



娃娃1000天丛书

养 丁壮娃娃



74
3

(浙)新登字第3号

责任编辑 卞际平

封面设计 孙 菁

娃娃 1000 天丛书



养个壮娃娃

凌万军 葛春芳 编

*

浙江科学技术出版社出版

浙江新华印刷厂印刷

浙江省新华书店发行

*

开本 787×1092 1/16 印张 11.75 字数 250 000

1994 年 12 月第 一 版

1994 年 12 月第一次印刷

*

ISBN 7-5341-0709-1/R · 118

定 价:12.00 元

致年轻的父母

当代中国出生成长的娃娃,是幸运的一代,从他们孕育于母体的开始,便沐浴着改革开放的春风,承受着社会和家庭无微不至的关怀。每一位年轻的父母,不仅希望自己的娃娃有一个健壮的体魄,而且希望他们具有健全的智力和健康的人格,“青出于蓝而胜于蓝”,一代更比一代强。

生育,妊娠分娩,是人类繁衍后代的本能,是正常的生理过程。但是,妊娠毕竟会使孕妇身体发生很大的变化,也容易并发一些在非妊娠情况下并不显露的异常情况。著名产科学家林巧稚教授有一句名言:“妊娠不是病,妊娠要防病”。她告诫每一位年轻的父母,应该懂得一点生育知识,学会孕期保健,保护孕妇,保护胎儿。由于提倡少生、优生,人们越来越感觉到,应该把母亲和胎儿作为一个“整体”来考虑。严格地说,当健康的受精卵下榻于子宫,一个新的生命开始庄严的历程时,夫妇就随之转化为父母,在日常生活的生理活动以至心理活动中,就要时时刻刻注意到娃娃的存在。例如:保持愉快的心态,对未来充满美好的憧憬;孕期慎重用药,避免接触放射线;抽烟、酗酒应当禁忌;可能导致伤害娃娃的性行为应当避免,等等。同时还要保证孕期有足够的营养,为娃娃今后的成长打下坚实的物质基础。我们常说的先天足与不足,其实就取决于沉睡在母腹中混沌沌的 280 天。

当娃娃呱呱坠地、开始人生旅途时,他(她)到达的第一站便是家。家庭是娃娃第一个生活环境,父母是娃娃的第一任教师。随着娃娃的出生、成长,不仅需要父母给予“物质食粮”,而且还需要“精神食粮”,这里尤为重要的是,父母对娃娃种种有意无意的引导和影响,以及父母的言行对娃娃的启蒙、成长、智力开发和能力培养、健康人格的形成,起着不可估量的作用。我国目前正由多子女的家庭结构转变为独生子女的家庭结构。这种巨大的变化具有深刻的社会学意义。它无论在生理、心理、伦理以及社会道德等方面,都为我们提出了许多亟待研究解决的问题。其中,如何使独生子女独生而不孤独地生活,防止独生子女所拥有的优越条件由于缺乏科学地引导和运用,转化为消极因素,就是重要的课题之一。如今年轻的父母多数已认识到,对于“爱情的结晶”,不仅要爱,而且要教。因为,他能给家庭带来不尽的欢乐,也能给家庭带来无穷的烦恼。

这套《娃娃 1000 天丛书》,正是围绕“优生、优育、优教”这个主题,向年轻父母介绍孕、产妇保健知识,为保护母婴健康提供日常生活指导,提示养育娃娃的科学方法,共同探讨在“生、养、教”各个方面可能碰到的问题和解决办法。按照生育的不同阶段,这套丛书设 3 个分册,并形象地冠以《生个胖娃娃》、《养个壮娃娃》、《教个好娃娃》分册名,充分表达了编写者的写作宗旨和良好祝愿。

祈望这套丛书能进入千家万户,成为年轻父母的良朋益友,共同托起明天的太阳。

毓 人

Neirong Tiyao

内容提要

《娃娃 1000 天丛书》由《生个胖娃娃》、《养个壮娃娃》、《教个好娃娃》三册组成。

《生个胖娃娃》——

从妇女怀孕期和产褥期的身心特点、合理营养、自我保健以及为了孩子等方面为孕、产妇的平安、顺利，胎儿的健康、聪明提供指南。这中间，也为患有某些疾病的母婴健康提供吃、穿、住、行等方面的家庭生活指导。力图使孩子“呱呱”堕地就具有良好的禀赋。

