婴儿居室忌放花卉 .....      | 14 |
| 忌室温过高 .....         | 14 |
| 孩子居室内忌使用木柴作燃料 ..... | 15 |
| 幼儿进餐忌坐姿不正 .....     | 15 |
| 婴幼儿不宜过早学步 .....     | 15 |
| 幼儿骑车忌过早 .....       | 15 |

|                     |    |
|---------------------|----|
| 忌用手推车载婴儿上街 .....    | 15 |
| 婴幼儿玩具忌过多 .....      | 15 |
| 忌给孩子玩噪音玩具 .....     | 16 |
| 忌玩塑料制作的玩具小喇叭 .....  | 16 |
| 忌让儿童吮吸玩具 .....      | 16 |
| 不要给幼儿微型电池作玩具 .....  | 16 |
| 忌让孩子玩钞票 .....       | 16 |
| 婴儿流汗忌随意洒爽身粉 .....   | 16 |
| 婴儿忌用奶水涂脸 .....      | 17 |
| 婴儿哭时忌喂药 .....       | 17 |
| 幼儿不宜多作X线透视 .....    | 17 |
| 孩子打预防针的禁忌 .....     | 17 |
| 不要拒绝给孩子预防接种 .....   | 17 |
| 小孩不宜多打针 .....       | 17 |
| 儿童不宜常服驱虫药 .....     | 17 |
| 忌用宝塔糖逗孩子 .....      | 18 |
| 孩子吃宝塔糖不宜吃油腻食物 ..... | 18 |
| 新生儿忌用氯霉素 .....      | 18 |
| 婴儿忌服速效感冒丸 .....     | 18 |
| 不要给发烧的新生儿服退热片 ..... | 18 |
| 婴幼儿忌服六神丸 .....      | 18 |
| 婴儿忌用滴鼻净 .....       | 18 |
| 婴儿忌长期用氯霉素眼药水 .....  | 19 |
| 婴儿忌过量服用鱼肝油 .....    | 19 |
| 婴幼儿不宜吃人参 .....      | 19 |
| 婴儿忌用滋补药 .....       | 19 |
| 切忌随便给婴儿吃钙粉 .....    | 19 |
| 多动症儿童忌食糖类 .....     | 19 |
| 贫血的儿童不宜吃菠菜 .....    | 19 |
| 缺铁性贫血患儿忌多喝牛奶 .....  | 19 |

|                        |    |
|------------------------|----|
| 高热患儿忌高蛋白饮食 .....       | 20 |
| 腹泻婴幼儿忌禁食 .....         | 20 |
| 小儿腹泻的饮食宜忌 .....        | 20 |
| 幼儿忌滥用抗生素 .....         | 20 |
| 小儿湿疹的饮食宜忌 .....        | 20 |
| 小儿麻疹不要盲目忌口 .....       | 20 |
| 小儿遗尿的饮食宜忌 .....        | 20 |
| 小儿疳子忌搔抓 .....          | 20 |
| 小儿生疳子忌脱衣 .....         | 21 |
| 小儿生疳子忌冷水洗身 .....       | 21 |
| 小儿生疳子忌衣服窄小 .....       | 21 |
| 小儿生疳子忌穿得过多、过厚 .....    | 21 |
| 小儿生疳子忌使用香皂和肥皂洗澡 .....  | 21 |
| 婴儿湿疹忌用肥皂及热水洗澡 .....    | 21 |
| 婴儿湿疹忌用毛织物 .....        | 21 |
| 小儿麻疹的禁忌 .....          | 21 |
| 幼儿外用药 10 忌 .....       | 21 |
| 防止幼儿烫伤和烧伤 8 忌 .....    | 22 |
| 防止孩子发生窒息 8 忌 .....     | 22 |
| 小儿突发高烧救护 8 忌 .....     | 22 |
| 防止孩子发生意外伤害 8 忌 .....   | 23 |
| 预防孩子中毒 5 忌 .....       | 23 |
| 防止孩子溺水 6 忌 .....       | 24 |
| 不要让孩子独自到马路上 .....      | 24 |
| 忌亲吻小孩的嘴和面颊 .....       | 24 |
| 婴幼儿脸蛋忌拧捏 .....         | 24 |
| 忌乱捏宝宝的鼻子 .....         | 24 |
| 杜绝触摸幼儿阴茎 .....         | 24 |
| 切忌盲目用橡皮圈矫治小儿牙列畸形 ..... | 25 |
| 过量音响影响婴幼儿发育 .....      | 25 |

