

初級卫生人員学习丛书

托儿所、幼儿园保健員 学习手册

北京市公共衛生局 編



L.275
23

C.1

人民卫生出版社

中国科学院图书馆
植物学研究所图书馆
植物学研究所图书馆
植物学研究所图书馆



中国科学院图书馆

內 容 提 要

这是一本短期訓練(1—1½ 月)托儿所、幼儿园保健員用的教材。对幼托机构保健員应具备的知識,包括嬰幼兒生长发育特点及护理、卫生清洁、个人卫生、健康檢查和观察、預防接种、儿童飲食、体格鍛煉、意外事件的預防和急救及一般的护理技术等項,都作了系統的介绍;其中对体格鍛煉还作了較詳細的介绍。

全书約6万字,附有插图十余幅,可以对照参考。除作短期訓練教材外,也可供保育員及一般保健員实际工作中参考之用。

托儿所、幼儿园保健員学习手册

开本: 787×1092/32

印張: 3

字数: 65千字

北京市公共衛生局 編

人 民 卫 生 出 版 社 出 版

(北京書刊出版登記證出字第〇四六號)

• 北京崇文區孩子胡同三十六號 •

通 县 印 刷 厂 印 刷

新华书店北京发行所发行 • 各地新华书店經售

統一书号: 14048·2484

1962年4月第1版—第1次印刷

定 价: 0.20元

印数: 1—25,000

目 錄

一、托儿所、幼儿园保健工作的重要性和保健員的 职责.....	1
二、婴幼儿发育特点及护理工作.....	3
体格发育.....	3
头的发育.....	4
胸部的发育.....	4
皮肤.....	4
骨骼.....	4
呼吸系統.....	5
消化系統.....	5
泌尿系統.....	5
血液循環系統.....	6
神經系統.....	6
三、卫生清洁工作.....	6
环境和房室的卫生.....	6
厨房及食具的卫生.....	7
廁所的卫生.....	7
衣服被褥的卫生.....	8
家具玩具的清洁卫生.....	8
四、个人卫生.....	8
儿童个人卫生.....	8
工作人員个人卫生.....	14
五、健康檢查和观察.....	15
工作人員的入所及定期 体格檢查.....	15
兒童入所和定期体格 檢查.....	16
晨間和午間檢查.....	16
日常健康观察.....	16
六、預防接种.....	17
牛痘接种.....	17
卡介苗接种.....	18
白喉类毒素注射.....	18
百日咳疫苗注射.....	18
腦炎疫苗注射.....	18
脊髓灰質炎減毒活疫苗.....	18
(附表2)	18
七、儿童飲食.....	19

食物中的营养素·····	19	病儿的饮食·····	23
婴儿的饮食·····	21	营养计算·····	24
幼儿的饮食·····	22		
八、传染病的预防及管理·····	25		
什么是传染病·····	25		
怎样预防传染病·····	29		
发生了传染病怎么办·····	30		
几种常见的传染病·····	33		
杆菌痢疾·····	33	猩红热·····	40
传染性肝炎·····	34	百日咳·····	41
麻疹·····	35	脊髓灰质炎·····	42
风疹·····	37	流行性脑膜炎·····	43
水痘·····	38	流行性乙型脑炎·····	46
流行性腮腺炎·····	39	(附表5)·····	44
九、小儿常见疾病及护理·····	46		
呼吸道疾病·····	46		
上呼吸道感染·····	46	肺炎·····	48
急性支气管炎·····	47		
消化道疾病·····	49		
呕吐·····	49	腹泻·····	50
营养缺乏病·····	51		
营养不良·····	51	佝偻病·····	52
肠寄生虫病·····	54		
蛔虫病·····	54	蛲虫病·····	54
眼病·····	55		
沙眼·····	55	急性结膜炎·····	56
耳病·····	56		
中耳炎·····	56	外耳道炎·····	58

