

蘇聯保育機構的 兒童服裝與設備

娜扎羅娃著

王孟非譯

華東醫藥生活社出版

蘇聯保育機構的兒童服裝與設備

娜扎羅娃著

王孟非譯

華東醫務生活社出版

版權所有 ★ 不准翻印

一九五二年七月出版

蘇聯保育機構的兒童服裝與設備

原著 娜 扎 羅 娃
翻譯 王 孟 非
出版 華東醫務生活社

上海(8)淮海中路1670弄12號

發行 新華書店華東總分店

上海福州路390號

印刷 勞動印刷廠

上海延安東路130號

定價 14,000

1—2,000

原名: Детская одежда и оборудование для
яслей и домов ребенка

著者: Н. С. Назарова

出版處: Медгиз

出版日期: 1951

譯 者 的 話

1、翻譯這本書的目的，我認為可以引用本書原著者娜扎羅娃(Н. С. Н. зарова) 在全書最後的一句話來說明，并可作為我們今後開展這方面工作時可以信賴的參考書之一。

2、在翻譯過程中，曾遇到種種困難，承朱濱生大夫諄諄指教和積極幫助，才能如期的完成這個任務，特此誌謝。

3、在這譯本內有關『衣服の種類』一部份是採用摘要譯出的，全部圖解係由李季明大夫助我譯成，附致謝意。

4、譯本中難免還有謬誤之處，尙祈諸位先進同志予以指正。(通訊地址：上海華東醫務生活社轉)

王孟非

1952, 1, 17. 於華東醫務生活社

目 錄

一、引言	1
二、新生兒的衣服	7
三、乳兒的衣服	8
四、早產兒的衣服	8
五、8—9個月乃至2歲小兒的衣服	9
六、2—3歲小兒的衣服	10
七、小兒夜間睡眠時穿的衣服	10
八、小兒露天睡眠時所穿的衣服	11
九、小兒散步時穿的衣服	12
十、衣服的種類	12
襁褓 對襟短褂 新生兒的對襟短褂 1—2歲小兒的襯衫	
年長兒的汗衫 睡衣 冬季對襟短褂 8個月以下的小兒外	
套短褂 早產兒第一個月時的兜帽縫呆袖口的短褂 短上衣	
8、9個月以下小兒的連衣褲 襖套 8、9個月至2歲小	
兒的冬季褲子 8、9個月至2歲小兒的冬季西裝 1—3歲的	
小兒西裝 帽子	

十一、個人衛生用品.....	81
胸圍和餐巾 小兒的面巾 手帕 洗澡用的被單 臥具	
十二、內衣的保管.....	85
小兒衣服織品的長度	
十三、設備.....	88
小兒的床 摺疊床 脫衣的小板凳、床頭小桌 小兒的桌子 和椅子 工作人員的板凳 組合桌子 配給食物的桌子 存放器皿的櫃 組合的櫃 小兒護理的必需品 清潔處理桌 一歲小兒化粧用的盥洗架 年長兒使用的盥洗架 面巾架 子 洗浴用的被單架子 盛污穢內衣的桶 便盆架子 存放 便盆的櫃 存放清潔室用具的櫃	
十四、促進小兒運動和遊戲活動的用具.....	116
站床（站欄） 滑梯站床 高欄桌子 沙發 滑椅 柵欄 角形小台 存放玩具的櫃 積木板和積木塊 瑞典式的小梯 子 蹺蹺板 平放的小梯子	
十五、應接室的設備.....	136
存放自己衣服的櫃 存放睡囊的櫃 喂乳母存放長袍的櫃 檢查桌子 護士桌 磅秤桌 移動的屏風 存放小兒外套的 櫃	
十六、設備的配置.....	146

一、引 言

人類健康的必要條件是保持正常的體溫。過冷或過熱都能損害健康而致病。

機體內進行的過程，必定伴有體溫的產生和發散。

盡人皆知，外界溫度過高則機體內的熱量就過度產生，換句話說，在外因的機體過熱時，熱量的發散同時也就增加。相反地，在引起血液溫度減低的條件下，熱量的產生就增加而發散却減低。

