

现代家庭教育丛书



74
0

儿童保健与营养

现代家庭教育丛书

儿童保健与营养

山东省妇女联合会 编
山东省家庭教育研究会

山东科学技术出版社

一九八八年·济南

《现代家庭教育丛书》编辑委员会

主 任 杨衍银

副 主 任 董香菊 侯逾璋 王为珍

编 委 (按姓氏笔画为序)

于秀珍 马沛然 王秀娟 白振汉 曲声赞

孙国丽 杨亚超 吴韵明 张承芬 张桂芝

赵志毅 赵晓罗 袁希梅 徐秀源 徐胜三

董启平 管叙玲

本书作者 马沛然 赵晓罗 袁希梅

责任编辑 胡新蓉

封面设计 冯 立

现代家庭教育丛书

儿童保健与营养

山东省妇女联合会 编
山东省家庭教育研究会

*

山东科学技术出版社出版
(济南市玉函路)

山东省新华书店发行

山东新华印刷厂印刷

*

787×1092毫米32开本 4.625印张 88千字

1988年3月第1版 1988年3月第1次印刷

印数: 1—163000

ISBN 7—5331—0280—0/G·23

定价 1.15 元

前 言

家庭是培养人才的天然而永久的学校，父母是孩子的首任而终身的教师。家庭教育则是人生最漫长的教育，它与儿童身心健康、性格形成、智力开发等有着密切的联系。

当今，望子成龙是每个父母的共同愿望，但是，仅有望子成龙之心而无教子成才之方，缺乏科学的保健和教育方法，良好的愿望是难以实现的。为了提高家庭教育水平，使家庭教育与学校教育、社会教育同步发展，充分发挥儿童的潜在能力，激发他们的创造力，为他们走向社会、走向人生做好身体、文化、思想道德等方面的充分准备，培养出四化建设的有用人才，我们特邀请了教育、卫生等方面的专家、教授编写了这套《现代家庭教育丛书》。

《现代家庭教育丛书》共分四册：《儿童保健与营养》、《儿童常见病防治》、《婴幼儿心理与教育》、《中小学学生心理与教育》。书中介绍了儿童少年家庭教育的最新、最基本、最重要的内容，为广大家长提供了儿童生理保健、营养膳食、疾病防治、心理教育、智力开发及家庭教育方法等多方面的科学知识。

《现代家庭教育丛书》立足于培养适合我国四化建设需要的开拓型、创造型人才，既坚持科学性、教育性、知识

性，又力求实用性、艺术性。它抛开了以往教科书的章节规范，避免了冗长的理论阐述，而是以一个个醒目的小标题将心理学、教育学、生理学、社会学、伦理学等多方面的知识，有机地融进了需要解决的每个实际问题之中，深入浅出，通俗易懂，使读者倍感亲切自然，易于接受。

该丛书各分册自成体系，适应各个年龄段儿童少年的家长的需要，有较强的针对性，可作为各类家长学校的教材，是广大家长的良师益友。

《儿童保健与营养》是该丛书中的一册，由马沛然、赵晓罗、袁希梅编写，杨亚超主审。它主要向家长介绍了儿童不同时期的生长发育特点、营养需求，以及如何合理喂养婴幼儿，使儿童茁壮成长等知识。

由于我们经验不足，水平所限，不当之处，敬请家长、家庭教育工作者不吝赐教。

编 者

1988年1月

目 录

小儿发育.....	(1)
生长发育是小儿走向成熟的过程.....	(1)
影响小儿生长发育的因素.....	(10)
小儿生长发育的特点与规律.....	(12)
小儿体重增长规律.....	(13)
小儿身高增长规律.....	(16)
小儿头部、胸部与腹部的发育规律.....	(18)
小儿脊柱发育与脊柱异常弯曲.....	(20)
小儿牙齿和骨化中心的发育.....	(21)
小儿感觉、运动和智力发育.....	(23)
小儿呼吸系统的特点和发育.....	(29)
小儿消化系统的特点和发育.....	(31)
正常小儿大便的特点.....	(32)
正常小儿尿的特点.....	(33)
正常小儿血液的特点.....	(35)
小儿的心率、心律和血压.....	(36)
小儿免疫系统的发育.....	(38)
小儿生殖系统的发育.....	(40)
儿童保健.....	(43)

