

现代育儿百科知识

中国儿童发展中心编译



R174
136

现代育儿百科知识

中国儿童发展中心编译



中国青年出版社

B 579096

国由于一度忽视而濒于废弃，从而影响到幼教工作的平衡发展，至于广大儿童家长，则更缺少这方面的基础知识。考虑到这一点，心理部分的内容对有些读者来说，可能感到偏深或生疏，但只要细心阅读或补习一些基础知识，是不难理解的。其它一些较新颖的内容，如日本的家庭育儿、园所教育、胎教，中国儿童的生长发育标准，以及我国独生子女的心理特点和教育问题等，均可引起读者的兴趣、思索和比较，并从中有所启迪。

为兼顾内容的系统性与逻辑性，本书章节编排顺序均将译文与撰文分列，个别穿插其中的，也另加注释说明，俾免混淆。但在文体结构和笔调文风等方面，适当保留了译文的原貌，以利于读者进一步研究和探讨。

本书从酝酿到出版，周期不足一年，其间包括翻译、审校、撰写、编辑、排版、印刷等多道工序，时间短促，任务繁重，错误和不当之处在所难免，欢迎读者批评指正。

参加本书日文翻译工作的有（按姓氏笔划排列）：王义斌、王世盛、孔祥云、宁松、齐上乐、刘红娟、刘伟、刘静璞、伍忠贞、向珍、宋素然、李文馥、林树屏、竺家荣、陆华、杨杰、杨晶、郑子君、胡海青、贾常淮、徐爱娣、耿景华、黄鸿、舒畅、彭宝泉、谢映等同志，参加本书部分章节撰稿的专业人员有（按姓氏笔划排列）：江泽非、宋广林、沈秀婉、崔可忻、阎怀成等同志，均此谨致谢忱。

本书在出版过程中，除得到中国青年出版社的鼎力支持外，张文良、李璞、张平、刘力、井如鹏等同志为本书的出版工作付出了辛勤的劳动，中国儿童发展中心王奇治同志担任了全书编译、出版的统筹组织工作，均此鸣谢！

本书编辑委员会组成人员：

主 编 顾又芬 陈帼眉
编 辑 万传文 张洁珉 余劭德 韩 冬 吴 烨
宋 欣 栗 果

本书顾问委员会组成人员：

名誉顾问 严仁英
顾 问 林佳楣 叶恭绍 薛沁冰 陈学存 荆其诚
籍孝诚 伍蓓秋 王如文 吴凤岗

推广、普及现代育儿
科学知识，把优生
优育、优教工作提高
到一个新水平。

康克清

一九八八年五月十八日

全国政协副主席、全国妇联名誉主席康克清
同志为《现代育儿百科知识》的题词

序

儿童培育是决定人类命运的重大课题，在新的历史时期里，培育儿童将成为各国在世界上生存、发展以至争雄的第一位战略重点。因此，儿童保健、儿童营养、儿童心理、儿童教育不但已成为科学研究、国际学术交流十分活跃的领域，更是普及科学知识、提高人口素质措施中十分重要的一环。

从我国国情出发，取百家之所长，‘汇天下之精华，取长补短，用宏取精，是我们事业迅速发展的保证之一。在此思想指导下，中国儿童发展中心实现了这个使命，促进儿童身心健康发展。愿各方面的专家学者再接再厉，能够更多地把国内外有关儿童发展的科学成就、科学知识和先进经验，进一步汇集、传播和推广，使我国的广大为儿童服务的家长、专业人员能更好地掌握优生、优生、优教内容，更多地拿出成果，使我国的儿童发展事业日新月异，不断发展，为振兴中华，使我国在本世纪末跻身于强国之林，作出更大贡献。

林 佳 楠

1988年10月26日

编者的话

中国儿童发展中心是中国政府与联合国儿童基金会的优先合作项目,旨在提高我国人口素质、推动儿童发展事业的蓬勃开展。1986年“中心”组织代表团访日归来,带回了日本育儿的最新资料,本书选自其中的三套丛书——《母子保健丛书·小儿篇》(1981)、《发展心理学》(1983)和《儿童心理学入门》(1987)的有关章节,并辑录我国近年来在儿童发展方面的科研成果,由儿童生理和儿童心理两部分内容汇编而成。日本是我国一衣带水的东亚邻邦,与我国有着诸多相近的文化渊源与民俗民情,在儿童发展的科研方面,既注意博采东西之长,又不忘弘扬本国育儿传统,使日本民族的素质迅速提高,跃居世界前列,因而是值得我们借鉴的“他山之石”。我国科研人员围绕着人口计划、儿童保健、教育等一系列方针政策,近年来做出了许多具有我国特点的有益的成果。集中日两国科学育儿最新成果于一书,构成了优生、优育、优教精义之大全,与问世的许多育儿书籍相比,独具“全”、“新”之特色。

本书内容涉及的范围是0至7岁儿童的生长发育、营养、保健、疾病防治和教育等问题,适合具有中等以上文化的儿少卫生工作者、托幼人员、基层保健人员以及广大儿童家长阅读、学习、参考及培训使用。心理发展是儿童发展不可缺少的一个重要组成部分,而心理学作为一门学科,过去在我