正常的體溫是藉神經系管制的多數器官和系統的協同作用而保持的。熱量的發散則是藉皮膚內血液循環的變化和體表水份量的蒸發變化而調節。皮膚裏面有大量的血管，這些血管所構成的網，綜合起來形成一個很大的面積；而且皮膚的知覺神經和血管運動神經頗為豐富，體溫的發散亦藉反射而調節。

由於外界環境的因素（多數是氣溫因素）、機體內進行的化學過程和新陳代謝的影響，血管就能擴張或收縮，以決定體溫發散的強度。

凡經鍛鍊過的人的皮膚，對於溫熱的刺激反應很快，他們易於耐受氣溫的劇烈變化，較諸沒有受過鍛鍊者其皮膚反應弛緩的人不易感受冷卻的影響。

小兒的體溫調節過程與可有很大的變化。幼兒的皮膚適應力甚為微弱，而其各個體溫調節系統，如中央和周圍神經系統，皆未發育完全。一歲以內的嬰兒，調節體溫的系統多半是未發育完全的，特別是新生兒和早產兒。

小兒皮膚適應性的微弱是基於其解剖的特性。此等小兒的皮膚面積亦即散熱的面積，與整個軀體的比例較諸成年人要大三倍。加之小兒皮膚的角質層發達不完全，缺少毛髮，以致保護與適應的能力減低，而其皮膚內的血管，也較成年人為寬。小兒對於溫度刺激的反應，是漸

漸形成的，所以在外界不良的溫度條件下，能够引起體溫的增高或降低，而達到機體不能應付的程度。

皮膚嬌嫩的小兒，其體溫調節系統特別不完整，此種情況多見於下列情形：1.衣服穿着過多，2.某些人爲因素而使小兒身體與空氣缺少接觸，3.缺少皮膚鍛鍊。

大家都知道過熱對於小兒是不相宜而有危險的，可是在防止過熱的時候，往往只注意日光的照射和外界的過熱空氣，却忽略了衣著下面氣候因子對於小兒身體的影響。

彼烈梅斯洛娃氏在他的「在過熱的影響下，正常幼兒和營養不良小兒體溫調節之特性」一文內說明了衣著下面的氣候因子對於小兒身體感覺的影響。妨礙外界與衣著下面兩者之間空氣交換的衣服，足以引起體溫發散的障礙。彼烈梅斯洛娃氏用實驗的方法證明，在正常的室溫中，若將小兒包裹在兩層毛氈或者棉被內，尤以室溫在 22°C 以上時，會引起小兒過熱，此時小兒體溫增高，大量出汗，體重減低，有不舒適的感覺。小兒受到過熱後更可能成爲腸胃疾病原因之一。營養不良的小兒對於過熱特別敏感。所以保持小兒適當的衣著是很重要的。

小兒的衣著應以下列條件爲原則：1.不妨礙皮膚機能，2.促進皮膚去除代謝物，3.促進皮膚鍛鍊，4.防止溢性充血、汗疹、裂口等病理現象。

對於幼兒衣著應特別注意檢查，是否能保持小兒的舒適和適合其健康狀況及所處的環境。

很可惜的，一般對於小兒的衣著多不十分注意，忽略了實際上有重要意義的一面，却歪曲了一些問題的正確意義。一般醫師往往強調小兒護理的重要性，却忽略了衣著在護理上的意義，至於對工作人員如何爲小兒穿衣的訓練，也缺乏充分的注意。

衣服的品質也很有關係，其中尤以織物的特性最爲重要。人的皮膚和衣服織品的相互作用是由織物的衛生特性來決定的。此等特性又

與製造織物的原料和織造的加工有關。

織物是可被空氣透入的，而其透入程度則與織物的纖維間隙的大小有關。織物的纖維間隙愈大，則衣服下面和外界環境間的空氣交換亦愈完善。

除塗有樹膠的織品外，所有的織品多有纖維間隙，但其大小是不一致的。鬆軟而厚實的毛織品，其纖維間隙特大，相反地，緻密的亞麻織物，就小得多。

塗樹膠的織物由於缺乏纖維間隙，空氣的交換就可受顯著的障礙，所以不適宜用作小兒的衣服。不正確地使用油布對於小兒也是有害的。完全不用油布自然不可能，但祇可將它墊在小兒的身體下部，却不能將小兒包在油布內。將小兒包裹在油布內，即使是局部的，也可障礙溫熱的交換。