让健康、聪明的小宝宝降临人间·····	(43)
保护好呱呱坠地的新生儿·····	(47)
注意新生儿的特殊情况·····	(51)
新生儿啼哭是正常的生理活动·····	(54)
及早发现婴儿的异常现象·····	(55)
正确对待小儿生理性呕吐·····	(58)
新生儿应具有神经反射能力·····	(60)
新生儿时期的智力开发·····	(62)
保护好孩子的牙齿·····	(64)
给孩子一双敏锐的眼睛·····	(68)
计划免疫·····	(73)
小儿营养 ·····	(79)
人体需要的营养素·····	(79)
平衡膳食与各类食物的营养价值·····	(96)
婴儿喂养及辅食添加的方法·····	(99)
合理安排幼儿及学龄儿童膳食·····	(107)
婴儿治疗奶、饮料的配制及适用范围·····	(111)
儿童常见病饮食疗法·····	(114)
烹调与营养素的保存·····	(121)
儿童常用食谱·····	(132)

小儿发育

生长发育是小儿走向成熟的过程

生长是指量的增加，就是指体重、身长、头围、胸围、牙齿等数量的增加；发育是指身体各器官，如心脏、脑、肺等功能的完善，是质的进步。

群众有句谚语，叫做“只怕不生，不怕不长”，意思是说，只要孩子生出来，自己自然而然会长大，不必害怕。这句谚语只对了一半，因为孩子不生出来当然不会长大，谁也没有办法。但是生出来以后，如果不注意正确喂养，不了解孩子生长发育的规律，不及时发现和解决孩子生长发育中存在的问题，那么孩子会长不好，甚至长不大。

儿童是祖国的花朵，是祖国的未来，将来社会主义祖国的建设和繁荣就要依靠他们。如果孩子身体不好，生长发育落后，就不会有良好的智力发育，自然也就不可能成才，更不可能担负起保卫祖国和建设祖国的重任。

1985年中华人民共和国卫生部对哈尔滨、北京、西安、上海、南京、武汉、广州、福州、昆明9城市的市区和郊区152874名儿童的生长发育进行了调查和体格测量。调查项目有体重、身长、坐高、胸围、头围、臂围。调查结果列入表1～表4。1983年山东省卫生厅妇幼卫生处也对7岁以下

表 1 九市城区正常男童体格发育的衡量数字 (1985年)