目 录

第一章 身体与心理	1
一、身体的发育	1
1. 小儿的健康与身体的发育	1
2. 对发育的认识	2
3. 发育的一般过程与各年龄阶段的特点	6
4. 发育的个体差异与对发育阶段的理解	10
5. 发育的评价方法	14
6. 发育的偏差与异常	25
7. 影响发育的主要内因与外部条件	27
8. 发育随年度推移的变化及地域差异	33
二、功能的发展与生理	39
1. 小儿的健康与功能的发展	39
2. 功能发育的一般过程与小儿的生理功能	40
3. 功能发育的评价方法	51
三、运动功能的发展	51
1. 运动功能发育的特点	51
2. 正常的运动功能发育	56
3. 影响运动功能发育的因素	65
4. 运动功能发育的异常	71
四、精神功能的发展	72
1. 精神功能发育的特点	72
2. 正常精神功能的发展	74
3. 生活行为的发展与指导	85

4. 影响精神功能发育的因素	91
5. 功能发育的诊断与评价	94
6. 精神功能发育的异常——婴幼儿的精神卫生	98
五、中国儿童的生长发育	106
1. 7岁以下儿童体格发育现状	107
2. 影响我国儿童生长发育的因素	110
3. 儿童体格发育的评价方法	120

第二章 机体的功能与营养

一、新生儿的生理	128
1. 身体的特征	128
2. 姿势与反射	128
3. 呼吸	129
4. 血液循环	129
5. 消化及吸收	130
6. 排泄	131
7. 感觉器官	132
8. 皮肤	133
二、婴幼儿期的生理	133
1. 身体发育	133
2. 呼吸器官的发育	134
3. 循环系统的生理	137
4. 消化器官的生理	141
5. 血液的生理	144
6. 内分泌的生理	147
7. 肾脏及泌尿系统的生理	150
8. 神经系统的生理	155
9. 髓鞘的发育	158
三、婴幼儿营养的要点	165

1. 发育	165
2. 个体差异	166
3. 营养需要量	166
四、母乳喂养	167
1. 提倡母乳喂养	167
2. 母乳的优点	170
3. 新生儿的母乳喂养	171
4. 生后一个月的母乳喂养	173
5. 母乳	175
五、人工喂养	177
1. 人工喂养的进展	177
2. 母乳喂养与人工喂养的不同	178
3. 人工喂养的基本知识(牛奶的人工喂养)	181
4. 奶粉的改进	182
5. 新生儿用奶粉的特点	183
6. 配奶	186
7. 奶瓶与奶嘴	188
六、混合喂养	189
1. 母乳不足时	189
2. 母亲外出工作时	189
七、离乳	189
1. 离乳的意义	189
2. 开始离乳	191
3. 离乳注意事项	192
4. 离乳方案	193
5. 食品	196
八、幼儿期的营养	197
1. 幼儿期的特征	197
2. 饮食	198

3. 间食(加餐)	199
九、饮食上存在的问题	199
1. 厌食牛奶	199
2. 偏食	200
3. 幼儿食欲不振	201
十、疾病与营养	202
1. 腹泻	202
2. 便秘	203
3. 发热	204
4. 贫血	204
5. 过敏	205
第三章 中国儿童的营养与疾病	207
一、营养素的功能和婴幼儿营养需要	207
1. 热量	207
2. 蛋白质	209
3. 脂肪	209
4. 碳水化合物	210
5. 维生素	211
6. 无机盐	211
7. 水	214
二、母乳喂养	216
三、人工喂养	218
四、营养与智力	220
五、营养与疾病	222
1. 蛋白质与热量营养不良	223
2. 维生素D缺乏病	224
3. 维生素A缺乏病	233
4. 抗坏血酸缺乏症	235
5. 硫胺素缺乏症	236

6. 核黄素缺乏症	239
7. 营养性贫血	240
8. 锌缺乏	243
9. 微量元素硒	250
10. 癞皮病	250
11. 幼儿膳食	253
12. 幼儿膳食的调配	253
13. 家庭制作婴儿辅助食品	258
14. 婴儿腹泻	264
第四章 生活与游戏	276
一、休息与睡眠	276
1. 睡眠	276
2. 睡眠时间	278
3. 睡眠场所	279
4. 睡眠中	281
5. 昼寝	282
二、衣服和鞋袜	283
1. 婴儿衣服	286
2. 幼儿衣服	287
3. 尿布与尿布包	287
4. 帽子	288
5. 袜子	288
6. 鞋子	289
三、保健	289
1. 外气浴与空气浴	290
2. 干布摩擦	290
3. 日光浴	291
4. 婴儿体操	291
四、游戏	292