織物對空氣的透入，可因許多條件而改變。織品若經熨平和反覆的洗滌，則其侵入性可增高；相反地，經染色的、浸漬的、污穢的、上漿的織品則其空氣的侵入性必減低。

織物的保溫性與其中的空氣量有關。空氣對於溫熱是一個不良的導體，凡是在織物深部的空氣愈多，則放出的熱量愈少。人體與空氣接觸後冷卻是因為空氣是流動的，而在加熱後上升，因此身體就必需不斷的溫暖一層一層新來的空氣。如身體周圍的空氣停止流動，則體溫的發散就會減少。

各種織物的傳溫性是不一致的：毛織物的傳溫性僅及棉織物的 $\frac{1}{2}$ 。

在織物保溫的性質方面，有重要意義的是吸濕性，換句話說，即是織物吸收水分和水蒸氣的能力。被織物所吸收的水分，將纖維間隙內的空氣排擠出去。所以潮濕的織物傳溫性較乾燥的織物為強，因此體溫的發散也就增加。此時不僅是織物吸收水份和水蒸氣，以及將纖維間隙內保留的水份藉蒸發方式發散出去，而且連這些過程中的速度也有其重要的意義。

毛織品較其他織品吸收水分爲慢，毛織品吸收水分的能力在 10 分鐘內，僅能吸收它總吸收量的 35 %，而棉織品在相同時間內即可吸收 41%。毛織品不僅吸收水份慢，且其蒸發出吸收的水份也是比較緩慢的。

在相同的時間內，毛織品僅能蒸發出吸收水分的 38 %，而棉織品却可達 54%。絲綢和亞麻織品，吸收水分能力很強。衣服內水分蒸發愈快，則身體愈易冷卻。

皮膚因出汗而排出大量水分，因此小兒的襯衣需要用能够充分吸收水份的織品來裁製。

在衣服保溫的特性方面較有重要意義的是織物吸收和反射日光的能力。此種能力與織品的顏色有關：白色和淺色的織品吸收日光的射線少至 $\frac{1}{2}$ ，而其反射的強度却可增高至 $\frac{1}{2}$ 。

小兒衣服適用的織品還與其他若干特性有關：織品應富於柔軟性和彈力性。棉織品作爲小兒的襯衣或室內的衣服是非常適宜的。上等的棉織品，足以適合一切的要求。棉織品具有充分的吸濕性，甚易吸收皮膚上的分泌物，柔軟、輕鬆、經洗，這些都是它具備的條件。法蘭絨、羊毛呢、棉織的呢絨均具有高度的保溫性。做外套則使用單薄的毛織品更爲適宜。

編織的衣著是非常便利的，不過必須採用上等的材料。毛質或者棉質的編織衣著，保溫的能力均很好，由於它的柔軟性和彈性，所以對於身體是很舒適，而且很經洗的。

衣服的保溫性與遮蔽身體的程度和其數量有關。穿着多層衣服時，可妨礙體溫的發散，這不僅是決定於織物的層數，並且決定其間空氣的層數。所以每件襯衣，即是很薄的織物也不無關係。

用衣著來保持病兒適當的體溫是非常重要的。不適合的衣著，足以減低其活潑性和一般抵抗力，致使疾病的過程惡化。對於有高熱的病兒，特別重要的是用適當的衣著來促進體溫的發散；相反地，對於產

熱能力低下而營養不良的病兒，就必須設法阻止其體溫的發散。

衣服除保溫性以外，還應符合其他若干條件。

衣服對於小兒自身的感覺，性情和行為均有重大的影響，這不僅與衣服的保溫性有關，而且也與其舒適性有關。

幼兒必須熟習很多的動作，但學習的過程不一定都很容易。

保育機構內的職員重要任務之一，是促進小兒動作的及時發展；完成此項任務需要借助於小兒適當的衣著。

小兒的衣服不應使其感到窘迫和妨礙其動作，以免引起不舒適的感覺。狹小的衣服可能壓迫胸廓、腹腔，以致妨礙呼吸運動和正常的血液循環；所以即使幾個月的小兒，也不宜包裹太緊。