年 龄 组	人 数	体 重	身 高	坐 高	胸 围	头 围	臂 围
		$\bar{X}$ SD	$\bar{X}$ SD	$\bar{X}$ SD	$\bar{X}$ SD	$\bar{X}$ SD	$\bar{X}$ SD
初 生	1800	3.21 0.37	50.2 1.7	33.5 1.4	32.3 1.5	33.9 1.2	10.5 0.8
1 月~	1800	4.90 0.61	56.5 2.3	37.5 1.8	37.3 1.8	37.8 1.2	12.1 1.1
2 月~	1800	6.02 0.73	60.1 2.4	39.7 1.8	39.8 1.8	39.6 1.3	13.3 1.1
3 月~	1800	6.74 0.77	62.4 2.4	41.0 1.7	41.2 1.9	40.8 1.3	13.9 1.1
4 月~	1800	7.36 0.80	64.5 2.4	42.1 1.8	42.3 2.0	42.0 1.2	14.3 1.1
5 月~	1800	7.79 0.83	66.3 2.3	43.0 1.7	43.0 1.9	42.8 1.2	14.4 1.1
6 月~	1800	8.39 0.94	68.6 2.6	44.1 1.8	43.9 2.1	43.9 1.3	14.6 1.1
8 月~	1800	9.00 0.98	71.3 2.6	45.5 1.8	44.9 2.1	45.0 1.3	14.7 1.1
10 月~	1800	9.44 1.04	73.8 2.7	46.7 1.9	45.6 2.0	45.7 1.3	14.7 1.2
12 月~	1800	9.87 1.04	76.5 2.8	47.9 2.0	46.2 2.0	46.3 1.3	14.7 1.1
15 月~	1800	10.38 1.12	79.2 2.9	49.3 2.0	47.1 2.0	46.8 1.3	14.7 1.1
18 月~	1800	10.88 1.14	81.6 3.2	50.4 2.1	47.8 2.0	47.4 1.3	14.9 1.1
21 月~	1800	11.42 1.23	84.4 3.2	51.7 2.1	48.4 2.0	47.8 1.3	14.9 1.1
2.0 岁~	1800	12.24 1.28	87.9 3.5	53.3 2.2	49.4 2.0	48.2 1.3	15.2 1.1
2.5 岁~	1800	13.13 1.34	91.7 3.7	54.8 2.3	50.2 2.0	48.8 1.3	15.4 1.0
3.0 岁~	1800	13.95 1.51	95.1 3.7	55.9 2.3	50.9 2.1	49.1 1.3	15.5 1.1
3.5 岁~	1800	14.75 1.58	98.5 3.9	57.2 2.3	51.7 2.1	49.6 1.2	15.5 1.1
4.0 岁~	1800	15.61 1.75	102.1 4.2	58.7 2.4	52.3 2.1	49.8 1.3	15.6 1.1
4.5 岁~	1800	16.49 1.84	105.3 4.3	60.0 2.4	53.0 2.2	50.1 1.3	15.7 1.1
5.0 岁~	1800	17.39 2.05	108.6 4.5	61.5 2.5	53.8 2.4	50.4 1.4	15.7 1.2
5.5 岁~	1800	18.30 2.13	111.6 4.5	62.7 2.5	54.6 2.3	50.6 1.3	15.9 1.2
6 ~ 7 岁	1800	19.81 2.56	116.2 4.9	64.7 2.6	55.8 2.7	50.9 1.4	16.2 1.4

注: 体重单位为公斤, 身高等长度单位为厘米。 $\bar{X}$ 为平均值, SD为标准差。

表 2 九市城区正常女童体格发育的衡量数字 (1985年)

年 龄 组	人 数	体 重 $\frac{\bar{X}}{SD}$	身 高 $\frac{\bar{X}}{SD}$	坐 高 $\frac{\bar{X}}{SD}$	胸 围 $\frac{\bar{X}}{SD}$	头 围 $\frac{\bar{X}}{SD}$	臂 围 $\frac{\bar{X}}{SD}$
初 生	1794	3.12	49.6	33.1	32.2	33.5	10.5
1 月~	1800	4.60	55.6	36.7	36.5	37.1	11.8
2 月~	1800	5.54	58.8	38.7	38.7	38.6	12.9
3 月~	1800	6.22	61.1	40.0	40.1	39.8	13.5
4 月~	1800	6.73	63.1	41.1	41.1	40.9	13.8
5 月~	1800	7.24	64.8	41.9	41.9	41.8	13.9
6 月~	1800	7.78	67.0	43.0	42.9	42.8	14.2
8 月~	1800	8.36	69.7	44.4	43.7	43.8	14.2
10 月~	1800	8.80	72.3	45.6	44.4	44.5	14.3
12 月~	1800	9.24	75.1	46.9	45.1	45.2	14.3
15 月~	1800	9.78	77.9	48.3	45.9	45.8	14.5
18 月~	1800	10.33	80.4	49.6	46.7	46.2	14.6
21 月~	1800	10.87	83.1	50.8	47.3	46.7	14.7
2.0岁~	1800	11.66	86.6	52.4	48.2	47.2	15.0
2.5岁~	1800	12.55	90.3	53.9	49.1	47.7	15.2
3.0岁~	1800	13.44	94.2	55.2	49.8	48.1	15.4
3.5岁~	1800	14.26	97.3	56.3	50.6	48.5	15.5
4.0岁~	1800	15.21	101.2	58.0	51.2	48.9	15.6
4.5岁~	1800	16.12	104.5	59.4	52.0	49.2	15.8
5.0岁~	1800	16.79	107.6	60.6	52.4	49.4	15.8
5.5岁~	1800	17.72	110.8	62.1	53.2	49.6	15.8
6~7 岁	1800	19.08	115.1	64.0	54.1	50.0	16.0
							16.0
							1.3