五、玩具	292
1. 好玩具的定义	292
2. 同孩子一起做游戏	293
3. 为孩子选择安全玩具	294
4. 选用玩具须知	294
六、儿童的发育与游戏	294
1. 0~5个月的婴儿	294
2. 6~9个月婴儿	297
3. 10~11个月婴儿	300
4. 1岁左右至1岁零3个月幼儿	302
5. 1岁6个月至1岁9个月幼儿	305
6. 2岁幼儿	308
7. 3岁幼儿	313
8. 4岁儿童	316
9. 5岁儿童	319
第五章 新生儿期的问题	321
一、概述	321
二、高危新生儿	323
三、正常新生儿	324
1. 新生儿的生理状态和轻度异常	325
2. 新生儿生理	330
四、正常新生儿的养护	333
1. 出生时的护理顺序	333
2. 保暖	334
3. 预防感染	335
4. 沐浴	336
5. 油浴	338
6. 脐部处理方法	339
7. 尿布的更换方法	339

五、营养	340
1. 新生儿必须母乳喂养	340
2. 母乳喂养的确立	341
3. 授乳的异常, 授乳禁忌	344
4. 新生儿人工喂养法	346
六、遗传	347
1. 人类遗传学在医疗工作中的重要性	347
2. 细胞遗传学基础	348
3. 家系调查与家系谱图的绘法	350
4. 遗传方式	352
5. 遗传预后的判断	358
6. 近亲结婚	361
7. 遗传负荷及有关问题	361
七、体质	362
1. 体质的概念	362
2. 过敏性体质的临床表现	363
3. 过敏性体质的锻炼	364
八、先天异常的对策和育儿指导	364
1. 母亲年龄与先天异常	364
2. 避免近亲结婚	365
3. 遗传咨询	366
4. 先天性疾患患儿的养育	366
九、遗传与优生	368
1. 遗传与基因	368
2. 提倡优生	369
第六章 家庭与集体园所的育儿	377
一、家庭育儿概况	377
1. 现代疾病和家庭对儿童的影响	377
2. 家庭问题和无知的一代	379

二、家庭育儿与集体园所的育儿	381
三、家庭育儿的培养方法和影响因素	384
1. 家庭的变化	384
2. 家庭环境与育儿	387
四、母子的感情	400
1. 母子关系	400
2. 出生前后母亲与新生儿	402
3. 母子关系确立的感受期	405
五、“核家庭”的问题	406
1. 家庭的小规模化和“核家庭”化	406
2. “核家庭”的育儿	408
六、祖母与孩子	412
七、母子家庭和育儿	414
1. 母子家庭的概念	414
2. 母子家庭中孩子的养育	414
八、集体环境中生活的孩子	415
九、集体育儿的特征	417
1. 与家庭育儿的不同点	417
2. 集体保育中孩子的特点	421
3. 集体育儿的保健管理	425
十、公寓环境的育儿	442
1. 对育儿的影响	442
2. 对健康的影响	443
3. 育儿上的注意事项	443
十一、婴儿院的育儿	444
1. 婴儿院的概况	444
2. 保育内容	446
十二、保育所的保育	446
1. 保育所的概况	446

2. 保育所的现状	447
3. 保育所的最低标准	447
4. 保育所的保育指南	448
十三、婴幼儿常见病的预防	451
1. 牙齿的发育、替换与龋齿	451
2. 儿童常见寄生虫病的防治	454
第七章 母子相互作用	458
一、母亲与胎儿的纽带	458
1. 何谓胎教	458
2. 怀孕后孕妇对胎儿的想法及其产生的影响	459
3. 子宫内的声音环境	461
4. 胎教的意义	467
二、婴儿期的母子相互作用——特别是以围产期为中心	470
1. 围产期的母子相互作用	470
2. 妊娠过程中的母子相互作用	471
3. 母亲的敏感期	473
4. 新生儿的能力	475
5. 新生儿期开始出现的母子相互作用	475
6. 围产期的母子相互作用正常化的尝试	478
7. 我国母婴同室的研究	478
三、初期经验的重要性	481
1. 发展初期的问题	481
2. 初期经验的研究	481
四、依恋的意义	490
1. 依恋的形成	490
2. 孩子为什么会母亲依恋	490
3. 依恋的评价——好的依恋和不好的依恋	491
4. 依恋的发展	495
五、母子分离	499

1. 母子分离场面的种类	499
2. 母子分离所造成的孩子的反应	500
六、幼儿期的母子相互作用	502
1. 母亲对孩子的影响	502
2. 母亲对孩子的影响和孩子对母亲的影响	505
3. 间接的母子相互作用	507
4. 母子家庭中的相互作用	508
5. 父、母、子的相互作用	510
七、母子相互作用的阶段性特点	511
1. 胎儿期	512
2. 新生儿期	513
3. 婴儿期	515
第八章 孩子们的世界	519
一、婴儿的视觉	519
1. 新生儿的视觉系统	520
2. 眼球运动和视觉扫描	520
3. 偏好法与类型辨别	523
4. 对空间物体变化的反应	525
5. 其它研究方法及反应测量	525
6. 小结	528
二、幼儿的身体	529
1. 幼儿期的超前发育	530
2. 疾病结构的变化	530
3. 发展障碍儿童的临床表现	531
4. 神经性陋习和体质	537
5. 结束语	538
三、幼儿的想象	538
1. 象征游戏的出现与发展的诸学说	539
2. 象征游戏的发展	541