|                           |    |
|---------------------------|----|
| 忌遮盖婴儿的一只眼 .....           | 25 |
| 婴幼儿忌吮指 .....              | 25 |
| 带宝宝上浴池易中暑 .....           | 25 |
| 带宝宝上浴池易造成传染性皮肤病 .....     | 25 |
| 带宝宝上浴池易受凉、感冒 .....        | 25 |
| 带宝宝上浴池对内脏器官及生长发育有影响 ..... | 26 |
| 婴儿洗澡忌过频 .....             | 26 |
| 在吃奶后或空腹时不要洗澡 .....        | 26 |
| 婴幼儿不宜久吹电风扇 .....          | 26 |
| 婴幼儿忌看电视 .....             | 26 |
| 婴儿忌用闪光灯拍照 .....           | 26 |
| 幼儿排便忌久坐便盆 .....           | 26 |
| 冬天切忌让小儿脚受凉 .....          | 27 |
| 婴儿忌在厨房久留 .....            | 27 |
| 切忌让小狗咬吮孩子 .....           | 27 |
| 忌无视精神卫生 .....             | 27 |
| 孩子哭不能憋回去 .....            | 27 |
| 忌用固定眼光看待孩子 .....          | 27 |
| 鬼神故事有碍孩子的健康 .....         | 27 |
| 忌打骂孩子 .....               | 27 |
| 不要拍打孩子的后脑和后背 .....        | 28 |
| 屁股也应忌打 .....              | 28 |
| 不要怕孩子哭 .....              | 28 |
| 孩子识字不宜过早 .....            | 28 |
| 幼儿不宜多坐 .....              | 28 |
| 忌让儿童过早学坐 .....            | 28 |
| 切忌单凭“智力测验”来衡量孩子的灵与笨 ..... | 28 |
| 幼儿忌跳“迪斯科” .....           | 28 |
| 幼儿忌入托太晚 .....             | 29 |
| 幼儿忌高抛 .....               | 29 |

|                       |    |
|-----------------------|----|
| 逗孩子忌转圈子 .....         | 29 |
| 忌“拔萝卜” .....          | 29 |
| 忌“中弹” .....           | 29 |
| 教育孩子忌形式呆板单一 .....     | 29 |
| 忌知错不改 .....           | 29 |
| 忌不注意孩子的素质 .....       | 30 |
| 儿童乐园忌建在闹市区 .....      | 30 |
| 小孩切忌玩“斗鸡”游戏 .....     | 30 |
| 婴幼儿体格的锻炼忌操之过急 .....   | 30 |
| 婴幼儿锻炼忌不持之以恒 .....     | 30 |
| 婴幼儿锻炼忌不生动活泼 .....     | 30 |
| 幼儿忌拔河 .....           | 30 |
| 幼儿忌搞“丢手绢”游戏 .....     | 31 |
| 幼儿忌学行体育比赛 .....       | 31 |
| 给孩子打预防针的禁忌 .....      | 31 |
| 哪些孩子应忌接种卡介苗 .....     | 31 |
| 哪些孩子不能注射“百白破”疫苗 ..... | 31 |
| 切忌用牛奶给小孩送药 .....      | 31 |
| 不要给多动症幼儿吃镇静药 .....    | 31 |
| 婴儿保健用药切忌“多多益善” .....  | 32 |
| 幼儿用药忌过量 .....         | 32 |
| 幼儿忌滥用药物 .....         | 32 |
| 忌轻视幼儿发热 .....         | 32 |
| 发热幼儿忌出汗太多 .....       | 32 |
| 发热幼儿忌干渴 .....         | 32 |
| 发热幼儿忌不擦眼屎 .....       | 32 |
| 发热幼儿忌房间不通风 .....      | 32 |
| 发热病儿忌捂得太严 .....       | 33 |
| 小儿发烧不宜吃鸡蛋 .....       | 33 |
| 小儿忌滥用退烧药 .....        | 33 |