《养个壮娃娃》——

从孩子出生这一天开始至 3 岁逐一介绍孩子的生理、心理特点，并根据孩子各阶段的特点，介绍一些科学喂养与自我保健的常识。力图使孩子有一个健康强壮的体魄。

《教个好娃娃》——

根据孩子的年龄特征、身心接受能力系统地介绍合情合理的家教方法，强调教育环境，突出动作学习、基本语言技能训练等，让孩子在不同的生长发育阶段及时学会各种技能，包括语言、动作、游戏、生活等的能力，也为日后进一步智力开发奠定基础。力图使孩子从小就出类拔萃。

配合这套《娃娃 1000 天丛书》，我们另外还编写设计了一本可以记录孩子成长轨迹的《娃娃成长录》，奉献给各位年轻的父母。

Wawa Yiqiantian Congshu · Yangge Zhuang Wawa · 养个壮娃娃

Mulu

目录

出生这天

- 1 新生儿体重、身长与外貌 ...2
- 2 可能出现的异常 ...3
- 3 给孩子喂初乳 ...4
- 4 大便与小便 ...5

第1个月

● 这期孩子

- 5 呼吸浅而快 ...7
- 6 心跳得比大人快 ...7
- 7 四肢体温低 ...8
- 8 肾脏功能有限 ...8
- 9 容易缺氧 ...8
- 10 溢乳不足为怪 ...9
- 11 肠壁通透性高 ...9
- 12 淀粉酶功能低下 ...10
- 13 解毒能力差 ...10
- 14 抗病能力低 ...10
- 15 体温调节不完善 ...11
- 16 皮肤与胎脂 ...11
- 17 螳螂嘴和马牙 ...12

- 18 女婴阴道会出血 ...12
- 19 皮肤和巩膜会有黄染 ...12
- 20 从呱呱坠地到哈哈会笑 ...13

● 喂养

- 21 务必用母乳喂养 ...15
- 22 喂母乳的正确姿势 ...16
- 23 喂母乳的时间 ...16
- 24 喂母乳的方法 ...17
- 25 确保母乳充足 ...18
- 26 乳汁不足的原因 ...18
- 27 母乳不足怎么办 ...19
- 28 母乳喂养宜多久 ...19
- 29 哺乳困难和无法哺乳 ...20
- 30 选择最佳的代乳品 ...20
- 31 如何喂代乳品 ...21
- 32 大便色质与代乳品的调配 ...22
- 33 乳母与药物 ...22
- 34 乳母与食物 ...23
- 35 讲究早产儿的喂乳 ...24

● 保健

- 36 尽可能不用奶瓶喂奶 ...27
- 37 奶瓶的选择和使用 ...28



- 38 居室与环境 ...28
- 39 衣着 ...30
- 40 尿布 ...30
- 41 母亲乳头凹陷 ...31
- 42 给孩子洗澡 ...32
- 43 开窗睡眠 ...33
- 44 脐带和脐部 ...34
- 45 肚脐突出 ...35
- 46 凶门的大小与凹凸 ...35
- 47 婴儿湿疹 ...36
- 48 臀部红斑和糜烂 ...37
- 49 腹泻 ...38
- 50 便秘 ...39
- 51 防止意外 ...41
- 52 患病信号 ...42
- 53 接种卡介苗,预防结核病 ...43
- 54 为孩子测量体格 ...44

第2—12个月

● 这期孩子

- 55 呼吸系统发育未成熟 ...47
- 56 肝脏较成人的大 ...47
- 57 肠壁通透性仍很高 ...48
- 58 溢乳现象渐渐消失 ...48
- 59 乳牙破龈而出 ...49

- 60 出牙时的特殊现象 ...49
- 61 从哈哈会笑到会走会叫 ...50

● 喂养

- 62 每日营养素供给量 ...56
- 63 继续喂哺乳类食物 ...57
- 64 何时开始添辅食 ...57
- 65 添加辅食前的忠告 ...58
- 66 添加辅食的程序 ...59
- 67 选择水果 ...61
- 68 断奶准备 ...62

