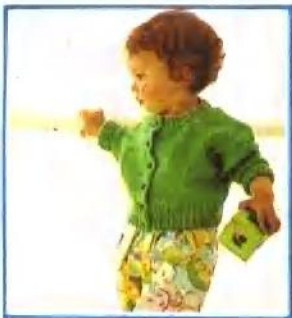


主编 艾 明 潘瑞芹



家庭 育儿 365 问

中

版
社

图书在版编目(CIP)数据

家庭育儿 365 问/艾明,潘瑞芹主编. —北京:中国人口出版社,1995

ISBN 7-80079-294-3

I. 家… II. ①艾…②潘… III. ①婴幼儿-妇幼保健-问答
②家庭教育-婴幼儿 IV. R174—44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(95) 第 17284 号

家庭育儿 365 问

艾 明 潘瑞芹 主编

*

中国人口出版社出版发行

(北京市海淀区大慧寺 12 号 邮政编码:100081)

北京师范大学印刷厂印刷

新华书店经销

*

开本:787×1092 毫米 1/32 印张:10 字数:225 千字

1996 年 2 月第 1 版 1996 年 2 月第 1 次印刷

印数:1—11 000 册

ISBN 7-80079-294-3/R·68

定价:8.50 元

前 言

大约在四五年以前,一位朋友拿来本叫做《妇女保健 365 问》的小册子,初见时以为与一般科普书并无不同,细细看了一部分方知其妙。原来书中所收题目均十分注重实用性,似乎是以“常见”、“重要”、“易忽视”等几个方面的问题所组成,既可按 365 天每天一题去随手翻阅,也可以随心所欲按需查看。由此想到书法界前辈于右任先生称练草书可每日一字,几年内便可成气候之说,更觉此书编排的特殊用意。若读者每日,仅用 3~5 分钟读上一个小题,1 年之后便可粗知较为全面的保健知识,这实在是省力而又快捷的方法了。稍后经问及出版社同志才知,此书出版后历经几载长销不衰,出版社为此一再加印,更增加了对此书的好感。同时,也萌发了搞一本《家庭育儿 365 问》以献给年轻父母的意向。

然而,看一本好书容易,写一本像样的书则难上加难。《家庭育儿 365 问》自第一次拉出提纲到反复修改及确定样章,大约经过了 1 年之久。其写作、统稿、再编排也历尽坎坷,其中有编委会的人员增减、部分章节的反复退改、重新分类、语言文字的斟酌,也有编辑同志往返奔波,更有全体编委人员及出版人员对读者和销售商的调查。于是,终于有了一本尚未得到“上帝”肯定的科普小册子。

《家庭育儿 365 问》本着介绍科学知识、普及健康技能、帮

助家长排忧解难的态度,其中涉及的孩子们的问题以婴幼儿(3岁以下)为主,兼顾少数大孩子也会出现的问题。编排上将新生儿与婴幼儿分开,按生理、日常生活、护理、营养及相关疾病、疾病防治、不良习惯及家教进行编写,力争主题突出,以方便读者。

然而,尽管全体编委尽了很大的努力,但毕竟水平有限,书中部分写法及编排可能有不尽人意之处。希望广大读者给予批评,以利再版时改正。

编 者

1995年6月于 北京

目 录

一、新生儿期	(1)
(一)新生儿生理	(1)
1. 新生儿的身体有哪些特点	(1)
2. 如何为新生儿称体重,量身高	(2)
3. 新生儿的睡眠有什么特点	(3)
4. 新生儿呼吸不规则要紧吗	(3)
5. 新生儿的视力与听力有什么特点	(4)
6. 什么是新生儿“Apgar 评分”	(4)
7. 新生儿为什么会体重降低	(5)
8. 新生儿头发稀少要紧吗	(6)
9. 新生儿头上有“包”怎么办	(7)
10. 新生儿皮肤和白眼球发黄怎么办	(7)
11. 新生儿出现假月经怎么办	(8)
12. 什么是“马牙”	(8)
13. 新生儿乳房肿大、泌乳怎么办	(9)
(二)日常生活的护理	(10)
14. 新生儿适宜的环境是怎样的	(10)
15. 有新生儿的居室如何保持湿度和卫生	(11)
16. 母婴同室有什么好处	(11)
17. 怎样为新生儿准备衣物	(12)
18. 怎样给新生儿准备尿布	(13)
19. 如何给新生儿加温	(13)