|                   |    |
|-------------------|----|
| 小儿忌服阿司匹林 .....    | 33 |
| 幼儿切忌滥用抗生素 .....   | 33 |
| 忌给小儿常服驱虫药 .....   | 33 |
| 儿童服驱虫药后忌食什么 ..... | 33 |
| 婴儿忌用“灭虱灵” .....   | 33 |
| 小儿腹泻切忌等闲视之 .....  | 34 |
| 患肾炎的儿童忌食鸡蛋 .....  | 34 |
| 肝炎患儿家庭护理禁忌 .....  | 34 |
| 患肝炎的儿童忌食鸡蛋 .....  | 34 |
| 软骨症幼儿不宜吃菠菜 .....  | 34 |

## 2、儿童生活禁忌

|                    |    |
|--------------------|----|
| 儿童忌穿合成纤维内衣 .....   | 35 |
| 儿童不宜穿化纤织品 .....    | 35 |
| 儿童穿衣不宜过多 .....     | 35 |
| 男孩的裤前门不宜用拉锁 .....  | 35 |
| 儿童忌用橡皮筋裤带 .....    | 35 |
| 儿童忌穿牛仔裤 .....      | 35 |
| 儿童忌穿健美裤 .....      | 36 |
| 小孩忌男扮女 .....       | 36 |
| 儿童不宜早穿皮鞋 .....     | 36 |
| 儿童忌穿高跟鞋 .....      | 36 |
| 儿童忌过早穿拖鞋 .....     | 36 |
| 儿童忌穿无弹性的塑料底鞋 ..... | 36 |
| 儿童穿鞋忌瘦小 .....      | 36 |
| 儿童不宜戴塑料色镜 .....    | 36 |
| 儿童不宜戴有色眼镜 .....    | 36 |
| 切忌盲目给孩子配眼镜 .....   | 37 |
| 儿童不宜烫发和染发 .....    | 37 |
| 儿童忌扎耳环洞 .....      | 37 |
| 孩子忌涂指甲油 .....      | 37 |

|                   |    |
|-------------------|----|
| 儿童忌用成人化妆品 .....   | 37 |
| 儿童不宜长期使用化妆品 ..... | 37 |
| 忌给孩子使用高级护肤品 ..... | 37 |
| 忌给孩子涂口红 .....     | 37 |
| 儿童忌不吃早饭 .....     | 38 |
| 忌让儿童吃得过多 .....    | 38 |
| 儿童忌边吃饭边讲话 .....   | 38 |
| 谨防小儿节日暴食 .....    | 38 |
| 儿童忌边走边食 .....     | 38 |
| 儿童忌边跑边吃 .....     | 38 |
| 儿童忌边玩边吃 .....     | 38 |
| 儿童忌边看边食 .....     | 39 |
| 儿童忌笑食 .....       | 39 |
| 儿童忌快餐 .....       | 39 |
| 儿童忌偏食 .....       | 39 |
| 儿童忌挑食 .....       | 39 |
| 应戒掉小儿蹲食的习惯 .....  | 39 |
| 小孩乘车忌吃零食 .....    | 39 |
| 不宜常给孩子买零食 .....   | 39 |
| 儿童忌饭前不洗手 .....    | 40 |
| 儿童忌饭后马上看电视 .....  | 40 |
| 儿童不宜饭前饭后喝开水 ..... | 40 |
| 儿童忌从地上拾食 .....    | 40 |
| 儿童忌自己乱吃东西 .....   | 40 |
| 儿童忌冷食过多 .....     | 40 |
| 儿童不宜长期食软食 .....   | 40 |
| 儿童饮食忌太精 .....     | 40 |
| 儿童忌食彩色食品 .....    | 40 |
| 儿童忌营养过剩 .....     | 41 |
| 儿童饮食忌过咸 .....     | 41 |