● 保健

- 69 四季衣裤选择 ...65
- 70 睡眠充足 ...65
- 71 不要讨厌孩子流口水 ...66
- 72 夜啼 ...67
- 73 左利和右利 ...68
- 74 排便习惯训练 ...69
- 75 保护乳牙 ...71
- 76 保护皮肤 ...72
- 77 抱抱孩子 ...73
- 78 让孩子哭几声 ...74
- 79 需要风吹日晒 ...75
- 80 婴儿体操 ...76
- 81 一天生活安排 ...80
- 82 观察孩子成长 ...81

- 83 喂养不当的病症 ...81
- 84 奶龋 ...83
- 85 缺钙和缺维生素 D ...85
- 86 缺铁性贫血 ...87
- 87 感冒咳嗽的预防 ...88
- 88 感冒咳嗽的家庭治疗和护理 ...89
- 89 发热怎么办 ...90
- 90 病后需要进食多些 ...92
- 91 预防意外事故 ...92
- 92 预防接种 ...94
- 93 每月称体重 ...95
- 94 带孩子去体格检查 ...96

第 13—24 个月

● 这期孩子

- 95 正常身心 ...99
- 96 自身抗病能力产生和加强 ...101
- 97 乳牙渐渐长齐 ...102
- 98 凶门闭合 ...102
- 99 体态趋向完美 ...103

● 喂养

- 100 每日营养素供给量 ...104
- 101 营养素不足的自我判断 ...105
- 102 每日 5—6 餐 ...106
- 103 完全断奶 ...106

- 104 断奶后的护理和饮食 ...107
- 105 是否要给零食 ...108
- 106 不想吃饭 ...110
- 107 不吃蔬菜 ...112
- 108 不爱吃肉 ...113
- 109 注意维生素 A 的摄入 ...114
- 110 饮食习惯 ...115
- 111 幼儿菜单设计 ...115

● 保健

- 112 一天生活安排 ...117
- 113 四季衣服选择 ...118
- 114 不穿开裆裤 ...118
- 115 选择鞋子 ...119
- 116 单独睡眠 ...120
- 117 爱清洁,讲卫生 ...121
- 118 体格锻炼 ...122
- 119 模仿操 ...123
- 120 生理发育训练 ...125
- 121 需要回避 ...126
- 122 预防意外事故 ...127
- 123 不想睡觉 ...129
- 124 喂养不当的病症 ...131
- 125 肥胖不是健康 ...132
- 126 肥胖怎么办 ...133
- 127 当孩子发热时 ...135



- 128 预防接种的病症 ...137
- 129 每月称体重 ...138
- 130 带孩子去体格检查 ...139

第25—36个月

● 这期孩子

- 131 正常身心 ...142
- 132 乳牙长齐 ...144
- 133 扁桃体肥大 ...144
- 134 身材趋向苗条 ...144
- 135 可能还会遗尿 ...145

● 喂养

- 136 每日营养素供给量 ...147
- 137 一日5—6餐 ...148
- 138 食物的选择与烹饪 ...149
- 139 偏食 ...150
- 140 厌食 ...151

● 保健

- 141 一天生活安排 ...154
- 142 体格锻炼 ...155

- 143 儿歌模仿操 ...157
- 144 生理发育训练 ...158
- 145 为孩子创造一个游戏环境 ...159
- 146 刷牙 ...160
- 147 自己料理自己 ...161
- 148 个人卫生 ...162
- 149 可以撒尿布么 ...163
- 150 喂养不当的病症 ...164
- 151 预防意外事故 ...165
- 152 警惕口吃 ...167
- 153 便盆不宜久坐 ...168
- 154 保护视觉 ...169
- 155 弱视 ...170
- 156 斜视 ...171
- 157 夜惊与睡眠不宁 ...173
- 158 肛门瘙痒 ...174
- 159 大便发现蛔虫 ...176
- 160 当心传染病 ...177
- 161 每月称体重 ...179
- 162 带孩子去体格检查 ...179