適宜的衣服主要是根據其大小和式樣。縫紉的品質也很重要。根據許多保育機構的調查，往往發現小兒的衣著不能令人感到滿意，尤其是大小方面。普遍的現象是組內所有的小兒祇穿同樣大小的衣服，事實上同年齡的小兒其身長差異可能達 20—28 厘米，這樣至少就有半數小兒的衣服大小是不相當的。不但狹小的衣服可使小兒感到不適，就是過於寬大的，譬如過長的褲子或肩部太寬的背心，也可以妨礙小兒的動作。

一般家庭內小兒的衣服，都有每人特製的衣服。在保育機構內，要替每個小兒縫製個別的衣著是不可能的，因此就必須預備標準尺寸，種類雖不多，但同時能適合所有小兒的衣服。

依照測量小兒的結論來確定衣服的標準尺寸。測量的原則主要是以其身長和胸圍的比例為標準。採用此二種尺寸間的大小一方面也根據身體各部位尺寸間的大小。

檢查證明，衣著一定之大小，只能適合身長差別不超過 10—12 厘米的小兒組。

按照幼兒的生理特性，可將其年齡分為不同的三組：8—9 個月以下為第一組，8—9 個月以上至 2 歲為第二組，2—3 歲為第三組。每

組小兒的衣服均有其裁製的特點，這樣可以保證各種程度的保溫力和不同的尺寸。

第一組內的新生兒和早產兒有其特殊的衣服，2—9個月的小兒其身長變動差異的限度為10厘米，所以這一組小兒可以限定使用同等大小的衣服。對於3—4個月小兒衣著的尺寸，可能顯得太大一點，但不致妨礙小兒的動作，也不會有不舒適的感覺。

在衣服數量有限時，若有兩種不同的尺寸，可能使較大的小兒反穿着尺寸小的衣服，此種現象是絕對不允許的。

第二組和第三組的小兒，其身長差別可達20—28厘米，所以第二組的小兒應有兩種尺寸的衣服，而第三組的小兒就應有三種尺寸的衣服。8—9個月乃至2歲的小兒第二種衣服的大小，可與2歲以上年長兒的第一種衣服的大小相等。必要時，兩組不同年齡的小兒可穿同一尺寸的衣服。

衣服的舒適與否亦與若干其他情形有關。在縫紉衣服時，須避免粗糙的縫合。良好平坦的縫合點對小兒是舒適的，粗糙的縫合可引起小兒的不快感，並有擦破皮膚之虞。

保育機構中縫製小兒衣服時，避免連續縫合，因為這種縫合經過一次洗滌後即行鬆開。

衣服的重量也有其重要意義。過重的衣服可使小兒感到疲累且妨礙其活動。在縫紉冬季上身的衣服時，特別應注意此種情況。

小兒的衣服應以便於迅速穿脫為原則，以免小兒在穿脫時不耐久待。

小兒衣服的迅速穿脫對於職員工作的條件也是有利的。在合理的分工下幫助小兒穿脫衣服的時間，應減至最低程度。根據托兒所工作人員在時間上預算作比例，護士和保姆耗費在為小兒穿脫衣服的時間上，佔有全部工作時間的15%。

因此必須將小兒衣服的鈕扣、繫帶，以及可能被沾污的衣著零件減

至最少，以儘量簡化穿脫手續。使用鈕扣不但在穿着時麻煩，而且在洗濯時，容易損壞和溶化，致引起時間和金錢的浪費，所以在可能範圍內最好不用鈕扣。

另一個重要條件是衣服縫製的牢固性。如果爲了節省費用，而使用劣等的材料也是不合適的。小兒衣著的代價比較昂貴，通常保育機構中所備的衣服套數是有限的，所以必須儘量避免衣服的破損。首要的條件就是縫製牢固。草率的連續縫合和 不合適的領圈，無貼邊的簡單縫合，不合適的開叉、開鈕扣孔、開對襟等，都可使衣服迅速損壞。

有了適宜的衣服還不能完全解決合理的穿着問題。必須按照小兒的健康狀況、溫熱交換的特性、季節和氣溫的差別、熟練的使用與支配衣服等。小兒對於外界環境的反應很不一致，所以，若說年齡相同的小兒應穿同樣的衣服，這種觀點是絕對錯誤的。

