

科学 育儿 500 问



农村读物出版社

(京)新登字 169 号

编 写 者

夏 章 张德亮 郭崇友
陈兰芬 马玉芝

科学育儿 500 问
责任编辑 任鹤

农村读物出版社 出版
北京南华印刷厂 印刷
各地新华书店经销

787×1092毫米1/32 11印张 258千字
1990年1月第1版 1993年3月北京第4次印刷
印数:55001—65000

ISBN7-5048-0793-1/R·12

平装定价:5.05元 精装定价:8.45元

前 言

婴儿离开母体，犹如一棵刚刚发芽出土的嫩苗，需精心抚育才能茁壮成长。在提倡优生优育的今天，育儿科学知识的普及尤为重要。特别是年轻的父母，当宝宝来到这个家庭之后，他们既兴奋又茫然，在喜庆之余，往往面对这襁褓中的婴儿，不知怎样才能抚育好。《科学育儿 500 问》就是为年轻父母排忧解难而编写的一本科普读物。

本书较详细地介绍了哺育子女过程中可能遇到的各种实际问题，既有科学性，又有实用性，使家长看得懂、学得会、用得上。

由于编写者的水平有限，书中可能尚有不少错误、遗漏之处，敬请读者批评指正。

夏 章

1991 年夏

目 录

一、新生儿养护与新生儿疾病

1. 什么样的新生儿最好? (1)
2. 新生儿的正常体重是多少? (1)
3. 新生儿的正常身高是多少? (2)
4. 新生儿的正常体温是多少? (2)
5. 新生儿的正常皮肤是什么样的? (3)
6. 新生儿的正常呼吸是多少次? (3)
7. 新生儿能听到声音吗? (3)
8. 新生儿能看见东西吗? (4)
9. 新生儿何时开始撒尿? (4)
10. 出生后何时开始喂奶好? (5)
11. 为什么说初乳特别宝贵? (6)
12. 每次喂奶需要多长时间? (6)
13. 喂奶时间如何安排? (6)
14. 妈妈奶胀怎么办? (7)
15. 妈妈奶水不足怎么办? (7)
16. 怎样给新生儿喂奶粉? (8)
17. 每次可喂多少毫升奶? (8)
18. 喂鲜牛奶必须加水吗? (8)
19. 如何喂养双胞胎? (9)
20. 为什么要给新生儿喂水? (10)
21. 新生儿能服用鱼肝油吗? (11)
22. 新生儿体重为什么会下降? (11)

23. 新生儿皮肤发黄是怎么回事?	(12)
24. 儿斑和胎痣是怎么回事?	(13)
25. 新生儿有“螳螂子”怎么办?	(13)
26. 新生儿乳房肿大怎么办?	(14)
27. 为什么有的新生女婴会来“月经”?	(14)
28. 新生儿长牙不吉利吗?	(15)
29. 新生儿房间的温度要多高才好?	(16)
30. 新生儿用什么被褥好?	(16)
31. 怎样给新生儿保暖?	(16)
32. 新生儿穿什么衣服好?	(17)
33. 新生儿戴兜肚儿好吗?	(18)
34. 新生儿要不要用枕头?	(18)
35. 怎样给新生儿洗澡?	(19)
36. 新生儿用什么尿布好?	(20)
37. 怎样给新生儿换尿布?	(20)
38. 怎样洗净尿布?	(21)
39. 怎样包裹新生儿?	(21)
40. 何时才能把新生儿抱在屋外晒太阳?	(22)
41. 新生儿每天总睡觉好不好?	(23)
42. 新生儿头发很少正常吗?	(23)
43. 新生儿能剃满月头吗?	(24)
44. 新生儿有鼻痂怎么办?	(24)
45. 新生儿打喷嚏是病吗?	(25)
46. 新生儿夜里哭闹怎么办?	(25)
47. 怎样防治新生儿臀红?	(26)
48. 长马牙怎么办?	(27)
49. 新生儿呕吐怎么办?	(27)
50. 新生儿采取什么睡觉姿势好?	(28)
51. 怎样判断新生儿大便是是否正常?	(29)