Chushengzhetian 出生这天

十月怀胎，一朝分娩。孩子出生这一天，短短 24 小时，不论是父母还是孩子，都是人生旅途中转折性的一瞬间。在这一瞬间里，父母或他人首先给孩子的，大多是一番评头品足。在此需要提醒父母们，孩子男也好、女也好，胖也好、瘦也好，美也好、丑也好，孩子毕竟是父母的孩子，在一番评头品足之后，务必不可忘记请给孩子只有母亲才能奉献的一份神圣母爱——初乳。



1 新生儿体重、 身长与外貌

正常新生儿是指母体妊娠 37 周以上出生, 出生体重超过 2500 克的孩子。虽然医学上将符合这两条标准的孩子称为正常新生儿, 但是, 凡符合这二条标准的一般均还有如下显示“正常”的特点: 身长超过 47 厘米, 全身基本无胎毛, 头发分条清楚, 耳壳软骨发育良好, 不论男孩女孩乳房都可摸到结节, 指(趾)甲长到或长过指(趾)端, 足底有较深的跖纹。男孩阴囊有多量皱褶, 睾丸下降, 女孩大阴唇完全遮蔽小阴唇。

从胎龄、出生体重来区分新生儿, 除了正常新生儿以外, 还有早产儿、足月小样儿和过期产儿。顾名思义, 早产儿即是胎龄不满 37 周、器官功能相应达不到正常新生儿标准的新生儿; 足月小样儿是指胎龄在 38—42 周, 而体重小于 2500 克的新生儿; 过期产儿则是指胎龄超过 42 周的新生儿。临床上, 早产儿多半体重小于 2500 克, 但也有大于 2500 克的; 足月小样儿虽然体重小于 2500 克, 但器官功能却有成熟或不成熟之分; 过期产儿若在母体胎盘功能衰退环境下出生, 体重偏低, 但很少低于 2500 克的, 若在母体胎盘功能正常环境下出生, 体重偏高, 甚至可成巨大儿。临床上以在胎盘功能衰退环境下出生的胎儿为多, 这种过期产儿具有一系列临床症状, 称胎盘功能不全综合征。下表是正常新生儿、早产儿、足月小样儿、过期产儿外貌特点比较, 以便在胎龄不明时诊断新生儿是正常新生儿还是早产儿、足月小样儿、过期产儿? 这样也好区别对待、合理护理。

表
新生儿外貌特点比较

	正常新生儿	早产儿	足月小样儿	过期产儿 (胎盘功能不全综合征)
皮肤	由胎脂覆盖, 基本无胎毛, 皮下脂肪多	松弛, 多皱纹, 胎毛少, 胎脂少, 皮下脂肪少	干燥脱皮, 胎毛少, 有较多胎脂覆盖, 皮下脂肪较少	松弛, 干燥脱皮, 胎脂和皮下脂肪均少
头发	分条清楚、较长	卷曲、分条不清、短	分条清楚、较长	分条清楚、较长
颅骨	有一定硬度, 骨缝窄, 前囟门 1.5×2 厘米大小, 后囟很小或已闭	软, 骨缝阔, 囟门比正常大	有一定硬度, 骨缝窄, 囟门正常大小	有一定硬度, 骨缝窄, 前囟门可以小于 1.5×2 厘米, 后囟大多已闭
耳壳	软骨发育良好, 轮廓清楚	软骨发育差, 紧贴颞部, 轮廓不清楚	软骨发育好, 轮廓清楚	软骨发育良好, 轮廓清楚
乳房	能摸到乳腺结节	不能摸到乳腺结节	能摸到乳腺结节	能摸到乳腺结节
指(趾)甲	超过指(趾)端	薄, 不超过指(趾)端	超过指(趾)端	超过指(趾)端, 过厚较长者色黄
跖纹	多而深	极少且不明显	多而深	多而深
外生殖器	男孩阴囊皱褶多, 睾丸已降, 女孩大阴唇发育好, 能遮蔽小阴唇	男孩阴囊皱褶少, 睾丸未降, 女孩小阴唇大而厚, 大阴唇发育差, 故不能遮蔽小阴唇	男孩阴囊皱褶多, 睾丸已降, 女孩大阴唇发育好, 能遮蔽小阴唇	男孩阴囊皱褶多, 睾丸已降, 女孩大阴唇发育好, 能遮蔽小阴唇
头身比例	1/4	1/3	约 1/4	约 1/4