各組幼兒的衣服與其生理解剖特性有關，所以新生兒、早產兒、8—9 個月以下和 8—9 月以上至2歲的小兒、2—3 歲的小兒衣服，均應有相當的區別。此外小兒夜間睡眠、露天睡眠、散步也必須有特殊的衣著。

二、新生兒的衣服

當小兒初出生時，其周圍的環境溫度，可使其發生顯著的變化。小兒在胎內生活是處於適宜的溫度下，出生後所處的環境，較胎內溫度低至一半。所以小兒在出生後最初三天，尙未習慣於新的條件時，所穿的衣服應儘量使其體溫不致散失。

新生兒應穿有袖的絨製的對襟短褂，包裹在單薄的絨襪褲內，在最初兩、三天內，小兒的後頭部也應一齊包裹，在它上面並蓋以摺疊的毛氈。

新生兒生活至第三天，已漸能適應新的環境，體溫亦較爲穩定。此

時在正常的室溫下，襁褓可包裹至小兒的腋部，露出頭部，兩手可自由的掩蓋在氈子下面。

衣服袖子可保持體溫，并可防止小兒自己的抓傷。

三、乳兒的衣服

8—9個月以下的小兒衣服，包括對襟短褂、冬季短褂、連衣褲及單薄的絨襁褓。

乳兒於寒冷的季節，需要穿能够掩蔽身體却不致妨礙動作的衣服。小兒的房間應隨時加以通風，所以在寒冷的冬季竭力避免小兒身體的赤裸與部份的暴露。

在冬季、秋季（以及夏季的涼爽天），乳兒須穿對襟短褂和冬季短褂。對襟短褂可以隨意的從前面或者後面穿上，用鈕子或者繫帶把開口處結扎。對襟短褂的一側，應部份地掩蓋另一側。冬季短褂的衣襟應更好的互相掩蓋，領圈要大，袖長須到手腕部。此外，二個月以下的小兒可包裹在兩個大襁褓內。小襁褓是不宜使用的，因為小襁褓不僅未能避免大襁褓的不被污穢，並且還可污損其他衣服和被褥；即使小兒的細小動作，也可使小襁褓滑下來，而不能達到它應有的目的。

兩月以上的小兒，襁褓可用縫呆褲脚無袖的連衣褲代替之，用闊帶在肩部打結。因為這樣打結可依照小兒身長而加以調整。

穿着這樣衣服的小兒活動時可以完全自由，毫不使其彘扭，同時也不致有赤露身體的危險。在炎熱的天氣，特別是南方地區的小兒，可穿有肩帶的開檔短褲。

四、早產兒的衣服

早產兒較新生兒呈現出的特點更為顯明，早產兒不僅體表較整個

身體大，而其皮下脂肪層也很薄弱，其中央神經系統更是發育不全。早產兒於第一個月內，其體溫是很不穩定的，因此保持其體溫是與穿衣很有關係的。

早產兒於第一月時，可穿縫呆的袖口，帶有兜帽的絨短褂，用小襪襪包裹好，然後再包在單薄的絨製大襪襪內。包好後放在封被內，上面再蓋上氈子。此外，對於一月以下而體重尚不到 1500 克的早產兒，應用一層棉花墊在兜帽內，以防其頭部受寒。有時其兩腿腳也可用棉花包纏成靴形。

體重 2000 克以上的早產兒和一個多月的小兒可穿對襟短褂無需兜帽，其袖口長達指端並不縫呆。包裹方式與上述相同。

五、8—9 個月乃至 2 歲小兒的衣服

寒冷對 8—9 個月的小兒是很有威脅的，此時應讓小兒下地活動；因為在相反的情形下，小兒活動力的發展，必然會受到限制。關於這些年齡的小兒衣服，必須有特別的要求。

8—9 個月以上的小兒，已開始爬行和站立，乳兒時所穿的連衣褲已不適宜——可使小兒感到彘忸和妨礙其運動。在寒冷天氣，可先使其穿對襟短褂（年齡較長的小兒，可穿帶有袖子的襯衫），然後再穿上冬季短褂，有肩帶長至踝部的長褲、襪子和襪套。