52. 怎样护理新生儿的脐带?	(3 0)
53. 新生儿脐带发炎怎么办?	(3 0)
54. 新生儿发生脐疝怎么办?	(3 1)
55. 如何防治新生儿脱水热?	(3 1)
56. 怎样给新生儿测体温?	(3 2)
57. 新生儿眼睛发红怎么办?	(3 3)
58. 怎样给新生儿点眼药?	(3 4)
59. 能用闪光灯给新生儿拍照吗?	(3 4)

二、小儿生长发育特点

60. 小儿年龄如何分期?	(3 6)
61. 怎样判断小儿的营养发育状况?	(3 7)
62. 小儿生长发育有什么规律?	(3 8)
63. 影响小儿生长发育的因素有哪些?	(3 8)
64. 2 个月的婴儿生长发育有哪些特点?	(3 9)
65. 3 个月的婴儿生长发育有哪些特点?	(3 9)
66. 4 个月的婴儿生长发育有哪些特点?	(4 0)
67. 5 个月的婴儿生长发育有哪些特点?	(4 0)
68. 6 个月的婴儿生长发育有哪些特点?	(4 1)
69. 7 个月的婴儿生长发育有哪些特点?	(4 1)
70. 8 个月的婴儿生长发育有哪些特点?	(4 1)
71. 9 个月的婴儿生长发育有哪些特点?	(4 2)
72. 10 个月的婴儿生长发育有哪些特点?	(4 2)
73. 11 个月的婴儿生长发育有哪些特点?	(4 3)
74. 1 周岁的婴儿生长发育有哪些特点?	(4 3)
75. 1 周岁半的幼儿生长发育有哪些特点?	(4 4)
76. 2 周岁的幼儿生长发育有哪些特点?	(4 4)
77. 3 周岁的幼儿生长发育有哪些特点?	(4 4)
78. 4 周岁的幼儿生长发育有哪些特点?	(4 5)
79. 5 周岁的幼儿生长发育有哪些特点?	(4 5)

80. 6 周岁的幼儿生长发育有哪些特点? (4 6)
81. 怎样推算小儿的体重? (4 6)
82. 怎样推算小儿的身高? (4 7)
83. 小儿头围多大才属正常? (4 7)
84. 小儿的胸围应是多大? (4 8)
85. 小儿脉搏一分钟多少次为正常? (4 8)
86. 小儿囟门什么时候闭合? (4 8)
87. 小儿何时开始长乳牙? (4 9)
88. 小儿什么时候换恒牙? (5 0)
89. 怎样才能使孩子长得高? (5 1)
90. 小儿什么时候开始说话? (5 2)
91. 孩子说话迟是智力差吗? (5 2)
92. 小儿说话吐字不清怎么办? (5 3)
93. 小儿的记忆能力如何? (5 3)
94. 何时开始对小儿教育? (5 4)

三、婴幼儿喂养

95. 母乳喂养有哪些好处? (5 5)
96. 用什么姿势喂奶好? (5 6)
97. 孩子睡觉时是否要叫醒喂奶? (5 7)
98. 怎样防止婴儿咬奶头? (5 7)
99. 妈妈在什么情况下不宜喂奶? (5 7)
100. 怎样进行混合喂养? (5 8)
101. 混合喂养和人工喂养应注意些什么? (5 9)
102. 怎样消毒离体母乳? (6 0)
103. 怎样防止婴儿漾奶? (6 0)
104. 奶粉有哪些特性? (6 1)
105. 奶粉的保存期是多长? (6 1)
106. 用什么奶瓶喂奶好? (6 2)
107. 怎样扎奶嘴上的孔? (6 2)