表 3 九市郊区正常男童体格发育的衡量数字 (1985年)

年 龄 组	人 数	体 重 $\frac{\bar{X}}{SD}$	身 高 $\frac{\bar{X}}{SD}$	坐 高 $\frac{\bar{X}}{SD}$	胸 围 $\frac{\bar{X}}{SD}$	头 围 $\frac{\bar{X}}{SD}$	臂 围 $\frac{\bar{X}}{SD}$
初 生	1530	3.22	50.2	33.5	32.5	34.0	10.4
1 月	1480	4.95	56.4	37.3	37.3	37.8	12.0
2 月	1480	5.96	59.7	39.5	39.5	39.6	13.0
3 月	1480	6.60	61.7	40.6	40.8	40.7	13.4
4 月	1480	7.19	63.7	41.8	41.8	41.7	13.9
5 月	1470	7.53	65.3	42.4	42.4	42.6	14.0
6 月	1480	8.05	67.5	43.6	43.4	43.6	14.1
8 月	1530	8.58	70.0	44.8	44.2	44.5	14.1
10 月	1530	8.94	72.3	45.9	44.8	45.1	14.1
12 月	1800	9.34	74.9	47.1	45.4	45.7	14.1
15 月	1800	9.81	77.4	48.3	46.3	46.4	14.1
18 月	1800	10.29	79.6	49.3	47.1	46.9	14.2
21 月	1800	10.79	81.9	50.4	47.6	47.2	14.3
2.0 岁	1800	11.61	85.4	52.1	48.7	47.8	14.6
2.5 岁	1800	12.50	88.9	53.5	49.8	48.3	14.8
3.0 岁	1800	13.42	92.5	54.7	50.7	48.7	15.0
3.5 岁	1800	14.13	95.4	55.8	51.4	49.0	15.1
4.0 岁	1800	14.94	99.0	57.3	52.2	49.3	15.2
4.5 岁	1800	15.69	102.0	58.7	52.9	49.6	15.2
5.0 岁	1800	16.46	105.3	60.0	53.5	49.9	15.2
5.5 岁	1800	17.22	108.1	61.3	54.2	50.1	15.3
6 ~ 7 岁	1800	18.34	111.8	62.8	55.2	50.3	15.5

表 4 九市郊区正常女童体格发育的衡量数字 (1985年)