口腔疾病	59
口角炎	59
口内炎	59
龋齿	60
皮肤病	61
头癣	61
疥子	61
疖肿	62
脓疱病	63
湿疹	63
冻疮	64
十、体格锻炼	65
体格锻炼对儿童健康的影响	65
锻炼应遵守的原则	66
幼托机构里采用的几种锻炼方法	66
水	66
冷水摩擦	66
淋浴	67
日光	67
日光浴	68
空气	68
空气浴	68
户外睡眠	69
体操锻炼	69
日常锻炼	75
十一、意外事故的预防和急救	76
意外事故的预防	76
意外事故急救	77
外伤	77
扭伤	79
异物	77
脱臼	79
鼻出血	78
脑震荡	79
骨折	78
煤气中毒	79
烫伤	79
抽风	79
十二、一般常用的护理技术	80

測量体温·····	80	熱敷法·····	85
測量身高體重·····	80	冷敷法·····	85
注射·····	82	換藥法·····	85
接種牛痘·····	83	消毒法·····	85
給藥法·····	83	簡單醫療器械的消毒·····	86
滴眼藥法·····	84	繃帶敷料的準備及消毒·····	86
附表: 1. 嬰幼兒保健記錄(正反面) ····· 89			
2. 托兒所、幼兒園職工保健記錄(正反面) ····· 91			

一、托儿所、幼儿园保健

工作的重要性和保健员的职责

随着工农业生产的全面大跃进，农村和城市人民公社化以后，托儿所、幼儿园有了很大的发展。它已经成为社会主义建设事业中不可缺少的组成部分，对于彻底解放妇女劳动力和培养共产主义接班人具有重大的政治意义。

要把这些祖国的花朵养的好教的好，就必须贯彻由社会教养与家庭教养相结合，而以社会教养为主的原则。孩子在幼托机构里有专门的保育员和教养员教养他们，有比较适合孩子的饮食，有比较适合孩子的卫生保健工作，这样，更有条件使孩子从小就培养成体育、德育、智育全面发展的身心健康的共产主义新人。

幼托机构是孩子集中生活的地方，由于孩子的年龄小，抵抗力弱，在幼托机构内如果发生了传染病，就很容易相互传染而蔓延开来。这不但会使孩子本身的健康受到影响，使保育人员增加许多照顾病儿的工作，容易造成工作忙乱；而且还会给儿童家长增加负担，影响他们安心生产和学习，造成人力财力的浪费。此外，如果幼托机构内卫生保健工作没有做好，孩子得了病或身体不健康，也就不可能很好地进行其他的培养教育工作。

因此，搞好卫生保健工作，是幼托机构内的一个极其重要的任务。我们必须贯彻勤俭办所（园）的精神，大破资产阶级观点和办法，如：对待孩子娇生惯养、片面地讲究设备、营养等的思想和措施。我们要适应婴幼儿的特点，贯彻预防为主

主的方針，增強體格鍛煉，合理地調配飲食，開展以除四害、講衛生、消滅主要疾病為中心的群眾性衛生運動，增進孩子抵抗疾病的力量，控制傳染病，讓孩子少得病或不得病，生活得好，教育得好。這樣，才能使我們的後一代從小就有健壯的體格和共產主義道德品質；使孩子的父母們安心地生產和學習，發揮更大的潛力，不斷地提高勞動生產率，進一步促進工農業生產的持續躍進。

托兒所、幼兒園的保健員，應作好下列工作：

一、在地段醫療保健部門的指導下，接受衛生防病任務，共同研究托兒所、幼兒園內兒童保健工作、發病情況及處理方法。

二、在所、園長領導下，根據所、園內兒童健康狀況及物質條件，制定衛生保健制度和年、季度、月、周的衛生保健工作計劃，保證兒童健康。

三、定期安排兒童的健康檢查，測量身長體重，積極改善環境衛生，檢查生活制度的安排和執行。並建立各項保健記錄。

四、和炊事員研究兒童飲食的安排，檢查兒童飲食質量。

五、改善防暑、防寒、防蚊蠅等條件。在醫生指導下，對兒童進行牙齒、砂眼、腸寄生蟲等疾患的矯治工作。

六、負責托兒所、幼兒園的防病指導工作。採取預防兒童傳染病流行的措施，在發生傳染病時監督檢查和指導各項消毒工作，嚴格遵守隔離制度，指導或親自護理在所生病的病兒，向所、園長或家長報告兒童的健康情況。經常探視在家生病或在家休養的兒童的健康情況。