当孩子“哇”地一声来到这个世界的时候,躺在产床上的母亲尽管疲惫不堪,出于对孩子的爱心和期望还是会向医生提出这样的要求:“抱来让我看看。”

尽管谁都不愿意看到自己的孩子带有这样和那样的异常,但异常现象还是时有所见。出生时可能出现的异常有的能随着日、月的流逝由异常转变为正常,有的则不能,需在以后通过各种医疗手段医治康复。

以下所列是出生这一天可能看到的新生儿与众不同之处。

■ 1 头颅血肿:分娩过程中胎头受母体产道压迫,使颅骨骨膜下血管破裂(这些血管都是微小血管),血液停留于局部,即出现头颅血肿。头颅血肿在出生当天可以是较小的,过2—3天后会慢慢增大,1—2月之间自行吸收好转,不留痕迹。它边界清楚,大小不超过颅骨骨缝,压之柔软囊性感,不痛。头颅血肿与颅脑无关,对健康无任何影响。

■ 2 产瘤:大多发生于产程较长的新生儿。分娩过程中头先露部位(枕部)软组织由于较长时间滞留于产道内,局部缺乏血液营养而发生水肿。这一水肿块可超过头颅中线和骨缝,大小不一,边界不清,压之凹陷,较迟平复。产瘤在孩子出生时就明显存在,大约在产后1—3天内自行吸收,无需任何治疗。产瘤不影响健康,更不影响以后的生长发育。

■ 3 青记:这是长在尾骶部(腰背以下臀以上)、臀部、腰背部的一块不高于皮肤的青色或青灰色色素斑,边缘明显,呈不规则状,压之不褪色。医学称此为胎生青记或胎痣。造成这一色素斑的原因是皮肤深层色素细胞堆积之故。它无疼痛之感,也不引起后患,大约5—6年后能自行消失。

■ 4 耳前赘生物:耳朵前多生一个或几个肉质疙瘩,一般如黄豆大小,出现于单侧耳前,也有双侧耳前都有的,但不多。民间称此为“小耳朵”,医学称耳前赘生物。有的会随年龄增大而增大,有的则不会。耳前赘生物除了影响美观外,不影响健康。较小不显眼又不随年月增加而增大者,可任其自然,显眼影响美观或随年月增加而增大者可选择适当时间手术除去。

■ 5 血管瘤:毛细血管扩张和内皮细胞增生所致,鲜红或暗红,有的不高出正常皮肤,有的稍高出正常皮肤,呈不规则状态,但边界清楚,压之褪色,压力解除后又立即恢复原状。该血管瘤大小不等,好发于除四肢以外的身体任何部位。有的血管瘤在缓慢的发展过程中最后停止而自愈,有的

发展缓慢但不能停止自愈,需用各种医疗手段医治。体表血管瘤除影响外观外,其本身对身体健康无多大影响。

■长牙:按理说,最早长牙是在出生 6 月前后。与生俱来的牙齿医学上叫诞生牙或早出牙,一般都长于牙弓前。诞生牙分二种,一是真正的乳牙,二是多生牙。前者与出生 6 月前后长出的乳牙在位置与牢固性上无多大区别,后者大多是歪斜和松动的,能自行脱落。对位置较好又有一定牢固性的真正乳牙,尽管它的存在妨碍吸乳,但还是以不拔除为好,因为一旦拔除,那以后牙弓上就再也不会会有这颗乳牙了。对多生牙,则还是及时拔除为好,因为让其自然脱落,有可能掉入气管,酿成大祸,而且,拔掉以后待 6—7 月又会长出真正的乳牙。

■先天畸形:我国新生儿先天畸形比较多见的是腭裂和唇裂、先天性心脏病、多指、马蹄内翻足、先天愚型、尿道下裂等。虽然先天畸形的发病率不是很高,万一出现,需要冷静与慎重,视病种、病情选择合适的方法适时医治。在此,请教一下医生,相信医生定能为此作出最佳指南的。

3 给孩子喂初乳

表
各期人乳所含成分表
(%)

