



YOUSHENG YOUYU BAOJIAN SANBAITI

优生优育保健三百题

内 容 简 介

本书通过对育儿实践中常遇到的三百个问题的解答，深入浅出、全面系统地介绍了优生、优生及儿童保健知识。

适用于每一阶层的未婚青年男女和已婚夫妇。

优生·优生·保健三百题

龚守良 姚远 编著

北方妇女儿童出版社出版

787×1092毫米32开本 10印张 210 000字数

吉林省新华书店发行

1987年4月第1版

1987年4月第1次印刷

2插页

印数1—26 016册

大安县印刷厂印刷

统一书号：7377·46

定价：1.60元

前 言

儿童，是每个幸福家庭的幸福所在，也是国家的希望和未来。

没有任何一对未婚青年希望他们的未来子女羸弱、愚痴；没有任何一对已婚夫妇希望他们待出生的小宝宝有任何生理缺陷；没有任何一对已有子女的父母希望他们的子女丑陋、发育不良。相反，每一对未婚青年、每一对已婚待做父母的夫妇、每一对已有子女的父母都希望他们的子女健康、聪明、漂亮。

但是，要生育一个健康、聪明、漂亮的孩子，光有良好的愿望是远远不够的。还必须学习、掌握和运用科学的育儿知识来武装自己的头脑，指导自己的行动。这样，才能使愿望成为现实。现在，优生、优育已成为我国人口政策的基本方针，也是每个家庭普遍关心的问题。基于上述原因，他们本着从根上入手，以发展婴幼儿正常生理发育、预防不良生育为主，治疗异常情况为辅的原则，编撰了这本《科学育儿知识问答》。

全书共分优生、优育（包括优教）、保健三篇，以通俗易懂的语言，全面系统地介绍了树立科学观念，正确选择配偶、过好新婚生活、孕期保健、婴幼儿教育、婴幼儿保健知识和方法。选题来源于群众实际遇到的问题，密切联系我国的生活习惯，以问答形式，有针对性地进行了解

答。

本书宗旨是：使未婚青年都通晓优生、优育知识，为生一个健康活泼的宝宝打下基础；使待做父母的夫妇，懂得如何注意克服不良习惯，促进婴幼儿的发育；使已有孩子的父母，能用正确的方法去指导行动，以便使他们的子女健康成长，成为国家和家庭希望成为的栋梁之材。

本书适用于城乡每一个家庭，每一对未婚青年及已婚夫妇。

本书在编写过程中，曾得到儿科专家郭鸿才的指导，谨表示感谢。

目 录

优 生 篇

一、遗传和优生	(1)
1. 优生是怎么回事?	(1)
2. 人是怎样把自己的特征传给子孙后代的?	(2)
3. 生男生女是怎么回事?	(3)
4. 为什么子女又不太象自己的父母?	(3)
5. 父母的身高能决定子女的身高吗?	(4)
6. 父母的血型和子女的血型有什么关系? 母子血型不合 会发生新生儿溶血症吗?	(6)
7. 遗传性疾病到底有多少种? 能防治吗?	(7)
8. 为什么禁止近亲结婚?	(8)
9. 找对象有没有科学?	(10)
10. 婚前检查包括哪些内容?	(10)
11. 为什么要开展遗传咨询?	(11)
12. 能预测胎儿性别吗?	(11)
二、生殖生理和性生活	(12)
13. 男女生殖器官都包括哪些部分?	(12)
14. 性征主要表现在哪些方面?	(15)
15. 女性为什么会来月经?	(16)
16. 遗精是怎么回事?	(16)
17. 两性畸形就是阴阳人吗?	(17)

18.怎样进行早期性教育?手淫有哪些害处?	(18)
19.怎样保持性器官卫生?	(20)
20.新婚夫妇怎样过好性生活?	(20)
21.男女性冲动包括哪些方面?	(21)
22.怎样注意妇女月经期、妊娠期、产褥期和哺乳期的 性生活?	(22)
23.哪些原因能引起性欲缺乏和性感不足? 怎么办?	(24)
24.性功能障碍怎么办?	(25)
三、计划生育	(27)
25.计划生育和优生有什么关系?	(27)
26.避孕都有哪些方法?避孕会影响性生活吗?	(28)
27.怎样使用避孕套?有哪些优点?	(29)
28.怎样使用阴道隔膜?哪些人不宜使用?	(30)
29.带避孕环需要注意些什么?对身体健康有影响吗? 放置多长时间为宜?放置时间长了,避孕环会不会 长入子宫壁内?	(30)
30.怎样选用各类口服避孕药?出现反应怎么办?哪些 妇女不宜服用?	(31)
31.安全期避孕法安全吗?	(32)
32.结扎输精管应注意哪些事情?这种手术 能影响性欲吗?	(33)
33.结扎输卵管对健康有影响吗?会出现男性 化吗?	(33)
34.哺乳期内能不能怀孕?	(34)
35.什么时候做人工流产最好?对身体健康有 影响吗?	(34)
36.绝育手术后还可以再生育吗?	(35)
37.哪些原因可以引起不孕症?有治疗办法吗?	(36)