108. 周岁以内的婴儿添加什么辅食？	(6 2)
109. 添加辅食时要注意些什么？	(6 3)
110. 怎样制作辅助食品？	(6 4)
111. 辅食太咸了有什么害处？	(6 5)
112. 有哪些常用的鱼肝油制剂？	(6 5)
113. 钙在人体内有什么作用？	(6 6)
114. 哪些婴幼儿需要补充钙？	(6 6)
115. 半岁前的小儿能吃蛋清吗？	(6 7)
116. 牛奶和鸡蛋都有哪些营养？	(6 8)
117. 牛奶和鸡蛋一起吃好吗？	(6 8)
118. 牛奶和鸡蛋怎样混合吃？	(7 0)
119. 生吃鸡蛋有什么害处？	(7 0)
120. 肉类食物有什么营养？	(7 1)
121. 孩子多大就可以吃动物肉？	(7 2)
122. 能否单用糕干粉来喂养婴儿？	(7 3)
123. 孩子多大断奶好？	(7 3)
124. 哪个季节断奶好？	(7 4)
125. 怎样做好断奶准备？	(7 4)
126. 断奶时要注意些什么？	(7 5)
127. 怎样分配孩子 1 日 5 餐的热量？	(7 6)
128. 吃母乳的孩子大便是什么样的？	(7 6)
129. 母乳不足时孩子的大便是什么样的？	(7 6)
130. 吃牛羊奶及其他代乳品的孩子的大便 是什么样的？	(7 7)
131. 为什么不能对嘴喂小儿？	(7 7)
132. 婴儿每天应喝多少水？	(7 8)
133. 小儿吃蜂蜜好吗？	(7 8)
134. 小儿能多吃味精吗？	(7 9)
135. 婴幼儿多喝汽水好吗？	(7 9)

136. 婴幼儿喝果子露好吗? (80)
137. 如何给小儿选购饮料? (80)
138. 小儿喝饮料时要注意些什么? (81)
139. 如何安排孩子的冷饮? (82)
140. 婴幼儿乘飞机时为什么要喂饮料? (83)
141. 常给孩子吃葡萄糖好吗? (83)
142. 给小儿多喝茶好吗? (83)
143. 麦乳精能代替牛奶吗? (84)
144. 炼乳能作为小儿的主食吗? (84)
145. 小儿吃莴笋有什么好处? (85)
146. 孩子多吃巧克力好吗? (85)
147. 怎样给孩子选购糖果点心? (86)
148. 为什么要给小儿补充微量元素锌? (86)
149. 多吃蔬菜能治贫血吗? (87)
150. 向食物中添加赖氨酸是否越多越好? (88)
151. 怎样增进孩子的食欲? (88)
152. 怎样培养小儿良好的饮食习惯? (89)
153. 造成孩子厌食的原因有哪些? (90)
154. 怎样纠正孩子厌食? (91)
155. 怎样防止和纠正孩子挑食? (92)
156. 孩子常吃零食好不好? (92)
157. 睡眠和睡前饮食有什么关系? (93)
158. 临睡前要不要给孩子加餐? (94)
159. 哪些食物能促进小儿的智力发育? (94)
160. 如何安排肥胖小儿的饮食? (95)
161. 婴幼儿腹泻时是否需要禁食? (96)

四、婴幼儿保健

162. 婴儿 42 天时为什么要体检? (97)
163. 婴儿出乳牙前要用布擦牙床吗? (97)