20. 新生儿保暖为何不能过度	(14)
21. 如何为新生儿洗澡	(15)
22. 如何为新生儿换尿布	(16)
23. 为什么不宜捆绑新生儿	(16)
24. 怎样知道新生儿大小便是否正常	(17)
25. 怎样辨别新生儿的哭声	(18)
26. 怎样判断新生儿的视力是否正常	(19)
27. 怎样保护新生儿的皮肤	(19)
28. 怎样护理新生儿的五官	(20)
29. 怎样护理新生儿的脐部	(21)
30. 怎样护理早产儿	(21)
(三) 新生儿喂养	(22)
31. 为什么提倡母乳喂养	(22)
32. 母乳为何分为初乳、过渡乳和成熟乳	(23)
33. 孩子出生后多长时间应开始喂奶	(24)
34. 为什么一定要喂初乳	(25)
35. 新生儿一天喂几次奶合适	(25)
36. 怎样喂母乳	(26)
37. 怎样保证母乳充足	(27)
38. 怎样知道母乳是否充足	(28)
39. 乳母的营养需注意什么	(28)
40. 乳母为什么要注意生活调节	(29)
41. 怎样注意喂奶时的卫生	(30)
42. 什么情况下母亲不宜哺乳	(31)
43. 怎样进行乳房护理	(31)
44. 乳母禁忌的药物有哪些	(32)
45. 乳母患乳腺炎怎么办	(33)
46. 怎样区别呕吐与漾奶	(34)
47. 早产儿有什么特点? 喂养时需注意什么	(35)

48. 何时开始让孩子吃鱼肝油	(35)
(四) 疾病防治	(36)
49. 为什么剖宫产的孩子抵抗力低	(36)
50. 如何判断新生儿是否生病	(37)
51. 什么是新生儿病理性黄疸	(38)
52. 新生儿颅内出血为什么容易留后遗症	(39)
53. 什么是新生儿窒息	(40)
54. 如何防止新生儿硬肿症的发生	(41)
55. 新生儿患鹅口疮怎么办	(42)
56. 夏季怎样防止新生儿中暑	(43)
57. 新生儿脱水热是怎么回事	(43)
58. 新生儿溶血是怎么回事	(44)
59. 新生儿眼炎是怎么回事	(45)
60. 新生儿肺炎有什么特点	(45)
61. “七日风”是怎么回事	(46)
62. 新生儿为什么容易得败血症	(47)
63. “气肚脐”是怎么回事	(48)
64. 新生儿为什么会发生惊厥	(49)
65. 新生儿“臂红”的防治	(49)
66. 新生儿为什么发生便秘	(50)
67. 新生儿肺透明膜病是怎么回事	(51)
68. 新生儿脓疱病是怎么回事	(52)
69. 新生儿的耳朵常发生哪些疾病	(52)
70. 为什么早产儿特别容易贫血	(53)
71. 如何防止新生儿的意外伤害	(54)
二、婴幼儿期	(55)
(一) 婴幼儿生理	(55)
72. 小儿年龄阶段是如何划分的	(55)
73. 怎样估算 1 岁以内小儿的体重	(56)