年 龄 组	人 数	体 重 $\bar{X}$ SD	身 高 $\bar{X}$ SD	坐 高 $\bar{X}$ SD	胸 围 $\bar{X}$ SD	头 围 $\bar{X}$ SD	臂 围 $\bar{X}$ SD
初 生	1530	3.11 0.34	49.6 1.7	33.2 1.3	32.3 1.3	33.5 1.1	10.3 0.8
1月~	1480	4.67 0.61	55.5 2.5	36.6 1.9	36.6 1.9	37.1 1.4	11.7 1.1
2月~	1480	5.48 0.67	58.4 2.4	38.5 1.8	38.5 1.8	38.6 1.3	12.6 1.1
3月~	1480	6.07 0.70	60.4 2.3	39.6 1.7	39.7 1.8	39.7 1.3	13.0 1.1
4月~	1480	6.59 0.80	62.2 2.4	40.6 1.7	40.6 1.9	40.7 1.3	13.4 1.1
5月~	1470	7.04 0.79	64.0 2.4	41.5 1.8	41.4 1.9	41.5 1.3	13.5 1.1
6月~	1480	7.48 0.88	66.0 2.6	42.5 1.9	42.3 2.0	42.5 1.3	13.7 1.1
8月~	1530	7.89 0.85	68.4 2.6	43.7 1.8	42.9 1.8	43.3 1.3	13.7 1.1
10月~	1530	8.26 0.95	70.8 2.8	44.9 1.9	43.5 2.0	43.9 1.3	13.6 1.1
12月~	1800	8.71 0.98	73.4 3.0	46.0 2.0	44.2 1.9	44.6 1.3	13.7 1.1
15月~	1800	9.22 1.05	76.0 3.0	47.2 2.0	45.1 1.9	45.2 1.3	13.8 1.1
18月~	1800	9.77 1.08	78.5 3.3	48.4 2.1	46.0 1.9	45.7 1.3	14.0 1.1
21月~	1800	10.21 1.07	80.6 3.3	49.5 2.2	46.7 1.9	46.2 1.3	14.1 1.1
2.0岁~	1800	10.98 1.17	83.8 3.7	51.1 2.2	47.6 2.0	46.6 1.3	14.4 1.1
2.5岁~	1800	11.97 1.23	87.8 3.7	52.7 2.2	48.8 2.0	47.3 1.3	14.7 1.0
3.0岁~	1800	12.79 1.33	91.0 4.0	53.8 2.3	49.5 2.0	47.6 1.3	14.9 1.0
3.5岁~	1800	13.70 1.40	94.6 4.0	55.2 2.3	50.5 2.0	48.1 1.3	15.0 1.0
4.0岁~	1800	14.32 1.51	97.8 4.2	56.5 2.4	50.9 2.1	48.3 1.3	15.0 1.0
4.5岁~	1800	15.14 1.56	101.0 4.2	57.8 2.4	51.6 2.1	48.7 1.3	15.2 1.0
5.0岁~	1800	15.94 1.71	104.3 4.3	59.3 2.5	52.1 2.1	48.9 1.3	15.2 1.1
5.5岁~	1800	16.63 1.75	106.9 4.5	60.5 2.5	52.8 2.1	49.2 1.3	15.3 1.0
6~7岁	1800	17.92 1.97	111.3 4.9	62.4 2.7	53.9 2.2	49.5 1.3	15.5 1.1

表 5 山东省城市正常男童生长
发育的衡量数字(1983年)