164. 怎样给婴儿洗头？	(98)
165. 哪些情况下不宜给孩子洗澡？	(98)
166. 婴儿吸吮手指怎么办？	(99)
167. 婴儿啼哭有何不同？	(100)
168. 搂着孩子睡觉好不好？	(102)
169. 孩子爱出汗是病吗？	(103)
170. 婴儿喝水用奶瓶好还是用水杯好？	(103)
171. 怎样训练婴儿定时大小便？	(104)
172. 小儿光脚在地上走好不好？	(105)
173. 怎样训练小儿养成刷牙的习惯？	(105)
174. 怎样给孩子洗手洗脸？	(106)
175. 训练孩子用筷子吃饭有什么好处？	(107)
176. 捆绑婴儿的双腿能治好“O”形腿吗？	(107)
177. 怎样除掉婴儿头上的乳痂？	(108)
178. 为什么不要常逗孩子大笑？	(109)
179. 孩子爱咬下嘴唇怎么办？	(109)
180. 为什么有些小儿睡觉时磨牙？	(110)
181. 为什么蚊虫爱叮咬小儿？	(110)
182. 能不能把电风扇对着孩子吹？	(111)
183. 为什么要摇晃婴儿？	(111)
184. 小儿夏天睡凉席要注意些什么？	(112)
185. 小儿夏天为什么会长痱子？	(112)
186. 怎样预防小儿生痱子？	(113)
187. 小儿长痱子后怎么办？	(113)
188. 为什么痱子粉有时效果不好？	(114)
189. 小儿夜间睡觉翻滚是怎么回事？	(115)
190. 小儿肚子大是有病吗？	(115)
191. 怎样防治孩子牙齿排列不齐？	(116)
192. 小儿太胖好不好？	(117)

193. 让小儿久坐便盆好不好？	(117)
194. 小儿为什么经常放屁？	(118)
195. 为什么能摸到小儿的肝脏？	(118)
196. 怎样给小男孩冲洗包皮？	(119)
197. 怎样给小儿洗会阴部？	(120)
198. 如何保护小儿的嗓子？	(120)
199. 小儿发生疳疔栓塞怎么办？	(120)
200. 常给孩子掏耳朵为什么不好？	(121)
201. 为什么小儿总是流口水？	(121)
202. 怎样防治孩子牙齿变黄？	(122)
203. 小儿为什么会“哭背气”？	(122)
204. 婴幼儿的视力怎么样？	(123)
205. 如何在家里给小儿测视力？	(124)
206. 怎样知道小儿为过敏性体质？	(125)
207. 怎样给孩子选购玩具？	(125)
208. 能否让孩子玩废弃的注射器和针头？	(126)
209. 亲吻孩子的脸蛋好不好？	(126)
210. 为什么要注意玩具的卫生？	(127)
211. 孩子睡觉时为什么常掀被子？	(127)
212. 冬天孩子不肯起床怎么办？	(128)
213. 给小孩烫发好不好？	(128)
214. 给孩子穿什么鞋好？	(128)
215. 如何给孩子选择衣服？	(129)
216. 小儿夏天用什么枕头好？	(130)
217. 孩子穿开裆裤好不好？	(130)
218. 幼儿穿背带裤好还是松紧带裤好？	(131)
219. 怎样教育孩子自己穿、脱衣服？	(131)
220. 小儿能否长期打针？	(132)
221. 小儿肌肉注射后出现硬块怎么办？	(133)

222.	怎样给小儿喂药？	(134)
223.	给小儿晒太阳时要注意些什么？	(135)
224.	怎样给小儿进行冷水浴？	(135)
225.	低声教育孩子有什么好处？	(136)
226.	小儿为什么脸色苍白？	(137)
227.	怎样给孩子补铁？	(137)
228.	小儿斜视怎么办？	(138)
229.	怎样预防龋齿？	(139)
230.	幼儿包皮发炎怎么办？	(140)
231.	小儿口臭有病吗？	(140)
232.	小儿便秘怎么办？	(141)
233.	男婴排尿时尿腿是怎么回事？	(141)
234.	怎样保护好婴幼儿眼睛？	(142)
235.	小儿躺着看电视好不好？	(142)
236.	小儿说话结巴怎么办？	(143)
237.	孩子脾气大怎么办？	(144)
238.	能不能给小儿剪睫毛？	(145)
239.	婴儿的指甲能剪吗？	(145)
240.	小儿刚走路时颠着脚尖是否正常？	(146)
241.	小儿能跳舞吗？	(146)
242.	小儿能不能练长跑？	(147)
243.	怎样增强小儿的体质？	(147)
244.	怎样预防小儿头颅变形？	(148)
245.	常用干布给婴儿擦身好不好？	(148)
246.	婴儿经常用手抓脸是病吗？	(149)
247.	小儿喝酸奶为什么要适量？	(149)
248.	蔬菜少时怎样安排孩子的饮食？	(149)
249.	小儿尿床能治吗？	(150)
250.	如何向医生讲述小儿的病情？	(151)