时 期	蛋白质	脂肪	糖	矿物质	各种免疫物质
初乳(产后 12 日)	2.25	2.83	7.59	0.3077	大量
过渡期乳(产后 13—30 日)	1.56	4.37	7.74	0.2407	较多
成熟乳(产后 2—9 月)	1.15	3.26	7.50	0.2062	较少
晚乳(产后 10—20 月)	1.07	3.16	7.47	0.1978	极少

乳汁的分泌需要生乳素和催产素这两种物质的帮助,生乳素是泌乳的基础,由脑垂体前叶分泌,每次对乳头的吸吮刺激能促使脑垂体前叶分泌生乳素。催产素则是使乳腺周围肌细胞及乳腺管收缩、排出乳汁,这一催产素也能由吸吮乳头的反射性刺激由脑垂体后叶产生。

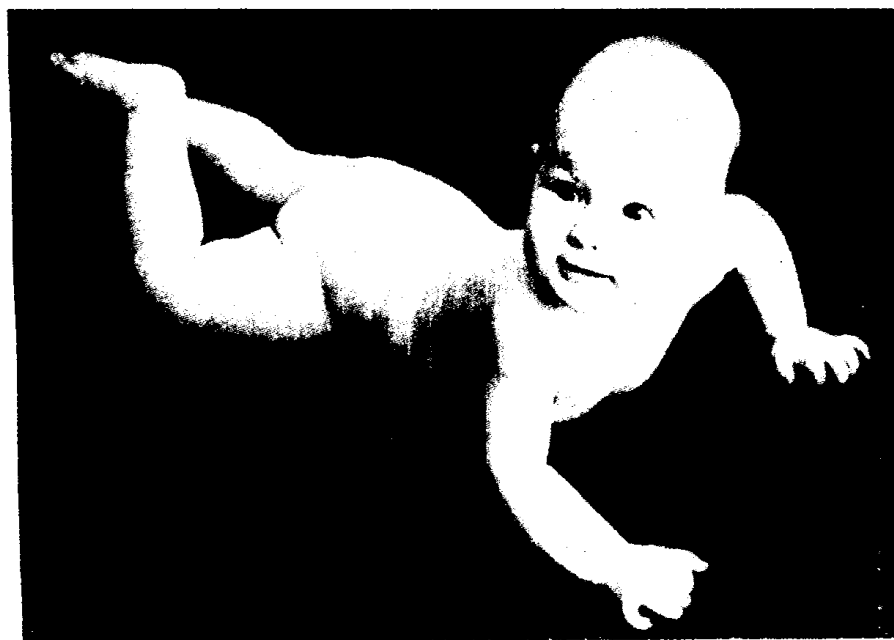
给孩子喂初乳,是一件很方便也是一件很有意义的事,正常新生儿出生时就存在着一种本能行为:觅食和吸吮。如果没有意外的话,尽可能早地(不晚于出生后 1 小时)让孩

子吸吮初乳,这不仅及早给孩子提供了一种最为理想的初次食物,也为孩子的抗病能力注入了一剂安全有效的天然免疫剂,孩子在以后的日子里会少生病或不生病。母体在尽早给孩子喂初乳时产生的生乳素和催产素还有助于乳腺发育和乳汁分泌,为以后哺乳奠定基础,同时也有助于子宫收缩复旧,产褥尽快康复。如果说母乳喂养是养育孩子的明智之举,那么,喂初乳就是明智之举中的精华了。

给孩子喂初乳,于孩子、于母体,都有利可图,应该乐而为之。

习惯的认识总是有吃才有厕的。出生这一天不少新生儿还未进食或者是还只刚刚吸吮了母体初乳,那来大便与小便?一些初为父母者看到自己刚生下的孩子解出了大便与小便并且又和自己常见的有异,就忧心如焚,其实这是大可不必的。初生婴儿虽然还没有进食任何食物,但体内新陈代谢却早已进行。出生这一天孩子排出的大便是肠分泌物在一些酶的作用下所产生的代谢物,其中混有少量胆汁,颜色呈黑或暗绿,糊状较稠,称胎粪,生后 48 小时内排清,若 24 小时后仍无胎粪排出者,应怀疑是否有消化道畸形。小便在出生 24 小时内也有排出,但并不是一定的,有的迟在 48 小时后。第一次排出的小便色暗红,似乎有点混浊,与平时常见的大不一样,造成这一异样小便的原因是体内一种尿酸盐作的祟,大约 1—2 天后随着母乳的进食会慢慢澄清。