四、怀孕 (37)

38. 妇女最佳生育期是多大年龄? 怎样选择好受孕
时机? (37)
39. 生命是怎样诞生的? (38)
40. 试管婴儿是怎么回事? 有什么科学价值? (39)
41. 怎样能知道自己怀孕了? (40)
42. 怀孕后何时出现胎动? 计数胎动有什么意义? (41)
43. 怎样按子宫的大小推算妊娠月份? (42)
44. 怎样注意孕期卫生? (42)
45. 孕妇忌口吗? 需要哪些营养补充? 饮食上应注意些
什么? (43)
46. 孕妇可以参加什么样的活动? (44)
47. 为什么孕妇用药宜慎重? 哪些药物对胎儿
不利? (45)
48. 烟酒对胎儿有哪些危害? (47)
49. 放射线对胎儿有哪些危害? (48)
50. 产前检查和产前诊断有什么区别? 怎样推
算预产期? (49)
51. 怎样预防妊娠剧吐? (50)
52. 孕期便秘怎么办? (51)
53. 孕期出现静脉曲张是怎么回事? (51)
54. 孕期为什么会引起痔疮? (52)
55. 妊娠中毒症是怎么回事? 怎样防治? (53)
56. 孕期有哪些情况会发生阴道流血? (54)
57. 孕期腹部过胀应考虑哪些原因? (54)
58. 孕妇被病毒感染对胎儿有何影响? (55)
59. 妊娠合并心脏病怎么办? (56)
60. 得了肝炎能继续妊娠吗? (56)
61. 活动性肺结核病人妊娠有危险吗? (57)

- 62.怎样预防孕期贫血? (57)
- 63.孕期合并慢性肾炎有哪些危害? 怎么办? (58)
- 64.患有糖尿病的孕妇在什么情况下考虑中止妊娠或继续妊娠? (59)
- 65.妊娠期患急性阑尾炎可否做手术? (59)
- 66.哪些原因可引起流产? 为什么不能盲目保胎? (60)
- 67.为什么说预防早产更重要? (61)
- 68.胎位异常有哪些矫正办法? (62)
- 69.什么叫围产期? 为什么要加强围产期保健工作? (63)
- 70.什么叫高危妊娠? 哪些情况属于高危妊娠? (63)
- 71.过期妊娠有危险吗? (64)

五、分娩 (64)

- 72.孕妇心理对妊娠分娩有影响吗? (64)
- 73.决定顺产和难产有哪几个因素? (65)
- 74.分娩时有哪些先兆? (66)
- 75.在家分娩时应做哪些准备? (67)
- 76.怎样做自我助产手法? (67)
- 77.分娩时应该注意哪些事情? (68)
- 78.阴道分娩和剖腹产哪个好? (68)
- 79.计划分娩是怎么一回事? (69)

六、产后 (70)

- 80.产后会发生哪些正常现象? (70)
- 81.为什么要注意产后卫生? 应注意些什么? (72)
- 82.怎样安排产后饮食? (73)
- 83.哺乳期饮食要注意些什么? (74)
- 84.乳母用药对婴儿有影响吗? (74)
- 85.产妇什么时候可以下床活动? 需要注意些什么? (75)

- 86.哪些原因可以引起产后出血? (76)
- 87.产后尿排不出怎么办? (76)
- 88.产褥感染是怎么回事? (77)
- 89.产后为什么发生腹痛? (78)
- 90.什么叫子宫复旧不全? 怎么处理? (78)
- 91.怎样注意哺乳期卫生? (79)
- 92.分娩后乳房过胀怎么办? (79)
- 93.怎样预防乳头破裂? (80)
- 94.怎样治疗急性乳腺炎? (80)
- 95.乳汁不足有哪些催乳办法? (81)
- 96.在伏天里“捂月子”有什么害处? (82)