七、对儿童摔伤等意外事故,进行一般的簡易治疗;对体弱儿童作好护理指导;逐步学会預防注射和接种工作;經常与医疗部門联系,安排儿童預防接种工作。

八、在所、园长的领导下,負責向全所传达地区医疗机构的卫生防病要求和卫生知識,向家长进行卫生宣傳教育。

九、和保育員研究培养儿童卫生习惯,并在医生的指导下和保育員合作,进行儿童体格鍛煉,以提高儿童的健康水平。

十、不断地学习政治和业务,积极提高政治觉悟和业务水平,使儿童保健工作做得更好。

二、婴幼儿發育特点及护理工作

体格发育 儿童的机体在形态或机能方面,都随着年龄不停地改变着。形态的增长和机能的发展密切相关,而且具有一般的規律性,年龄愈小,发育得愈快。判定儿童体格发育的一般情况时,应注意体重、身長、头圍、胸圍等的增长。

体重: 体重的增长可代表机体在各方面增长的总和。新生儿体重約为3公斤左右;嬰兒半岁时,体重約相当于初生体重的2倍;1岁时体重約相当于初生时的3倍;2岁时約相当于初生体重的4倍;1—2岁的幼兒每月体重平均增加250克。兩岁以上的儿童,体重可以下式估計: $\text{年龄} \times 2 + 8 = \text{体重(公斤)}$ 。

身長: 身長的增长,也以出生后前半年长得最快。新生儿身長約为50厘米,生后前半年每月平均长2.5厘米;后半年长的稍慢,每月平均长1.25厘米;第2年每年平均长8—10厘米;2年以后可以下式估算: $\text{年龄} \times 5 + 75 = \text{身長(厘米)}$ 。

头的发育 新生儿的头围，平均是34厘米；生后前半年约长8—10厘米；后半年约长2厘米；1岁时约为46厘米；5岁时约为50厘米。矢状缝及其他头骨缝约在生后6个月时骨化而闭合；后囟最迟至生后2—4个月内闭合，前囟至15—18个月应闭合。

胸部的发育 初生时胸围比头围小2厘米；5—6个月时胸围和头围可相等；1岁时胸围即较头围稍大。以后其差数约等于小儿的岁数。显著的胸部畸形，可见于佝偻病、心脏病、脊椎结核等。

皮肤 皮肤有保护身体表面的作用。婴儿的皮肤娇嫩，容易擦破，如感染细菌即可发生溃烂；呼吸机能较成人旺盛，散放的二氧化碳和水分较多；调节体温的机能弱，易受凉受热。所以在护理时，要剪短指甲，给孩子擦洗身体时注意不要擦伤皮肤；婴幼儿穿的衣服，质料要松软而易吸水，橡皮尿布和油布不要直接接触皮肤；特别注意皮肤的清洁，常洗澡，常洗头，洗澡、洗头时，要注意水的凉热适度；衣服要穿得厚薄适当，以避免受凉受热。

骨骼 儿童的骨骼因含胶质多，石灰质少，所以比较软。因此，对儿童的骨骼应注意保护。婴儿睡眠时要常替他改换卧位，以免枕部变扁平或形成偏头。婴儿坐站过早或姿势不正确，易使脊柱和腿骨弯曲变形。健康婴儿的牙齿应在一定的年龄按顺序生长，乳齿有20个，第一次出牙多在6—8个月时，满1岁时可以长出8个牙，最晚不过两岁半20个乳齿就都长齐了（图1）。营养不好时，牙齿可能生的晚或不整齐。到6—8岁时，乳齿开始脱落，改换恒齿。恒齿一般有28—32个，到青春期后才逐渐出齐。出牙大多数是在不知不觉中进行，一般没有什么疾病现象，有的在出牙时可见口涎增多。