4 大便与小便



Di 1 genome

第1个月

自十月怀胎到一朝分娩,一个新生命的诞生,似乎是瓜熟蒂落的结果,其实,新生命诞生,蒂落瓜还是不熟的。小生命离开母体来到这个新世界,在许多方面(如呼吸、循环、消化、泌尿、血液等系统)都还很幼弱,各器官的生理功能还处在不健全或不完善阶段,有的甚至欠缺。原在母体子宫内环境幽静,温度恒定,由母体胎盘供给营养,代谢产物也经母体胎盘排出,而现在要适应一个新的、多变的生活环境和“自给自足”的生活方式,这对功能不健全或不完善甚至欠缺的新生儿器官是很难维持的。这样,新生儿感染性疾病的发病率和死亡率相对较其他年龄阶段的儿童为高。因而,新生儿除了要给予天然的、无与伦比的母爱外,还要给予良好的护理,精益求精,慎之又慎。



新生儿呼吸系统(鼻、咽、喉、气管、支气管、肺)生理功能还不健全,辅助呼吸的肋间肌又较弱,呼吸运动只能表浅进行。但新生儿代谢旺盛,耗氧量较大,按一般频率表浅呼吸不能满足对氧的需求。这样,大量的氧要求迫使呼吸的频率加快,以获取较多的氧。出生头 2 周的新生儿每分钟呼吸约 40 次左右(一呼一吸为一次,正常年长儿或成人每分钟 15—25 次)出生 2 周后稍有下降,但每分钟仍有 35—40 次。新生儿呼吸显得浅而快。主管呼吸的中枢神经在新生儿期功能也不完善,一呼一吸有时不能均匀进行,这一情况在睡眠中更是明显。

尽管新生儿的呼吸浅而快,节律又不均匀,但并没有气促的现象,吸奶时绝不会有咳呛,胸部剑突下(即两肋弓之间部位)在吸气时上凸,这些可与病态呼吸相鉴别。新生儿呼吸系统不健全容易引起呼吸系统病症,而在患呼吸系统病症时跟随而来的又是迅速缺氧。如果患儿每分钟呼吸次数超过 50 次,或吸奶时伴有咳呛,或胸廓剑突下吸气时下陷,这是缺氧的征兆,须尽快请医生检查治疗为好。

知道自己每分钟心跳次数(即心率)的人初次发现新生儿心率,可能会大吃一惊,心跳得比大人快得多,而且整个新生儿期还呈上升的趋势:生后 24 小时内每分钟次数在 85—145 次之间,生后 1—7 天内上升为每分钟 100—175 次,生后 8—30 天为每分钟 115—190 次。从这几个数字中不难发现,心跳快是一特征,心率波动大又是一特征,从出生到满月如此,某一阶段也如此,就是一天内的波动也常常超过每分钟 60 次。

新生儿心率较大人快是由新生儿特殊生理决定的,并不是心脏有什么毛病。不过,在病理情况下,譬如常见的发热等,心跳也会增快的,那时心跳增快自然同时还伴有除心跳快以外的其他症状,没有这些症状而又在正常范围内的,心跳快是无须担忧的。

5

呼吸浅而快

6

心跳得比大人快

7 四肢体温低

新生儿体内血管分布不均匀,不像年长儿或成人躯干、四肢、头颅血管均匀分布。新生儿躯干及头颅血管较多,四肢较少。血管较少部位的体温相对要比血管较多部位的体温低,因而,新生儿身体各部体温有明显差别,四肢体温较躯干、头颅体温低。这一特征对出生在温暖季节的新生儿来说,关系不大,而对出生在寒冷季节的新生儿来说,体温较低的四肢容易发生紫绀(缺氧)。因此,保暖对这一时期出生的新生儿就是一件很重要的事情。