优 育 篇

一、新生儿保健 (83)

- 97.正常足月新生儿和异常新生儿都有哪些特点? (83)
- 98.新生儿居室有哪些要求? 母亲如何注意卫生? (85)
- 99.给新生儿做什么样衣服和被褥? (85)
- 100.选择什么样的尿布好? (86)
- 101.新生儿睡眠有哪些要求? (86)
- 102.怎样清洁口、鼻、眼和臀部? (87)
- 103.怎样处理脐带? (88)
- 104.怎样给新生儿洗澡? (88)
- 105.新生儿黄疸是怎么回事? (88)
- 106.出生后为什么体重下降? (89)
- 107.新生儿为什么出现脱水热? (89)
- 108.乳房肿胀时为什么不能挤压? (90)
- 109.假月经是怎么回事? (90)
- 110.为什么阴囊(或阴唇)肿大? (90)
- 111.上皮珠就是马牙子吗? (90)

112. 怎样处理新生儿胎脂?	(91)
113. 新生儿斑、疹何时消退?	(91)
114. 新生儿足内翻是一种畸形现象吗?	(92)
二、小儿喂养	(92)
115. 为什么提倡人乳喂养?	(92)
116. 人乳成分为什么变化较大?	(93)
117. 怎样安排喂奶时间?	(94)
118. 哺乳时需注意些什么?	(94)
119. 正常婴儿全日哺乳量是多少?	(95)
120. 如何判断奶量是否充足?	(95)
121. 哪些原因影响乳汁分泌?	(96)
122. 何时断奶好? 需注意哪些事情?	(96)
123. 什么情况下采用混合喂养?	(97)
124. 牛乳和人乳有何区别?	(97)
125. 怎样稀释牛乳?	(98)
126. 怎样计算牛乳用量?	(99)
127. 除了牛乳, 还有哪些乳品或代乳品可作为人 工喂养用?	(99)
128. 怎样制作5410代乳糕?	(101)
129. 怎样食用代乳粉(糕)?	(101)
130. 人工喂养要注意哪些事项?	(102)
131. 怎样给小儿添加辅助食品?	(103)
132. 添加辅助食品有哪些要求?	(104)
133. 怎样制作常用的辅助食品?	(105)
134. 幼儿期饮食需注意哪些方面?	(106)
三、预防接种	(107)
135. 预防接种有什么重要意义? 为什么要按时 复种?	(107)
136. 哪些情况不宜预防接种?	(109)

137.通常需预防接种哪几种疫苗或菌苗? (109)

138.怎样处理预防接种后反应? (111)

139.为什么不能滥用胎盘球蛋白? (111)

四、生活管理和体格锻炼..... (112)

140.为什么要合理安排小儿的一天生活?

怎样安排? (112)

141.怎样培养小儿独立生活的能力? (113)

142.怎样培养小儿良好的饮食习惯? (114)

143.怎样培养小儿良好的睡眠习惯? (115)

144.怎样培养小儿良好的大小便习惯? (116)

145.怎样培养小儿良好的卫生习惯? (117)

146.给小儿选择什么衣服好? (117)

147.怎样给小儿创造一个良好的生活环境? (119)

148.为什么要加强小儿体格锻炼? 需要

注意些什么? (120)

149.怎样进行日光浴锻炼? (121)

150.怎样进行空气浴锻炼? (122)

151.怎样进行水浴锻炼? (123)

152.怎样做小儿保健体操? (124)

五、早期教育..... (125)

153.为什么要进行早期教育? (125)

154.早期教育应注意哪些问题? (126)

155.父母怎样做好培养孩子的第一任教师? (128)

156.胎儿有感知吗? (129)

157.什么叫胎教? 怎样进行胎教? (130)

158.小儿心理发展有哪些特点? (132)

159.怎样促进小儿感知觉的发展? (134)

160.小儿正常语言发育如何? 怎样进行语言教育? (136)

161.小儿正常动作发育如何? 怎样加强动作训练? (137)