五、小儿预防接种

- 251. 预防接种的疫苗有哪些? (152)
- 252. 预防接种应注意什么? (153)
- 253. 服用脊髓灰质炎活疫苗糖丸有什么意义? (153)
- 254. 服用脊髓灰质炎活疫苗糖丸应注意事项? (154)
- 255. 接种卡介苗应注意什么? (155)
- 256. 百白疫苗如何使用? (155)
- 257. 预防接种后发生反应怎么办? (156)
- 258. 常见传染病的隔离时间与检疫时间? (157)

六、小儿疾病防治与护理

- 259. 传染病是怎样传给小儿的? (159)
- 260. 预防接种禁忌什么? (160)
- 261. 怎样防止小儿得传染病? (160)
- 262. 细菌性痢疾是怎样传染的? (161)
- 263. 细菌性痢疾有哪些症状? (161)
- 264. 什么叫中毒性痢疾? (162)
- 265. 得了痢疾怎么办? (162)
- 266. 什么是甲型肝炎? (163)
- 267. 什么是乙型肝炎? (163)
- 268. 表面抗原阳性是怎么回事? (163)
- 269. 小儿得了肝炎怎么办? (164)
- 270. 怎样预防肝炎? (164)
- 271. 小儿麻痹症有哪些症状? (165)
- 272. 得了小儿麻痹症会瘫吗? (165)
- 273. 如何早期发现小儿麻痹症? (166)
- 274. 怎样护理麻痹症病儿? (166)
- 275. 怎样预防小儿麻痹症? (167)
- 276. 伤寒是怎样传染的? (167)

277. 得了伤寒有哪些症状?	(167)
278. 怎样护理伤寒病儿?	(168)
279. 怎样预防伤寒?	(168)
280. 什么是小儿手足口病?	(169)
281. 得了手足口病怎么办?	(169)
282. 出麻疹有哪些表现?	(170)
283. 麻疹早出好还是晚出好?	(170)
284. 为什么冬天容易出麻疹?	(171)
285. 人迟早会得一次麻疹吗?	(171)
286. 怎样判断麻疹出的顺不顺?	(172)
287. 麻疹患儿易发生哪些并发症?	(172)
288. 怎样护理麻疹病儿?	(173)
289. 麻疹患儿需用抗生素吗?	(173)
290. 麻疹患儿能用退烧药吗?	(174)
291. 如何预防麻疹?	(174)
292. 什么叫风疹?	(175)
293. 风疹的症状有哪些?	(175)
294. 得了风疹怎么办?	(175)
295. 什么叫幼儿急疹?	(176)
296. 得了幼儿急疹怎么办?	(176)
297. 怎样区别麻疹、风疹和幼儿急疹?	(177)
298. 腮腺炎有哪些症状?	(177)
299. 如何早期发现腮腺炎并发症?	(178)
300. 怎样护理腮腺炎病儿?	(178)
301. 猩红热是如何传染的?	(179)
302. 猩红热有哪些症状?	(179)
303. 怎样早期发现猩红热?	(180)
304. 猩红热有哪些并发症?	(180)
305. 得了猩红热怎么办?	(181)