|                    |    |
|--------------------|----|
| 不宜用味精刺激孩子食欲 .....  | 41 |
| 儿童不宜用开水泡饭吃 .....   | 41 |
| 儿童忌多吃豆类食物 .....    | 41 |
| 儿童忌食肥肉 .....       | 41 |
| 儿童忌多吃动物油 .....     | 41 |
| 忌让儿童摄入过多的蛋白质 ..... | 41 |
| 忌让孩子多吃赖氨酸 .....    | 41 |
| 儿童忌多吃有根茎食物 .....   | 42 |
| 儿童不宜多吃笋 .....      | 42 |
| 儿童忌多吃爆米花 .....     | 42 |
| 儿童忌多食葵花籽 .....     | 42 |
| 儿童吃花生米不宜剥仁皮 .....  | 42 |
| 儿童忌多吃酸梅粉 .....     | 42 |
| 儿童不宜多吃橘柑 .....     | 42 |
| 不要多给孩子吃山楂 .....    | 43 |
| 儿童不要过量食用桑椹 .....   | 43 |
| 儿童忌食皮蛋 .....       | 43 |
| 儿童忌多吃鱼松 .....      | 43 |
| 儿童不要多吃午餐肉 .....    | 43 |
| 儿童忌多吃罐头 .....      | 43 |
| 儿童忌多吃咸鱼 .....      | 44 |
| 儿童忌摄入过多糖类 .....    | 44 |
| 儿童忌多吃巧克力 .....     | 44 |
| 儿童忌多吃泡泡糖 .....     | 44 |
| 儿童不宜吃酒心糖 .....     | 44 |
| 儿童不宜多用甜食 .....     | 44 |
| 儿童忌多食蜂蜜 .....      | 44 |
| 儿童忌用葡萄糖代白糖 .....   | 45 |
| 儿童忌饭前乱吃糖 .....     | 45 |
| 孩子忌乱饮饮料 .....      | 45 |

|                    |    |
|--------------------|----|
| 儿童忌多喝甜水 .....      | 45 |
| 儿童忌喝茶 .....        | 45 |
| 儿童忌大量饮用宝宝福 .....   | 45 |
| 小孩不宜喝可口可乐 .....    | 45 |
| 儿童忌饮酒 .....        | 45 |
| 儿童忌喝啤酒 .....       | 46 |
| 儿童忌空腹喝牛奶 .....     | 46 |
| 儿童忌多吃补品 .....      | 46 |
| 健康儿童勿服人参 .....     | 46 |
| 儿童忌吃加入人参的食品 .....  | 46 |
| 儿童补锌忌过量 .....      | 46 |
| 儿童忌摄入高铅涂料 .....    | 46 |
| 夏季儿童饮食忌污染 .....    | 46 |
| 夏季儿童饮食要注意质量 .....  | 47 |
| 夏季儿童饮食不干净 .....    | 47 |
| 夏季儿童忌饮食过量 .....    | 47 |
| 儿童忌睡眠太少 .....      | 47 |
| 儿童睡前忌吃零食和不刷牙 ..... | 47 |
| 孩子睡前切忌讲可怕的故事 ..... | 47 |
| 儿童看电视后忌马上入睡 .....  | 47 |
| 儿童忌睡懒觉 .....       | 47 |
| 儿童忌蒙头睡觉 .....      | 48 |
| 儿童睡眠忌不讲姿势 .....    | 48 |
| 儿童忌趴着睡 .....       | 48 |
| 儿童忌左侧卧或俯卧睡觉 .....  | 48 |
| 儿童忌含棍棒 .....       | 48 |
| 儿童忌玩丢弃的注射器 .....   | 48 |
| 儿童忌吸气球碎片 .....     | 48 |
| 儿童忌玩砂土 .....       | 48 |
| 儿童忌侧坐自行车架 .....    | 48 |