- 162.怎样指导小儿的观察力? (138)
- 163.怎样加强小儿的记忆力? (139)
- 164.怎样促进小儿的思维力? (141)
- 165.怎样培养小儿的想象力? (142)
- 166.怎样发挥小儿的创造力? (143)
- 167.怎样对小儿进行美的教育? (145)
- 168.怎样培养小儿的优良品德? (146)
- 169.怎样给小儿选择玩具? (148)
- 170.怎样引导小儿做游戏? (149)
- 171.怎样给小儿讲故事? (151)
- 172.怎样回答小儿提出的问题? (152)
- 173.怎样看待孩子的淘气和贪玩? (153)
- 174.怎样提高小儿认数的能力? (154)
- 175.小儿识字多智力就高吗? (155)
- 176.怎样指导小儿画画、唱歌? (156)
- 177.小儿收看电视需要注意哪些事情? (157)
- 178.什么叫智力? 什么叫智商? (158)
- 179.智力与遗传、环境都有关吗? 怎样预防智力低下小
儿的发生? (159)
- 180.怎样教育智力低下的小儿? (161)
- 181.智力超常儿童就是“神童”吗? 怎样教育和培养超
常儿童? (162)
- 182.为什么要强调对独生子女的早期教育? (164)

六、小儿的护理 (165)

- 183.小儿的家庭护理包括哪些内容? (165)
- 184.怎样做好口腔、眼睛和皮肤的护理? (166)
- 185.怎样预防和护理褥疮? (167)
- 186.怎样制作病儿饮食? (168)
- 187.小儿正常体重、身高、头围和胸围是多少? (169)

188.怎样测量体重、身高、头围和胸围？	(170)
189.检查小儿囟门有什么意义？	(171)
190.小儿何时出牙？怎样保护牙齿？换牙时 应注意些什么？	(172)
191.怎样保护小儿的视力？	(174)
192.怎样保护小儿的听力？	(177)
193.体温和脉搏的正常值是多少？怎样测量？	(178)
194.小儿的用药剂量是怎样计算的？	(179)
195.为什么不能滥用药物？	(180)
196.怎样给小儿喂药？	(182)
197.怎样给小儿滴药和换药？	(183)
198.打针比吃药好吗？	(184)
199.为什么要按时按量给小儿用药？	(185)
200.家庭常备小儿药物需注意些什么？ (附：小儿家庭常备药物)	(186)
201.怎样进行热敷和冷敷？	(195)
202.腰穿能使小儿变傻、瘫痪吗？	(197)
203.怎样在家采集待检验的尿液、粪便和痰液？需要注 意哪些事情？	(197)
204.怎样做好家庭隔离和消毒？ (附：急性传染病的潜伏期、隔离期和检疫期及 常用化学药品消毒法)	(199)
205.如何观察小儿是否得病？	(205)
206.怎样护理早产儿？	(206)
207.怎样护理好长期的慢性病患儿？	(207)
208.怎样向医生诉说小儿病情？	(209)

保 健 篇

一、意外事故的处理	(211)
-----------------	-------

209.气管和胃进入异物怎么办?	(211)
210.眼、耳、鼻及其它部位进入异物怎么办?	(212)
211.怎样处理小儿切伤、烧伤、烫伤和冻伤?	(213)
212.小儿中暑怎么办?	(214)
213.怎样抢救煤气中毒小儿? 怎样进行口对口人工呼吸 和胸外心脏挤压术?	(215)
214.如何处理小儿食物、医药和农药中毒?	(216)
215.触电和雷击怎么办?	(217)
216.怎样抢救溺水、掉入粪池和晕倒在菜窖 的小儿?	(218)
217.蜂蜇、虫叮、狗咬时怎么办?	(218)
218.怎样临时处理骨折?	(219)
二、常见症状的处理	(220)
219.发热时怎么处理?	(220)
220.小儿哭闹就是有病吗?	(221)
221.哪些情况可引起皮肤青紫?	(223)
222.哪些情况可出现多汗?	(223)
223.哪些原因可引起头痛?	(224)
224.哪些原因引起小儿肥胖和消瘦?	(225)
三、新生儿疾病	(226)
225.为什么新生儿易患败血症?	(226)
226.新生儿肺炎有哪些表现?	(227)
227.新生儿乳腺炎是怎么引起的?	(227)
228.怎样处理新生儿脐炎?	(228)
229.怎样治疗新生儿腹泻?	(228)
230.怎样预防新生儿破伤风?	(229)
231.新生儿为什么易患硬肿症?	(229)
232.头颅血肿和产瘤有何区别?	(230)
233.新生儿颅内出血可出现哪些症状?	(231)

