

# 科学育儿

二百问



XUE YUER

?

87  
R174  
94  
3

BT25/26

# 科学育儿二百问

贺影



内蒙古人民出版社

1985·7



B

332403

# 科学育儿二百问

贺 影

\*

内蒙古人民出版社出版

(呼和浩特市新城西街82号)

内蒙古新华书店发行 凉城县印刷厂印刷

开本: 787×1092 1/32 印张: 5 字数: 98千 插页: 2

1986年7月第一版 1986年8月第1次印刷

印数: 10,140 册

统一书号: 13089.73 每册: 0.80元

---

## 内 容 提 要

本书通过问答方式，通俗地把科学育儿的知识介绍给读者，特别是年轻的爸爸妈妈们。它包括：小儿生长发育、新生儿护理、新生儿疾病、合理喂养、日常护理、预防接种、常见疾病及症状、早期教育八个方面的二百个问题。其中重点是新生儿、婴幼儿部分。

本书内容通俗易懂，有广泛的实用价值和社会意义。它不仅对于年轻父母和幼儿教育工作者是一本很好的指导读物，对基层儿童保健人员也是一本很好的参考读物。

## 前 言

孩子健壮又聪明，是父母的骄傲，家庭的幸福。也是国家的希望。近年来，随着独生子女的增多，“怎样使孩子健壮又聪明？”已成为大家愈来愈关心的问题。

“怎样使孩子健壮又聪明？”这涉及到如何用科学的方法培养体格健壮、智力聪颖的下一代，也就是科学育儿的问题。根据年轻父母和儿童保育人员经常可能遇到的问题，我编写了这本《科学育儿二百问》，介绍有关科学育儿知识。

《科学育儿二百问》以简明问答形式编写，解答尽可能通俗易懂。全书包括：生长发育、新生儿护理、新生儿疾病、合理喂养、日常护理、预防接种、常见疾病及症状、早期教育等八个方面的内容。

由于水平有限，书中不当之处，敬请读者批评指正。

我院院长商学本、儿科主任周蕴玉，儿童保健室负责人李移，对本书的编写给了热情支持和指导，在此致谢。

贺 影

于杭州铁路医院      1985年3月

## 目 录

### 一 生长与发育

- 1 . 小儿年龄如何分期？各期特点如何？………… (1)
- 2 . 小儿体重增加有什么特点？………… (2)
- 3 . 小儿身长增加有什么特点？………… (3)
- 4 . 小儿头围和胸围增加有什么特点？………… (3)
- 5 . 囱门什么时候闭合？………… (4)
- 6 . 小儿牙齿发育有何特点？………… (4)
- 7 . 小儿心跳、呼吸每分钟有几次？………… (5)
- 8 . 小儿智力和动作发育有规律吗？………… (6)
- 9 . 如何判断小儿的生长发育是否正常？………… (7)
- 10 . 为什么要定期为小儿作健康检查？………… (8)

### 二 新生儿护理

- 11 . 新生儿有哪些特殊生理现象？………… (9)
- 12 . 新生儿为什么会出现生理性黄疸？………… (9)
- 13 . 新生儿乳房为什么会“肿大”、会泌乳？…… (10)
- 14 . 为什么新生女婴有“月经”、“白带”？…… (10)
- 15 . 新生儿尿布红染是因为血尿吗？………… (10)
- 16 . 新生儿脐带应怎样护理？………… (11)
- 17 . 新生儿脐带出血怎么办？………… (11)
- 18 . 如何护理新生儿的皮肤？………… (11)