年龄组	人数	体 重		身 长		头 围		胸 围		坐 高	
		均值	标准差	均值	标准差	均值	标准差	均值	标准差	均值	标准差
出 生	225	3.67	0.50	53.44	2.71	35.32	1.50	33.76	1.67	35.61	2.21
1 月~	218	5.12	0.69	58.08	2.51	38.12	1.33	37.77	1.92	38.65	1.95
2 月~	229	6.23	0.70	61.23	2.45	39.71	1.16	40.12	1.97	40.94	1.84
3 月~	288	7.05	0.79	63.53	2.19	40.92	1.21	41.78	1.91	42.15	1.61
4 月~	243	7.67	0.85	65.27	2.31	41.93	1.26	42.61	2.00	42.86	1.74
5 月~	242	8.10	0.83	67.03	2.34	42.90	1.28	43.27	1.90	43.62	1.76
6 月~	233	8.57	0.98	69.05	2.54	43.87	1.20	43.96	1.93	44.63	1.81
8 月~	238	9.34	0.94	72.16	2.55	45.02	1.27	45.15	1.72	45.87	1.73
10月~	238	9.82	1.06	74.62	2.78	45.72	1.31	45.92	1.94	47.18	1.88
12月~	243	10.31	1.09	77.45	2.93	46.21	1.30	46.38	1.92	48.51	2.02
15月~	241	10.85	1.66	80.39	2.66	46.80	1.20	47.29	1.80	49.93	1.94
18月~	243	11.37	1.14	82.29	3.02	47.42	1.19	48.07	1.82	50.83	2.13
21月~	235	11.86	1.24	85.36	3.04	47.66	1.35	48.80	1.89	52.24	2.31
24月~	238	12.74	1.15	88.74	3.24	48.17	1.27	49.61	1.75	53.71	1.99
2.5岁~	241	13.54	1.29	92.21	3.78	48.77	1.33	50.24	1.72	55.31	2.09
3.0岁~	249	14.31	1.46	96.35	3.62	48.97	1.23	51.08	1.77	56.85	1.97
3.5岁~	241	15.38	1.25	99.59	3.68	49.29	1.18	51.98	1.67	58.06	1.96
4.0岁~	240	16.15	1.65	103.46	3.94	49.60	1.19	52.63	1.83	59.66	2.45
4.5岁~	238	16.83	1.67	106.39	3.95	49.85	1.16	52.98	1.86	60.84	2.26
5.0岁~	236	17.82	1.92	109.78	4.36	50.03	1.38	53.87	2.06	62.12	2.42
5.5岁~	248	18.60	1.88	112.01	4.16	50.29	1.28	54.53	2.16	63.14	2.26
6.0岁~	242	20.30	2.29	116.96	4.50	60.67	1.35	55.77	2.52	65.46	2.21

表 6 山东省城市正常女童生长
发育的衡量数字(1983年)

年龄组	人数	体 重		身 长		头 围		胸 围		坐 高	
		均值	标准差	均值	标准差	均值	标准差	均值	标准差	均值	标准差
出 生	225	3.55	0.49	52.26	2.60	34.86	1.41	33.39	1.64	34.82	2.22
1 月~	226	4.79	0.58	57.02	2.29	37.26	1.18	36.92	1.79	37.84	1.95
2 月~	232	5.77	0.70	60.07	2.40	38.70	1.16	38.96	1.77	40.01	1.89
3 月~	232	6.54	0.73	62.66	2.25	40.03	1.33	40.55	1.90	41.30	1.72
4 月~	246	7.04	0.73	63.95	2.21	40.93	1.22	41.30	1.84	41.90	1.71
5 月~	241	7.48	0.76	65.55	2.21	41.71	1.16	42.02	1.72	42.80	1.70
6 月~	224	8.13	0.81	67.80	2.35	42.84	1.22	43.04	1.90	43.59	1.58
8 月~	247	8.74	0.95	70.84	2.68	43.92	1.20	44.02	1.88	44.99	1.84
10月~	241	9.23	0.93	73.06	2.70	44.66	1.24	44.69	1.65	46.05	1.80
12月~	249	9.50	0.98	75.63	2.57	45.17	1.17	45.25	1.70	47.22	1.88
15月~	241	10.19	1.02	78.93	2.84	45.84	1.24	46.00	1.84	49.11	2.17
18月~	242	10.80	1.11	81.58	3.01	46.17	1.30	46.97	1.83	50.34	1.83
21月~	232	11.49	1.16	84.56	3.01	46.69	1.16	47.76	1.74	51.64	1.86
24月~	233	12.03	1.30	87.72	3.37	46.95	1.22	48.26	1.76	52.78	2.02
2.5岁~	243	12.94	1.30	91.07	3.42	47.55	1.13	49.19	1.77	54.30	2.08
3.0岁~	242	13.87	1.40	95.21	3.64	48.02	1.22	50.06	2.02	55.64	2.22
3.5岁~	233	14.97	1.56	99.26	3.78	48.43	1.17	50.96	1.86	57.55	2.18
4.0岁~	234	15.99	1.65	103.27	4.12	48.87	1.25	51.61	1.94	59.10	2.40
4.5岁~	237	16.41	1.80	105.28	3.43	48.98	1.19	51.93	1.90	59.80	2.16
5.0岁~	237	16.99	1.73	107.99	3.96	49.09	1.17	52.35	1.87	61.03	2.30
5.5岁~	245	18.26	1.86	111.73	4.04	49.50	1.33	53.40	2.16	62.70	2.26
6.0岁~	243	19.76	2.52	116.13	5.26	49.92	1.18	54.31	2.42	64.69	2.66