74. 怎样估算 1 岁以内婴儿的身高	(56)
75. 小儿的动作发育有什么特点	(57)
76. 小儿的语言发育有什么特点	(57)
77. 小儿感觉发育有什么特点	(59)
78. 婴幼儿心理发育的时间有无规律	(60)
79. 小儿消化系统有什么特点	(61)
80. 婴幼儿每天睡多长时间	(61)
81. 小儿的作息时间应如何安排	(62)
82. 正常小儿的心率、呼吸和血压应该是多少	(63)
83. 哪些因素会影响婴幼儿的生长发育	(64)
84. 孩子为什么会出现语言困难	(65)
85. 囟门应何时关闭	(66)
86. 什么是小儿智力测验	(67)
87. “左撇子”有坏处吗	(68)
88. 为什么孩子爱倒着看图画	(69)
89. 小儿睡觉时出汗是病吗	(70)
(二) 日常生活与娱乐	(70)
90. 孩子一哭就抱好吗	(70)
91. 孩子能按时睡觉吗	(71)
92. 孩子睡软床好不好	(72)
93. 婴幼儿要不要讲究睡觉的姿势	(73)
94. “春捂秋冻”有道理吗	(73)
95. 戴口罩保暖好吗	(74)
96. 孩子能不能吹电风扇	(75)
97. 怎样进行大小便训练	(75)
98. 孩子穿开裆裤到什么时候	(76)
99. 怎样为女孩清洗外阴	(77)
100. 幼儿是否需要保护皮肤	(78)
101. 如何清除婴儿头上的乳痂	(79)

102. 体育锻炼对小儿有什么好处	(80)
103. 小儿体格锻炼应注意什么	(80)
104. 什么是小儿的“三浴”锻炼	(81)
105. 不爱运动妨碍身体发育吗	(83)
106. 常在路边玩对发育和健康有害吗	(84)
107. 玩具对孩子有什么意义	(85)
108. 选择玩具有什么标准	(85)
109. 孩子的玩具如何消毒	(86)
110. 为什么孩子不宜过多地看电视	(87)
111. 电子游戏机对孩子有什么害处	(89)
112. 为什么男孩不宜穿带拉链的短裤	(90)
113. 被动吸烟对小儿有什么危害	(91)
114. 如何避免婴幼儿受到意外伤害	(91)
115. 家庭中应采取哪些安全措施	(92)
(三) 营养与相关疾病	(93)
116. 人体必需的营养素有哪些	(93)
117. 婴幼儿每天需要多少热量	(95)
118. 哪些食物可以促进幼儿智力发育	(96)
119. 什么是混合喂养	(96)
120. 什么是人工喂养	(97)
121. 如何用牛奶喂养婴儿	(97)
122. 如何用奶瓶喂养婴儿	(98)
123. 为什么不宜用炼乳喂养婴儿	(99)
124. 什么时候添加辅食	(99)
125. 添加辅食的原则是什么	(100)
126. 婴儿吃奶后要不要喂水	(101)
127. 何时给婴儿添蛋黄	(101)
128. 为什么要及时给婴儿断奶	(102)
129. 怎样给婴儿断奶	(103)

130. 怎样喂养唇裂的婴儿	(103)
131. 幼儿饮食应注意什么	(104)
132. 为什么不要口对口喂孩子	(105)
133. 胖孩子一定健康吗	(105)
134. 如何防止小儿过胖	(106)
135. 胖孩子为什么不好	(107)
136. 孩子“瘦”的原因有哪些	(108)
137. 婴幼儿能喝酸奶吗	(108)
138. 为什么不能给孩子乱服补药	(109)
139. 给孩子喝饮料应注意什么	(110)
140. 为什么孩子不能多吃冷饮	(111)
141. 为什么不能多吃口香糖	(112)
142. 吃巧克力对孩子好不好	(112)
143. 不吃早餐对孩子有什么危害	(113)
144. 为什么儿童不宜吃松花蛋	(114)
145. 小儿能喝茶吗	(115)
146. 饮酒对孩子有什么危害	(115)
147. 什么叫营养不良	(116)
148. 生理性贫血是怎么造成的	(117)
149. 为什么3个月以后的婴儿容易缺铁	(118)
150. 缺铁性贫血是怎么回事	(119)
151. 如何预防小儿缺铁性贫血	(120)
152. 锌对小儿的生长发育有什么影响	(121)
153. 如何预防小儿缺锌	(122)
154. 如何发现小儿维生素缺乏	(122)
155. 如何防治小儿佝偻病	(123)
156. 佝偻病性手足搐搦症是怎么回事	(124)
157. 为什么补钙要同时服鱼肝油	(125)
158. 什么是婴幼儿维生素D中毒	(125)
159. 孩子没食欲怎么办	(126)