- 19. 为什么不宜为新生儿清洁口腔? ..... (12)
- 20. 为什么“板牙”不能挑? ..... (12)
- 21. 为什么“螳螂子”不能割? ..... (13)
- 22. 新生儿大便有何特点? ..... (13)
- 23. 新生儿体温有何特点? ..... (13)
- 24. 新生儿受刺激时为何四肢抖动? ..... (14)
- 25. 新生儿要睡枕头吗? ..... (14)
- 26. 新生儿穿什么样的衣服, 用什么样的  
    尿布为好? ..... (15)
- 27. 怎样为新生儿洗澡? ..... (15)
- 28. 新生婴儿昼夜颠倒怎么办? ..... (16)
- 29. 怎样护理早产儿? ..... (17)
- 30. 为什么新生儿不必吃西黄? ..... (18)

### 三 新生儿疾病

- 31. 冬季新生儿为什么易患硬肿症? ..... (19)
- 32. 如何预防新生儿硬肿症? ..... (19)
- 33. 新生儿红臀是怎么发生的? 如何防治? ..... (20)
- 34. 为什么新生儿皮肤容易擦烂? ..... (20)
- 35. 为什么新生儿易患败血症? ..... (21)
- 36. 怎样预防新生儿败血症? ..... (21)
- 37. 初生婴儿为何易患新生儿肺炎?  
    症状如何? ..... (22)
- 38. 新生儿出血症的病因是什么?  
    有何表现? ..... (22)
- 39. 为什么樟脑丸会引起新生儿黄疸病? ..... (23)

#### 四 合理喂养

- 40. 为什么提倡母乳喂养?..... (25)
- 41. 母乳为什么营养价值最高?..... (26)
- 42. 母乳为什么能抗病?..... (27)
- 43. 为什么初乳不可丢?..... (27)
- 44. 怎样合理安排喂奶时间?..... (28)
- 45. 喂奶时采取什么姿势较好?..... (29)
- 46. 如何注意喂奶卫生?..... (29)
- 47. 怎样知道奶量是否充足?..... (30)
- 48. 奶胀怎样办?..... (31)
- 49. 奶少怎么办?..... (31)
- 50. 怎样防止溢奶?..... (32)
- 51. 在什么情况下母乳不宜喂?..... (33)
- 52. 母乳喂养儿为什么也要及时添加辅食?..... (33)
- 53. 怎样添加辅食?..... (33)
- 54. 小儿断奶时间最好在什么时候?..... (35)
- 55. 怎样为小儿断奶?..... (35)
- 56. 什么叫混合喂养?..... (36)
- 57. 什么叫人工喂养?..... (36)
- 58. 人工喂养需要注意些什么?..... (37)
- 59. 如何估计人工喂养儿的奶量?..... (38)
- 60. 人奶、牛奶、羊奶成分有何不同?..... (39)
- 61. 牛奶如何调配?..... (40)
- 62. 炼乳、麦乳精、葡萄糖能代替奶粉  
喂婴儿吗?..... (41)

- 63. 奶糕、乳儿糕能作为婴儿的主食吗？..... (42)
- 64. 幼儿的饮食应当怎样合理安排？..... (42)
- 65. 应为小儿选择哪些富含赖氨酸的食物？..... (43)
- 66. 应为婴幼儿选择哪些益智健脑食品？..... (44)
- 67. 钙粉可以与牛奶同时服用吗？..... (45)
- 68. 婴幼儿多吃菠菜有什么坏处？..... (45)
- 69. 婴儿应吃哪些水果汁？..... (45)
- 70. 为什么婴幼儿最好不要喝茶？..... (46)
- 71. 多喝牛奶有什么坏处？..... (47)
- 72. 婴幼儿饮食为什么不能太咸？..... (47)
- 73. 为什么豆制品是小儿重要的营养食物？..... (48)
- 74. 小儿为什么也应吃些粗纤维？..... (49)
- 75. 为什么小儿不宜多吃糖？..... (49)
- 76. 小儿为什么不宜多吃肥肉？..... (50)
- 77. 小儿为什么不宜多吃冷饮？..... (51)
- 78. 吃瓜果为什么要洗净和削皮？..... (51)
- 79. 为什么小儿的早餐不能忽视？..... (52)
- 80. 小儿为什么会厌食？..... (52)
- 81. 怎样纠正小儿厌食？..... (53)
- 82. 小儿需要吃补药吗？..... (54)