表 7 山东省农村正常男童生长
发育的衡量数字(1983年)

年龄组	人数	体 重		身 长		头 围		胸 围		坐 高	
		均值	标准差	均值	标准差	均值	标准差	均值	标准差	均值	标准差
出 生	359	3.61	0.59	52.03	2.55	35.10	1.64	33.62	2.00	34.73	2.03
1 月~	337	5.14	0.76	57.01	2.77	37.98	1.52	37.80	2.23	38.13	2.13
2 月~	357	6.05	0.76	60.01	2.43	39.33	1.51	39.59	2.16	40.26	1.96
3 月~	382	6.85	0.84	62.54	2.25	40.65	1.32	40.95	2.03	41.37	1.83
4 月~	384	7.45	0.87	64.21	2.34	41.73	1.38	41.83	1.99	42.19	1.85
5 月~	385	7.77	0.87	65.52	2.34	42.42	1.27	42.33	1.81	42.84	1.90
6 月~	383	8.26	0.96	68.18	2.99	43.59	1.42	43.11	2.01	43.64	1.87
8 月~	396	8.68	1.02	70.36	3.03	44.51	1.46	43.84	2.10	44.84	1.97
10月~	400	9.01	0.98	72.42	2.84	45.09	1.34	44.52	1.99	45.94	1.89
12月~	397	9.58	1.03	75.40	3.01	45.76	1.41	45.38	1.93	47.48	2.16
15月~	380	10.02	1.04	77.85	3.05	46.20	1.41	46.08	1.95	48.54	2.12
18月~	392	10.51	1.12	80.34	3.17	46.72	1.49	46.89	1.92	49.79	2.14
21月~	369	11.16	1.20	82.70	3.40	47.11	1.51	47.80	1.97	50.97	2.32
24月~	385	11.70	1.21	85.44	3.39	47.14	1.43	48.25	1.86	52.20	2.18
2.5岁~	399	12.54	1.33	88.68	3.72	47.84	1.49	49.41	2.01	53.39	2.34
3.0岁~	413	13.59	1.49	92.25	4.03	48.17	1.51	50.37	2.10	54.75	2.64
3.5岁~	364	14.43	1.57	95.51	3.81	48.64	1.46	51.64	2.09	55.91	2.37
4.0岁~	358	15.19	1.45	98.95	3.98	48.80	1.35	52.12	2.01	57.36	2.31
4.5岁~	379	15.74	1.43	101.22	3.83	49.12	1.34	52.78	2.03	58.34	2.62
5.0岁~	369	16.68	1.56	104.61	4.36	49.27	1.43	53.32	2.11	59.63	2.62
5.5岁~	400	17.27	1.73	106.98	4.63	49.60	1.41	54.13	2.09	60.63	2.74
6.0岁~	386	18.53	1.84	111.33	4.86	49.72	1.44	55.11	2.36	62.39	2.81

表 8 山东省农村正常女童生长发育的衡量数字(1983年)