|                       |    |
|-----------------------|----|
| 儿童忌搬弄拆迭家具 .....       | 49 |
| 儿童手指忌套猴皮筋 .....       | 49 |
| 儿童忌摆弄火烛 .....         | 49 |
| 儿童忌扳手腕比手劲 .....       | 49 |
| 儿童忌翻跟斗 .....          | 49 |
| 儿童切忌倒立 .....          | 49 |
| 儿童忌静力性力量训练 .....      | 49 |
| 儿童忌长跑 .....           | 50 |
| 儿童忌在汽车底下捉迷藏 .....     | 50 |
| 儿童忌骑车上街 .....         | 50 |
| 影响儿童身心健康的 8 种做法 ..... | 50 |
| 切忌让孩子玩猫 .....         | 51 |
| 不宜强迫孩子运动 .....        | 51 |
| 忌过多地干预儿童的活动 .....     | 51 |
| 忌限制儿童的人际交往 .....      | 51 |
| 忌让孩子玩弄电器 .....        | 51 |
| 谨防儿童“电子游戏病” .....     | 51 |
| 儿童忌用耳机 .....          | 51 |
| 儿童忌立体声 .....          | 52 |
| 儿童忌用劣质电子琴 .....       | 52 |
| 儿童看电视忌时间过长 .....      | 52 |
| 儿童看电视忌位置太近 .....      | 52 |
| 儿童看电视忌室内光线太暗 .....    | 52 |
| 儿童看电视忌每晚必看 .....      | 52 |
| 儿童看电视忌大声喧闹 .....      | 52 |
| 忌让小孩躺着看电视 .....       | 52 |
| 看彩电有损儿童视力 .....       | 52 |
| 儿童忌电视孤独症 .....        | 53 |
| 切忌乱纠正“左撇子” .....      | 53 |
| 儿童看小人书后忌不洗手 .....     | 53 |

|                           |    |
|---------------------------|----|
| 儿童入学忌过早 .....             | 53 |
| 儿童忌看书入迷 .....             | 53 |
| 忌让孩子埋在书堆里 .....           | 53 |
| 儿童默写忌过量 .....             | 53 |
| 儿童书包忌过重 .....             | 53 |
| 儿童忌咬铅笔头 .....             | 54 |
| 儿童忌随意揉眼睛 .....            | 54 |
| 儿童忌随意挖鼻孔 .....            | 54 |
| 儿童忌随意掏耳朵 .....            | 54 |
| 儿童忌爱吐唾沫 .....             | 54 |
| 儿童忌随地吐痰和任意咽痰 .....        | 54 |
| 儿童忌用嘴呼吸 .....             | 54 |
| 儿童忌用含氟牙膏 .....            | 54 |
| 儿童忌不爱洗澡 .....             | 55 |
| 儿童退烧后忌马上洗澡 .....          | 55 |
| 儿童皮肤不好时忌洗澡 .....          | 55 |
| 患病儿童忌洗澡 .....             | 55 |
| 儿童萎靡不振忌洗澡 .....           | 55 |
| 儿童颈上的钥匙绳带忌太短 .....        | 55 |
| 儿童忌长期用一侧牙齿咀嚼食物 .....      | 55 |
| 儿童戒模仿有口吃的人说话 .....        | 55 |
| 儿童忌作息不定时 .....            | 55 |
| 儿童忌太胖 .....               | 56 |
| 胖儿减肥忌操之过急 .....           | 56 |
| 儿童忌接触卫生球 .....            | 56 |
| 儿童忌腹背受凉 .....             | 56 |
| 儿童忌被动吸烟 .....             | 56 |
| 遗尿儿童忌责骂 .....             | 56 |
| 不要认为儿童脸上有“虫斑”腹中必有蛔虫 ..... | 56 |
| 切忌省点电灯费,坏了孩子一双眼 .....     | 56 |