## 五 日常护理

- 83. 如何辨别婴儿的哭声？..... (55)
- 84. 婴儿一哭就抱好吗？..... (56)
- 85. 为什么不能让婴儿吮吸假奶头？..... (56)
- 86. 为什么要制止婴儿吮手指头？..... (57)

87. 为什么不能摇晃婴儿？…………… (57)
88. 为什么不宜在婴儿面部罩尼龙纱巾？…………… (58)
89. 小儿扁头是怎样产生的？…………… (58)
90. 婴儿应睡怎样的枕头好？…………… (59)
91. 为什么小儿不宜睡沙发？…………… (59)
92. 搂抱婴儿入睡好不好？…………… (59)
93. 为什么不能让孩子蒙着被子睡？…………… (60)
94. 如何合理安排小儿的睡眠？…………… (60)
95. 为什么小儿睡觉时爱出汗？…………… (61)
96. 为什么1~2岁的小儿经常流口水？…………… (62)
97. 为什么小儿尿液有时会变浑？…………… (63)
98. 夏季为什么不宜用电扇为婴儿吹风？…………… (64)
99. 冬季为什么不要带小儿上浴池洗澡？…………… (64)
100. 怎样给婴儿晒太阳？…………… (65)
101. 如何帮助婴儿进行动作锻炼？…………… (66)
102. 怎样护理刚出牙的婴儿？…………… (75)
103. 为什么婴儿学坐不宜过早？…………… (76)
104. 怎样培养小儿定时大便的习惯？…………… (77)
105. 小儿从什么时候开始穿满裆裤？…………… (77)
106. 婴幼儿衣着应当注意什么？…………… (77)
107. 怎样选择童鞋？…………… (78)
108. 为什么要教小儿用鼻子呼吸？…………… (79)
109. 为什么不能让小儿随便挖鼻孔？…………… (80)
110. 小儿刷牙从什么时候开始好？…………… (80)
111. 为什么正确的刷牙方法是“竖刷法”？…………… (81)
112. 晚上刷牙为什么比早上刷牙重要？…………… (81)

113. 婴儿为什么不能看电视? ..... (82)  
114. 小儿看电视要注意什么? ..... (83)

## 六 预防接种

115. 半岁以内的婴儿为什么不容易  
患传染病? ..... (84)  
116. 小儿为什么应当预防接种? ..... (84)  
117. 预防接种是怎样发挥抗病作用的? ..... (85)  
118. 什么是基础免疫? ..... (86)  
119. 新生儿为什么要接种卡介苗? ..... (87)  
120. 接种卡介苗后有哪些局部反应?  
如何处理? ..... (87)  
121. 为什么服用小儿麻痹糖丸后可以不患  
小儿麻痹症? ..... (87)  
122. 怎样服用小儿麻痹糖丸? ..... (88)  
123. 为什么八个月内的婴儿不宜接  
种麻疹疫苗? ..... (88)  
124. 预防接种后有反应吗? ..... (89)  
125. 预防接种时要注意些什么? ..... (89)  
126. “丙种球蛋白”为什么能抗病? ..... (90)  
127. “丙种球蛋白”是抗病的万能药吗? ..... (90)

## 七 常见疾病及症状

128. 小儿为什么会发热? ..... (92)  
129. 小儿发热时都要服用退热药吗? ..... (92)  
130. 怎样计算小儿的用药量? ..... (93)