1—2 歲的小兒穿西服也是適宜的，它包括背心和扣在背心上的褲子。背心穿在短褂外面，可固定短褂，保持衣服下的均勻溫度。因此背心的材料，應用與褲子相同的製成。另外冬季的小外衣也是需要的，這種外衣也可作為夏季的外套。

溫暖季節所用的短褲可長至膝蓋，但炎熱的天氣穿短褲又就行，應盡可能的多赤露部份身體。

六、2-3 歲小兒的衣服

此種年齡的小兒衣服，包括短襖衣、冬季短褂、背心、冬季或者夏季的西裝、短褲、襪子、淺口皮鞋或鞋子。女孩需要有上衣和短襖褲。

這種小兒的冬季上身短褂，也很適用，同時亦可作為夏季的外套。

此種年齡小兒的機體在各方面均較穩定，對外界氣溫的適應力也較佳，可允許他更大胆地鍛鍊體格。因此，小兒衣服 的裁製 式樣，可容許多量的空氣與小兒身體相接觸。

襖衣是無袖子的、大領圍的，冬季褲子可低至小腿中部，而夏季短褲應在膝蓋上。保育機構內最便利的小兒服裝是短褂和有肩帶扣在背心上的褲子。

女孩在 2 歲下半年，而可以自主大小便時，方可穿着女童裝。對於運動不熟練的女孩，女童裝會引起種種不方便——彎腰時，小兒容易踏着下襠，奔跑的時候，又容易鉤住各種物件。

女孩的短褲須做成燈籠式的。這樣的短褲，可以保護會陰不被污穢侵入。

七、小兒夜間睡眠時穿的衣服

必須注意，小兒在睡眠時，應穿着更溫暖的衣服。因為小兒在睡眠時，停止運動，容易受寒。必須考慮到小兒只有在身體安靜、溫度適當，肌肉鬆弛的熟睡狀態下，才能得到完全休息。如果睡眠時寒冷，肌肉緊張，小兒就睡眠不熟，休息也不能完全。

保育機構內需備有毛氈或是棉、毛等被。若以為棉、毛等被不衛生，這是錯誤的想法。為了防止被的污穢，就須注意使用的方法。主要的不讓小兒躺在被上，被的邊緣應捲在褥子下。小兒在白晝露天睡眠

時，應將其放在小油布上，包裹在被內。被內應放有單布。

即使有溫暖的被窩，小兒在夜間睡眠時還需要穿溫暖的衣服，因為在睡眠時，可能把兩手伸出被外，或將被窩打開。睡眠時房內應有充沛的空氣流通。在寒冷的天氣，小兒睡眠需要穿冬季短褂，用兩個大的襁褓自腋下包裹。若將小兒直接的放在油布上是會引起不快感的，小兒至 1½ 歲時以穿連衣褲或褲子為佳，年長的小兒大小便可以自主，睡眠時可穿長的絨襯衣。

八、小兒露天睡眠時所穿的衣服

關於小兒在露天下睡眠的衣著問題，往往可發生偏差。當小兒露天睡眠後回到室內時，如果發現他出汗，則表明小兒穿衣過多；相反地，其四肢冰冷，就表明衣服穿得太少。總之，在小兒露天睡眠時，必須做到既不過熱，也不過冷為原則。在冬季露天睡眠時，宜將小兒裝在有棉、毛等縫合的囊內。春天和秋天，即使小兒衣着單薄，但睡在有棉毛而縫合的囊內，也會有過熱的現象。裝有棉、毛等縫成的囊，也可用其他相宜物填入套內代替。這種套內的填入物可以有兩種——棉花絮或一層與兩層絨。用絨的填入物可利用冬季襁褓代替。溫暖的時期只須將小兒放在無填入物的套內。這些過程中的全部衣著，必須按照氣候變化，而加以調整。

小兒睡眠時可穿其室內衣服，僅將鞋子脫去即可，或在衣服上蓋一件冬季短褂。有時可在他腋下包一層毛、呢的被，或將其包在冬季或夏季的襁褓內。但小兒亦可脫去衣服，在他腋下祇用單薄的襁褓包裹，然後放入囊內。

囊有大小三種，第一種囊不適合 2—3 個月的小兒使用，此時可將小兒包在被內抱至戶外。

小兒的帽子有其重大的意義。在睡眠時若有出汗現象，很可能就是