年龄组	人数	体 重		身 长		头 围		胸 围		坐 高	
		均值	标准差	均值	标准差	均值	标准差	均值	标准差	均值	标准差
出 生	339	3.48	0.51	51.47	2.57	34.62	1.54	33.28	1.91	34.28	1.92
1 月~	332	4.68	0.64	55.55	2.47	37.03	1.46	36.71	2.01	37.17	1.87
2 月~	342	5.57	0.73	58.65	2.60	38.30	1.35	38.56	1.96	39.02	1.92
3 月~	365	6.32	0.70	61.24	2.35	39.75	1.31	39.98	1.97	40.39	1.87
4 月~	374	6.88	0.80	62.91	2.36	40.76	1.40	40.83	2.09	41.21	1.83
5 月~	379	7.19	0.80	64.28	2.51	41.43	1.41	41.17	1.90	41.86	1.84
6 月~	355	7.60	0.90	66.39	2.81	42.32	1.49	42.09	2.16	42.51	1.93
8 月~	381	8.04	0.92	68.73	2.81	43.22	1.40	42.73	1.95	43.72	1.86
10月~	384	8.45	0.92	71.26	3.00	44.00	1.35	43.59	2.02	45.16	1.96
12月~	401	8.97	1.05	73.75	2.82	44.58	1.50	44.39	1.96	46.37	1.91
15月~	374	9.41	1.01	76.33	2.81	45.03	1.30	45.09	1.90	47.71	1.96
18月~	388	10.00	1.13	79.00	3.09	45.57	1.42	45.91	1.86	48.80	2.14
21月~	364	10.36	1.09	80.64	3.09	45.71	1.31	46.39	1.84	49.50	2.12
24月~	379	11.23	1.16	84.53	3.52	46.40	1.42	47.65	2.07	51.54	2.40
2.5岁~	393	12.05	1.32	87.47	3.87	46.72	1.32	48.43	1.97	52.39	2.68
3.0岁~	400	13.04	1.33	91.71	3.93	47.38	1.50	49.37	2.10	54.27	2.37
3.5岁~	363	13.84	1.34	94.39	3.98	47.44	1.40	50.36	1.89	55.20	2.58
4.0岁~	354	14.58	1.31	97.27	3.74	47.75	1.29	50.86	1.98	56.40	2.19
4.5岁~	388	15.30	1.46	100.34	4.14	48.11	1.36	51.64	1.94	57.69	2.54
5.0岁~	367	16.12	1.46	103.72	4.51	48.24	1.31	52.23	2.14	58.94	2.69
5.5岁~	379	16.81	1.72	106.10	4.94	48.55	1.38	52.93	2.08	60.06	2.69
6.0岁~	393	17.93	1.90	109.96	5.29	48.84	1.43	53.76	2.20	61.85	2.90

36,000余名正常儿童生长发育进行调查,其结果列于表5~表8,供家长及小儿保健、教育工作者参考。如果发现自己的孩子生长发育情况显著落后于我国儿童平均生长发育情况,应到医院找儿科医生查一查,找一找原因。

从山东省7岁以下儿童生长发育调查分析来看,父母亲文化水平较高,家庭人口少,有利于儿童生长发育,未发现家庭经济情况、居住条件与儿童生长发育有密切关系。总的看来,提高父母的文化水平,普及养育孩子的知识,是使小儿正常生长发育的主要环节。

影响小儿生长发育的因素

体格发育是随年龄增长而发展的,各年龄均有不同的正常值,每个人又有各自的不同点,这种不同点称为个体差异。个体差异随年龄的增长越来越显著,青春期差异最大。小儿生长发育的正常值不是绝对的,只有考虑每个人的个体差异,才能较正确地判断发育是否正常。影响小儿生长发育较大的因素有:遗传因素、环境条件、孕妇状况、营养状况、教育方式、体格锻炼及疾病等。

遗传因素:小儿生长发育的特点、潜力、趋向和限度等都受其父母遗传因素的影响,如身材高矮、面部特征、性成熟的早晚、皮肤与头发的颜色等。上海医科大学儿科医院研究了小儿身高与父母身高的关系,发现出生时二者相关不显著,到小儿满月时,其身高与父亲或母亲,以及父母的平均身高显著相关。小儿6个月以后这种相关更为显著。小儿身