131. 小儿为什么会抽风？ ..... (94)
132. 小儿抽风时怎么办？ ..... (95)
133. 什么是“上感”？ ..... (96)
134. 小儿为什么容易发生上感？ ..... (96)
135. 怎样预防上感？ ..... (97)
136. 为什么婴儿禁用滴鼻净？ ..... (97)
137. 小儿为什么容易患急性喉炎？ ..... (98)
138. 小儿为什么容易得支气管炎？  
    症状有哪些？ ..... (98)
139. 小儿为什么容易患肺炎？症状如何？ ..... (99)
140. 怎样护理患了支气管炎或肺炎  
    的小儿？ ..... (99)
141. 为什么小儿容易患结核病？ ..... (100)
142. 为什么治疗结核病需要较长的时间？ ..... (101)
143. 小儿是怎样传染上麻疹的？ ..... (101)
144. 麻疹的症状有哪些？ ..... (101)
145. 为什么出麻疹时不能“捂痧”？ ..... (102)
146. 麻疹病儿要“忌嘴”吗？ ..... (103)
147. 怎样预防得麻疹？ ..... (103)
148. 水痘是怎么传染的？ ..... (104)
149. 水痘有哪些症状？ ..... (104)
150. 水痘怎样预防？ ..... (105)
151. 百日咳要咳一百天吗？ ..... (105)
152. 百日咳的症状怎样？ ..... (106)
153. 百日咳患儿应怎样护理？ ..... (106)
154. 怎样预防百日咳？ ..... (106)

|                                      |       |
|--------------------------------------|-------|
| 155. 流行性腮腺炎有哪些症状？.....               | (107) |
| 156. 如何防治流行性腮腺炎？.....                | (108) |
| 157. 小儿是怎样传染上流行性脑脊髓<br>膜炎的？.....     | (108) |
| 158. 流脑有些什么症状？.....                  | (108) |
| 159. 怎样预防流脑？.....                    | (109) |
| 160. 流行性乙型脑炎的症状有哪些？.....             | (110) |
| 161. 怎样预防乙脑？.....                    | (110) |
| 162. 腰椎穿刺影响小儿的大脑发育吗？.....            | (111) |
| 163. 为什么患了小儿麻痹症会变成跛足？.....           | (112) |
| 164. 小儿麻痹症有哪些症状？.....                | (112) |
| 165. 得了小儿麻痹症一定会留下后<br>遗症吗？.....      | (112) |
| 166. 婴儿为什么容易腹泻？.....                 | (113) |
| 167. 婴儿腹泻有些什么症状？.....                | (113) |
| 168. 为什么调整饮食是治疗婴儿腹泻的<br>重要措施之一？..... | (114) |
| 169. 秋季泻腹的症状有哪些？.....                | (115) |
| 170. 细菌性痢疾病状有哪些？.....                | (115) |
| 171. 什么是中毒性菌痢？.....                  | (116) |
| 172. 细菌性痢疾为什么必须治疗彻底？.....            | (116) |
| 173. 小儿为什么容易得蛔虫病？<br>症状如何？.....      | (117) |
| 174. 驱蛔虫时应注意些什么？.....                | (118) |
| 175. 怎样预防蛔虫病？.....                   | (118) |
| 176. 小儿怎么会得蛲虫病的？.....                | (118) |

177. 治疗蛲虫病为什么不能光靠药? ..... (119)
178. 佝偻病是因为缺钙吗? ..... (120)
179. 佝偻病有哪些症状? ..... (120)
180. 怎样防治佝偻病? ..... (120)
181. 为什么婴幼儿容易患缺铁性贫血? ..... (121)
182. 怎样防治缺铁性贫血? ..... (122)
183. 为什么有的婴儿会得婴儿湿疹?  
    症状有哪些? ..... (122)
184. 婴儿湿疹应当怎样防治? ..... (123)
185. 小儿生了痱子怎么办? 怎样预防? ..... (123)
186. 小儿长热疖头怎么办? 怎样预防? ..... (124)
187. 小儿牙齿为什么会发黄? ..... (125)
188. 龋齿是怎样发生的? ..... (126)
189. 为什么乳牙龋齿应早治? ..... (126)
190. 小儿牵拉肘是怎样发生的?  
    症状如何? ..... (127)