160. 服中药是否要“忌口”	(128)
(四) 疾病防治与护理	(128)
161. 为什么孩子在一定时期特别容易得病	(128)
162. 为什么半岁后婴儿抵抗力下降	(129)
163. 家庭应常备的小儿药品有哪些	(130)
164. 家庭应常备的小儿中成药有哪些	(130)
165. 怎样给孩子吃药	(131)
166. 如何估算小儿用药量	(132)
167. 打针一定比吃药好吗	(133)
168. 打针前为什么要做皮试	(134)
169. 为什么不能乱用抗生素	(135)
170. 为什么打针会引起臂肌萎缩	(136)
171. 怎样为孩子测体温	(137)
172. 孩子体温升高就是发烧吗	(137)
173. 孩子发热以后怎么办	(138)
174. 高热惊厥会不会影响孩子的智力	(140)
175. 怎样给孩子物理降温	(141)
176. 为什么小儿发热后不能轻易退热	(142)
177. 为什么不能乱服止痛药	(142)
178. 小儿淋巴结肿大怎么办	(143)
179. “骨穿”与“腰穿”是一回事吗	(144)
180. “腰穿”会使孩子变傻吗	(144)
181. 如何预防药物性耳聋	(145)
182. 儿童计划免疫有什么好处	(146)
183. 如何对待小儿预防接种后的反应	(147)
184. 为什么小儿麻痹症糖丸不能用热水送服	(148)
185. 小儿常见的发疹性疾病有什么特点	(149)
186. 怎样护理患发疹性疾病的患儿	(150)
187. 麻疹有什么危害? 如何护理麻疹患儿	(151)

188. 什么叫幼儿急疹	(152)
189. 荨麻疹是怎么引起的	(153)
190. 水痘是一种什么样的病	(154)
191. 如何防治小儿猩红热	(155)
192. 小儿腮腺炎的治疗与护理	(156)
193. 百日咳真的要咳 100 天吗	(156)
194. 流脑是怎么回事	(157)
195. 如何预防流脑	(158)
196. 什么是“乙脑”	(159)
197. 小儿为什么易患痢疾	(160)
198. 如何防治细菌性痢疾	(160)
199. 脊髓灰质炎是怎么回事	(161)
200. 如何预防脊髓灰质炎	(162)
201. 小儿结核有哪些表现	(163)
202. 转氨酶升高就是肝炎吗	(163)
203. 怎样预防甲型肝炎	(164)
204. 小儿病毒性肝炎有什么表现	(165)
205. 如何护理肝炎患儿	(166)
206. 如何防止急性肝炎向慢性肝炎转化	(167)
207. 为什么流感患儿不宜用阿斯匹林	(167)
208. 为什么要积极防治小儿“四病”	(168)
209. 如何预防小儿呼吸道传染病	(169)
210. 如何预防小儿上呼吸道感染	(169)
211. 如何防治小儿流感	(170)
212. 小儿感冒后为什么会腹痛	(171)
213. 孩子为何张口呼吸,睡觉打呼噜	(172)
214. 急性扁桃体炎有什么表现	(172)
215. 急性扁桃体炎有什么危害	(173)
216. 慢性扁桃体炎有什么危害	(173)
217. 什么情况下要做扁桃体切除术	(174)