306. 怎样预防猩红热?	(181)
307. 什么叫百日咳?	(182)
308. 百日咳有哪些症状?	(182)
309. 百日咳有哪些并发症?	(183)
310. 得了百日咳怎么办?	(183)
311. 怎样预防百日咳?	(184)
312. 白喉有哪些症状?	(184)
313. 得了白喉怎么办?	(185)
314. 怎样预防白喉?	(185)
315. 水痘是怎样传染的?	(185)
316. 水痘有哪些症状?	(186)
317. 得了水痘怎么办?	(186)
318. 水痘病儿能用激素吗?	(187)
319. 怎样预防水痘?	(187)
320. 流脑是怎样传染的?	(188)
321. 流脑有哪些症状?	(188)
322. 怎样早期发现流脑?	(189)
323. 怎样预防流脑?	(189)
324. 大脑炎是怎样传染的?	(190)
325. 大脑炎有哪些症状?	(190)
326. 怎样早期发现大脑炎?	(190)
327. 怎样预防大脑炎?	(191)
328. 肺结核是怎样传染的?	(191)
329. 小儿得了结核病怎么办?	(191)
330. 怎样预防结核病?	(192)
331. 结核性脑膜炎有哪些症状?	(192)
332. 小儿肛门痒是怎么回事?	(193)
333. 得了蛲虫病怎么办?	(193)
334. 怎样预防蛲虫病?	(194)

335. 钩虫病是怎样传染的？	(194)
336. 钩虫病有哪些症状？	(194)
337. 得了钩虫病如何治疗？	(195)
338. 怎样预防钩虫病？	(195)
339. 小儿吃土是病吗？	(196)
340. 怎样知道小儿体内可能有蛔虫？	(196)
341. 发烧可能是什么病？	(196)
342. 小儿发烧怎么办？	(197)
343. 抽风可能是什么病？	(197)
344. 小儿抽风怎么办？	(198)
345. 怎样预防小儿抽风？	(199)
346. 腹痛可能是什么病？	(199)
347. 小儿发生腹痛时怎么办？	(200)
348. 呕吐可能是什么病？	(201)
349. 小儿发生呕吐怎么办？	(202)
350. 为什么有的小儿爱拉肚子？	(202)
351. 小儿为什么容易伤食？	(203)
352. 小儿伤食怎么办？	(203)
353. 怎样给腹泻的婴儿口服补液？	(203)
354. 小儿暑热症有哪些表现？	(205)
355. 小儿得了暑热症怎么办？	(205)
356. 怎样预防暑热症？	(206)
357. 小儿低血糖是什么原因？	(206)
358. 小儿低血糖有哪些表现？	(206)
359. 小儿低血糖怎么办？	(207)
360. 感冒了怎么办？	(207)
361. 为什么有的小儿感冒了不容易好？	(208)
362. 小儿上呼吸道感染能用抗生素吗？	(208)
363. 哪些病能引起小儿咳嗽？	(209)

364. 小儿咳嗽怎么办?	(210)
365. 小儿咳嗽怎么办?	(210)
366. 得了气管炎怎么办?	(211)
367. 怎样预防小儿气管炎?	(211)
368. 小儿肺炎是怎么得的?	(212)
369. 小儿肺炎和大人肺炎一样吗?	(212)
370. 小儿得了肺炎怎么治?	(213)
371. 怎样预防小儿肺炎?	(213)
372. 小儿能得病毒性心肌炎吗?	(214)
373. 病毒性心肌炎有哪些症状?	(214)
374. 怎样早期发现病毒性心肌炎?	(214)
375. 小儿得了病毒性心肌炎怎么办?	(215)
376. 为什么有的小儿出生就有心脏病?	(215)
377. 先天性心脏病有哪几种类型?	(216)
378. 小儿患先天性心脏病怎么办?	(216)
379. 哪些原因能引起小儿消化不良?	(217)
380. 小儿营养不良有哪些症状?	(217)
381. 引起小儿营养不良的原因有哪些?	(218)
382. 怎样调理小儿营养不良?	(218)
383. 怎样知道小儿得了佝偻病?	(219)
384. 得了佝偻病怎么办?	(219)
385. 如何预防佝偻病?	(220)
386. 为什么营养条件好的小儿还得佝偻病?	(220)
387. 婴儿手足搐搦症是怎么回事?	(221)
388. 手足搐搦症有哪些表现?	(221)
389. 怎样早期发现休克?	(221)
390. 为什么有的小儿缺锌?	(222)
391. 小儿缺锌有哪些症状?	(222)
392. 小儿缺锌怎么办?	(223)