## 八 早期教育

191. 为什么要开展早期教育? ..... (128)
192. 早期教育适合一般儿童吗? ..... (129)
193. 早期教育会造成早衰老吗? ..... (130)
194. 早期教育是多学文化、多学技艺吗? ..... (131)
195. 怎样当好早期教育的第一任教师? ..... (132)
196. 为什么早期教育机不可失? ..... (133)
197. 怎样对1周岁以内的婴儿进  
    行早期教育? ..... (134)

198. 怎样对1~3岁的幼儿进行  
    早期教育? ..... (136)
199. 发展1~3岁幼儿的口头语言应  
    注意什么? ..... (137)
200. 对儿童进行早期教育应注意些什么? ..... (138)

## 附录

- 表一 上海市区0~6岁儿童体重身长标准参考表
- 表二 0~3岁小儿智力和动作发育的主要标志
- 表三 小儿常用预防接种一览表

# 一 生长发育

## 1. 小儿年龄如何分期？各期特点如何？

小儿以身体不断发育、智力不断发展与成人相区别。不同年龄阶段的小儿，生长发育情况各不相同，在对疾病的感受、表现、医疗等方面也不相同。根据这个特点，医学上按年龄对小儿作如下分期：

新生儿期：从出生到生后28天。这期的特点是刚从胎内转到胎外生活，身体各方面发育都很不成熟。

婴儿期(乳儿期)：从出生后28天到1岁。特点是：(1) 这是小儿体格发育最快的时期，对营养的需要量高，但消化力弱，容易消化不良。(2) 中枢神经系统发育迅速，条件反射不断形成。(3) 由于皮质功能尚未成熟，遇到高热、毒素等不良刺激，容易发生抽风等神经症状。

幼儿期：从1岁到3岁。特点是：(1) 此期小儿生长发育也很快，又正是断奶以后，如喂养不当，易患营养缺乏症。(2) 皮质功能逐步增加，智力发展迅速。(3) 接触感染机会随着与外界接触的增多而增多，而从母体获得的免疫能力已消失，所以容易感染疾病。

学龄前期(幼童期)：从3岁到6岁。特点是：(1) 体格生长比以前缓慢，但智力发展很快，与外界接触机会日益增多。(2) 各种小儿常见传染病发生机会仍较多。

学龄期（儿童期）：从7岁上学以后，其中7～12岁为小学学龄期，12～17岁为中学学龄期。这时期大脑皮质功能更加发达，其中中学儿童期是智力发育旺盛时期，体格发育也在这期形成第二次高峰。

青春期：从13、14岁到18、19岁左右，这是从儿童到成人的过渡期，一般从出现男、女性特征开始到体格发育基本停止为止。女孩一般为12～18岁，男孩一般为13～20岁。性发育逐渐成熟为本期特征。

应该说明，由于生长发育是一个连续的过程，上面六个时期之间并无明显界限。进行年龄分期的重要意义，在于根据各期特点安排保健工作。

## 2. 小儿体重增加有什么特点？

新生儿出生时，体重平均为3～3.5公斤（6～7市斤），男婴比女婴稍重。生后一周内，因吃奶少，胎粪排出，水分排泄多等原因，体重出现暂时性下降，医学上称为生理性体重下降，是正常现象。此后体重增加很快，且年龄越小，增加越快。生后前半年，体重增加最快，平均每月增加600克（0.6公斤）。后半年，每月平均增加500克（0.5公斤）。以后体重增加速度明显减慢，直到青春期前，按每年2公斤的速度增长。计算体重时，可参考下列公式：

1～6个月

体重（公斤）= 出生时体重 + 足月数 × 0.6。

7～12个月

体重（公斤）= 出生时体重 + 足月数 × 0.5。

2周岁以后

•• 2 ••