234. 哪些原因可以引起新生儿窒息? 会留下 后遗症吗?	(231)
四、传 染 病	(232)
235. 怎样护理好麻疹病儿?	(232)
236. 得了水痘会留下疤痕吗? 怎样防治水痘?	(233)
237. 幼儿急疹和风疹有何区别?	(234)
238. 传染性红斑也是一种发疹性疾病吗?	(235)
239. 猩红热有哪些症状? 怎样防治?	(236)
240. 得了肝炎怎么办?	(237)
241. 痄腮就是流行性腮腺炎吗?	(238)
242. 流行性乙型脑炎是由蚊子传播的吗?	(239)
243. 怎样及早发现和防治小儿麻痹症?	(240)
244. 怎样防治流行性脑脊髓膜炎?	(241)
245. 百日咳病儿真的要咳嗽100天吗?	(242)
246. 小儿主要患哪几种结核病? 做结核菌素试验有什么 意义?	(243)
五、内科疾病的防治	(244)
247. 怎样预防佝偻病? 注射维生素D不长个吗?	(244)
248. 怎样判断营养不良?	(246)
249. 人就应该有蛔虫吗?	(247)
250. 得了蛲虫病为什么晚间肛门奇痒难忍?	(248)
251. 打喷嚏是咋回事?	(249)
252. 感冒是百病之源吗?	(250)
253. 怎样防治小儿支气管炎?	(251)
254. 小儿为什么易患肺炎? 怎样防治?	(252)
255. 怎样防治支气管哮喘?	(253)
256. 怎样纠正小儿厌食?	(254)
257. 哪些原因可引起呕吐? 怎样处理? 漾奶和呕吐有何 区别?	(255)

258.哪些疾病可引起腹痛?	(257)
259.怎样观察小儿正常和异常粪便?	(258)
260.怎样防治小儿腹泻? 得了痢疾有哪些特点?	(260)
261.小儿便秘怎么办?	(261)
262.哪些原因可引起便血?	(262)
263.小儿为什么会得先天性心脏病? 何时手术 治疗最好?	(263)
264.得了心肌炎应该注意哪些事情?	(264)
265.风湿病是一种什么样疾病? 有哪五大主症? 怎样预 防和治疗?	(265)
266.小儿每天尿量和排尿次数是多少?	(266)
267.什么情况下出现排尿异常?	(267)
268.尿色变化和哪些疾病有关?	(268)
269.泌尿道感染包括哪些部位的炎症? 怎样防治?	(268)
270.怎样治疗急性肾炎?	(269)
271.有治疗夜尿症的方法吗?	(270)
272.有哪几种常见的贫血? 怎样治疗?	(271)
273.哪些原因可引起抽风? 怎样处理?	(273)
274.颅脑损伤会出现哪些症状?	(275)
275.小儿梦游是怎么一回事?	(275)
276.夜惊是一种病态吗?	(276)
277.怎样纠正吮手指的坏习惯?	(276)
278.异食癖是怎么一回事?	(277)
279.口吃能矫治吗?	(278)
280.小儿多动是病态吗?	(279)
281.什么叫免疫缺陷病? 小儿反复感染与免疫缺陷病有 关吗?	(281)

六、外科、皮肤科和五官科疾病的防治 (282)

282.小儿阑尾炎有哪些特点?	(282)
-----------------------	---------

283.肠套叠是怎么一回事?	(283)
284.几种体表常见的先天性畸形何时矫治?	(283)
285.手脚皸裂怎么办?	(287)
286.怎样防治婴儿湿疹?	(287)
287.怎样预防尿布疹?	(289)
288.起痱子怎么办?	(290)
289.得了黄水疮或疖肿怎样处理?	(290)
290.沙眼有哪些危害? 怎样防治?	(292)
291.什么叫麦粒肿和霰粒肿?	(292)
292.怎样防治红眼病?	(293)
293.怎样防治鹅口疮和疱疹性口腔炎?	(294)
294.龋齿是虫子蛀的吗?	(295)
295.小儿流口水怎么办?	(296)
296.闹耳底子就是化脓性中耳炎吗?	(297)
297.怎样处理和预防鼻出血?	(298)
298.扁桃体肿大该不该手术切除?	(299)
299.先天性喉鸣是怎么一回事?	(300)
300.为什么对急性喉炎不能麻痹大意?	(300)