218. 急性支气管炎是怎么回事	(174)
219. 如何护理哮喘患儿	(175)
220. 为什么婴幼儿易得肺炎	(176)
221. 为什么佝偻病患儿易发生肺炎	(177)
222. 小儿肺炎可分为几种	(177)
223. 如何防治小儿肺炎	(178)
224. 哪些原因可以导致先天性的心脏病	(179)
225. 如何发现小儿患有先天性心脏病	(180)
226. 心脏有杂音就是心脏病吗	(180)
227. 怎样护理先天性心脏病患儿	(181)
228. 哪些先天性心脏病可以手术治疗	(182)
229. 先天性心脏病应何时做手术	(182)
230. 什么是风湿性心脏病	(183)
231. 小儿病毒性心肌炎是怎么回事	(183)
232. 小儿心力衰竭有什么特点	(184)
233. 孩子也会得高血压吗	(185)
234. 为什么婴幼儿容易患腹泻	(186)
235. 小儿腹泻一定是因病而起吗	(187)
236. 腹泻患儿的护理应注意什么	(187)
237. 小儿秋冬季腹泻是怎么回事	(188)
238. 如何为腹泻患儿配制口服补液	(189)
239. 如何预防和治疗婴儿腹泻	(190)
240. 小儿会不会得溃疡病	(191)
241. 小儿溃疡病有什么特点	(191)
242. 肠痉挛是怎么回事	(192)
243. 怎样发现孩子患了阑尾炎	(192)
244. 肠梗阻必须做手术吗	(193)
245. 为什么要警惕出血性小肠炎	(194)
246. 脐疝需要治疗吗	(195)
247. 为什么要警惕小儿脱肛	(195)

248. 小儿便秘怎么办	(196)
249. 如何为便秘小儿通便	(197)
250. 婴儿爱打嗝怎么办	(198)
251. 婴幼儿消化不良有哪些原因	(198)
252. 血尿是怎么引起的	(199)
253. 急性肾炎是怎么回事	(200)
254. 急性肾炎和肾盂肾炎有区别吗	(201)
255. 急性肾炎患儿为何易合并心力衰竭	(201)
256. 小儿泌尿系感染是怎么回事	(202)
257. 什么是肾病综合征	(203)
258. 如何护理肾病综合征患儿	(204)
259. 为什么阴囊里没有睾丸	(205)
260. 小儿包皮过长、包茎怎么办	(206)
261. 小儿“疝气”是怎么回事	(206)
262. 性早熟是怎么回事	(207)
263. 如何防治幼女外阴炎	(208)
264. 小儿会不会得淋病	(209)
265. 孩子为什么发生偏瘫	(210)
266. 小儿癫痫有什么特点	(211)
267. 儿童多动综合征有哪些表现	(212)
268. 什么是小儿抽动症	(212)
269. 小儿屏气是怎么回事	(213)
270. 小儿夜惊有哪些原因	(214)
271. 什么是再生障碍性贫血	(214)
272. 急性白血病是怎么回事	(215)
273. 急性白血病与哪些因素有关	(216)
274. 血友病是一种什么样的病	(216)
275. 血友病与遗传有关吗	(217)
276. 如何发现小儿低血糖症	(218)
277. 小儿糖尿病有什么特点	(219)

278. 小儿糖尿病与成人糖尿病有何不同	(220)
279. 克汀病是怎么回事	(220)
280. 孩子为什么会肛门瘙痒	(221)
281. 蛔虫病对小儿有什么危害	(222)
282. 怎么知道孩子患了蛔虫病	(223)
283. 怎样选择和使用驱虫药	(224)
284. 如何治疗小儿弱视	(224)
285. 儿童配眼镜一定要散瞳吗	(225)
286. 近视眼是怎么形成的	(226)
287. 为什么小儿多吃糖果易患近视眼	(227)
288. 先天性青光眼是怎么回事	(227)
289. 小儿鼻出血的常见原因有哪些	(228)
290. 小儿鼻出血怎么办	(229)
291. 婴儿能用滴鼻净吗	(229)
292. 为什么小儿易患中耳炎	(230)
293. 孩子耳内有耳屎怎么办	(230)
294. 儿童的牙齿按什么顺序长出	(231)
295. 如何使孩子的牙齿长得好	(232)
296. 孩子为什么牙列不齐	(232)
297. 长牙时会出现哪些异常情况	(233)
298. 小儿的乳牙需不需要保护	(234)
299. 龋齿对孩子有什么危害	(235)
300. 为什么预防龋齿要从婴幼儿做起	(236)
301. 牙龈为什么会出血	(237)
302. 唇裂和腭裂应何时修补	(237)
303. 暑热症是怎么回事	(238)
304. 孩子长了湿疹怎么办	(239)
305. 为什么不能挤疖子	(239)
306. 怎样防治疖子	(240)
307. 儿童脸上的“癣”是怎么回事	(241)