8 肾脏功能有限

虽然新生儿在出生 48 小时内已有尿排出,但肾脏的功能还不能说是完善的。肾脏浓缩功能差,排泄体内同一单位的代谢废物同时要排出的水分比年长儿或成人大 2—3 倍。肾脏排泄体内一种叫磷的物质的能力也低,这就造成血中磷的浓度相对较高。磷与钙是血中有着重要生理作用的两物质,它们之间的含量关系比较密切,血浆中磷、钙含量的乘积为一常数,这样,高磷势必导致低钙。低钙导致神经肌肉兴奋性增高,引起手足抽搐,血中钙长期过低则对小儿危害更大,如佝偻病就与低钙有着千丝万缕的联系。肾脏功能不完善还造成某些主要经肾脏排出的药物排泄时间相对延长。

对新生儿有限的肾脏功能,父母们不可随心所欲,若无其事。一是要保护肾脏,不使其受害,二是要预防由有限的功能而引起的各种弊端,譬如,根据排尿多少及时添喂些开水,以弥补大量从尿中排出的液体,出生一周后每天需要的水分每千克体重约 120—150 毫升,此其一;其二,发现低钙抽搐时要添加钙剂;其三,严格掌握用药剂量,不可滥用。

9 容易缺氧

人体中运送氧分的工具是血液红细胞中的血红蛋白。这一血红蛋白有成人型血红蛋白和胎儿型血红蛋白之分。成人型血红蛋白易将运送的氧分释放到人体组织内,供组织利用,而胎儿型血红蛋白则不易。新生儿血液中胎儿型血红蛋白要较年长儿和成人多得多(以后会随月龄的增加而减少),因此,新生儿体内各组织器官很容易缺氧。

缺氧会引起组织器官一系列代谢障碍,严重危害孩子的健康。但新生儿缺氧并不像一般人那样表现为发绀(如口唇、指甲发紫),父母们在观察新生儿是否缺氧时切不可

发绀为依据,或被孩子红色的嘴唇迷惑。判断新生儿是否缺氧可观察其精神(缺氧时表现为烦躁)、食欲(缺氧时下降、不思饮食)、呼吸快慢(缺氧时增快)等,若是出现发绀,则缺氧已经是相当严重了。

消化系统健全或功能完善者所进食物从口进入到肛门排出,不可能出现逆向运动——吃下去的食物再从口中吐出,偶尔一时病态也许会有这种现象。新生儿消化系统还处于组织不健全或功能不完善阶段,其食管上部括约肌不像年长儿和成人那样会随着食物的下咽而紧闭,整个食管也不因进食而向下蠕动。胃呈横位(一般人呈斜向位),其入口处(称贲门)的括约肌不发达而出口处(称幽门)括约肌很发达,胃神经的调节功能也有许多不尽人意之处。新生儿消化系统的这些欠缺均易造成食物在食管和胃的逆向运动,因而,溢乳在新生儿期是司空见惯的。如果父母们在给孩子喂奶中又不注意正确的喂奶方法(正确喂奶请参看第 24 条“喂母乳的方法”),那溢乳就更不足为怪了。

10 溢乳不足为怪

身体内的物质之所以能从这一个组织器官到那一个组织器官,是组织器官具有能让某些物质通过或透过这一特性的原因,不过,这一通透性是有限度的,不是任何物质都能自由进出于任何组织器官,有的物质在进出过程中表现出不同程度的阻滞,有的则完全不能,或者是物质进出的速度和量上出现障碍。通透性的高与低是一个组织器官自己所具有的特征。

新生儿的肠壁通透性较其他人高,大颗粒的蛋白质分子一般人是不能通过肠壁到达体内的(肠、胃内容物严格地讲不在体内而在体外),而这在新生儿却是可能的。这样,母乳中的一种蛋白质——免疫球蛋白能通过母乳到达新生儿体内,提高了新生儿的抗病能力,受益匪浅。但蛋白质是一种较易引起过敏的物质,牛乳或其他代乳品含蛋白质较多,同时也含有不少易致人体过敏的物质,这些物质纷纷通过肠壁到达新生儿体内,用牛乳或其他代乳品喂养的新生儿在此就要承担患过敏性疾病,如过敏性腹泻等的危险。新生儿比其他年龄阶段的人易遭食物过敏的原因也就在此。

11 肠壁通透性高