308. 小儿“烂口角”是怎么回事？如何防治	(241)
309. 小儿血管瘤有哪几种，如何治疗	(242)
310. 什么是小儿手足口病	(243)
311. 如何发现与治疗先天性斜颈	(244)
312. 如何发现小儿先天性髋关节脱位	(244)
313. 孩子多指或并指怎么办	(245)
314. 孩子为什么出现“扁平足”	(246)
315. 小儿外伤应如何处理	(246)
316. 如何防止及处理小儿食入异物	(248)
317. 如何发现孩子鼻腔内的异物	(248)
318. 如何防止孩子将异物吸入气管	(249)
319. 如何防止孩子胳膊“脱环”	(250)
320. “狂犬病”只有疯狗咬了才传染吗	(251)
321. 如何救治溺水小儿	(252)
322. 小儿触电应如何急救	(252)
323. 如何救治心跳呼吸骤停的小儿	(253)
(五)早期教育与不良习惯纠正	(254)
324. 儿童教育的原则是什么	(254)
325. 如何对幼儿进行早期教育	(255)
326. 早期教育应注意什么	(256)
327. 家庭环境对小儿的心理健康有何影响	(257)
328. 哪些家教方式会危害儿童的心理健康	(258)
329. 如何与孩子交谈	(259)
330. 怎样在孩子心目中树立起家长的威信	(259)
331. 如何培养孩子的自尊心与自信心	(260)
332. 怎样教育弱智儿童	(261)
333. 怎样做好孩子入托的准备	(262)
334. 什么是“四二一”综合征	(263)
335. “棍棒之下出孝子”吗	(264)

336. 孩子任性怎么办	(265)
337. 为什么孩子会不听话	(266)
338. 孩子为什么爱打架	(266)
339. 为什么小儿要讲究坐姿	(268)
340. 孩子为什么不爱吃饭	(269)
341. 孩子吃饭慢怎么办	(270)
342. 怎样纠正幼儿偏食	(272)
343. 孩子偏食或拒食怎么办	(272)
344. 异食癖是怎么回事	(274)
345. 如何纠正孩子的不良口腔习惯	(275)
346. 经常吃零食有何不好	(276)
347. 在路上买零食吃有什么不好	(277)
348. 小儿为什么流口水	(278)
349. 为什么常舔口唇易致唇干裂	(279)
350. 经常咬嘴唇有什么害处	(280)
351. 孩子为何爱吮手指	(280)
352. 如何纠正“晚上不睡,早晨不起”的习惯	(282)
353. 为什么不能用手挖鼻孔	(283)
354. 如何纠正儿童用口呼吸的习惯	(284)
355. 为什么吐字不清要早期矫治	(285)
356. 如何纠正小儿尿床	(286)
357. 为什么不应养成憋尿习惯	(287)
358. 为什么要从小养成洗手的习惯	(288)
359. 孩子说谎怎么办	(289)
360. 如何帮助做作业拖拉的孩子	(291)
361. 形成“口吃”的原因有哪些	(293)
362. 如何预防及矫正口吃	(293)
363. 为什么不要让孩子骑车上街或追逐戏闹	(294)
364. 孩子提出“性”问题怎么办	(295)
365. 怎样帮孩子戒除手淫	(296)