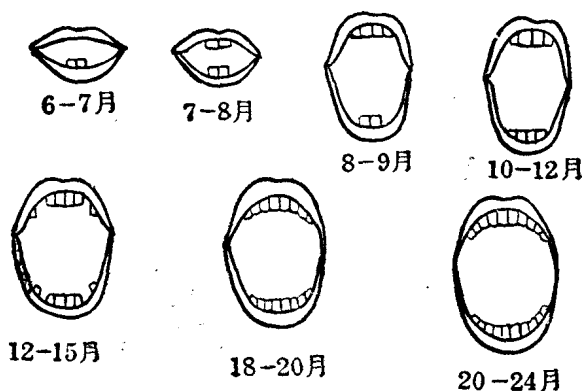


图1 乳齿露出程序

呼吸系統 呼吸系統包括鼻、咽喉、气管和肺。儿童呼吸系統管道比較細而短，粘膜嬌嫩，血管和淋巴管多，呼吸淺表，容量小，极易发生炎症和腫脹，容易得鼻炎、气管炎、肺炎。所以，儿童居住的室內，要經常保持有新鮮的空氣，并有充分的戶外活動，加强體格鍛煉，以預防傳染病，如流感、肺炎、麻疹、百日咳等。

消化系統 消化系統包括口腔、咽、食道、胃、腸和肛門等。儿童的消化系統粘膜薄嫩，富有血管，消化能力弱。所以要讓儿童吃容易消化的食物，定时定量，不吃零食和有刺激性的食物。

泌尿系統 儿童腎的机能比成人旺盛，膀胱小，所吃的食物水分多，因此，尿量相对地比成人为多。在生后前6个月，中樞神經系統发育不全，調节作用不好，排便不自主。以后随着中樞神經系統的发育，調节作用逐漸加强，应定时用“把”或“坐盆”的方法訓練小儿排尿。儿童的尿道短，易受感染，嬰兒应勤換尿布，勤洗阴部，不坐地上。会走路后，要讓孩子穿整

襁褓，以减少污染发病机会。

血液循环系统 儿童的造血系统功能不稳定，极易受内在或外在因素的影响。因此，在儿童有病或营养不良时，容易发生贫血，但恢复能力也很强。

儿童的心跳次数或脉搏比成人快，血液在全身循环整个一周的时间较成人为短。经常的锻炼，如活泼的游戏和运动，能使心肌更强壮，促使心脏血管系统正常地发育，使血液循环良好。必需有合理的生活制度，使活泼的游戏与安静相交替，使锻炼与休息相交替，这样，才能使小儿的心脏不致过劳。

神经系统 神经系统可分脑、神经、脊髓三个部分。儿童时期大脑发育尚不健全，容易兴奋和抑制，因而长时间保持一定姿势很容易疲劳。孩子神经系统的发育和营养，与所处的环境及教育有很大的关系，在良好的教育和环境的影响下，孩子的神经系统也逐渐地发育完全，语言、动作也逐渐地复杂化了。

三、卫生清洁工作

托儿所、幼儿园是孩子们集体生活的地方，孩子们年龄小，抵抗力弱，如果卫生情况不好，就很容易得病，所以要积极创造良好的卫生条件，在卫生要求上不断地提高。

环境和房屋的卫生 托儿所、幼儿园周围的环境要安静，附近没有牲畜棚圈、粪池或粪场，才能保证空气新鲜和儿童的安全。环境要美化、绿化，夏季可以搭凉棚，或种瓜豆遮荫。房屋最好是向阳，要干燥。室内经常保持清洁整齐，每天在孩子入所前或孩子到户外游戏时进行打扫，地板要定期擦洗。室内用物要放在一定的地方，放得整齐、美观，用不着的东西不要放在室内。室温应保持在摄氏 16~20 度之间。在冬季，

炉火要保持比較衡定的温度，不要时熄时旺，以免儿童一冷一热，容易发生感冒。夏季天气炎热，要设法降低室温（地上洒些水，有条件时可放些冰块）。房屋要設置完備的紗門、紗窗和竹帘，以防蚊防蝇。門窗桌椅要随时保持清潔，每次开飯前飯桌要用热水或硷水擦洗干净，然后再放食具。应有定期的扫除制度。

厨房及食具的卫生 厨房是卫生工作中很重要的地方，要彻底消灭蚊蝇和老鼠。炉灰、垃圾要随时清除，上下水道要通暢。食物櫥、鍋、鍋鏟、菜刀、菜板、抹布等炊具和用具，都要彻底保持清潔。洗菜、洗碗、和面的盆都要分开使用；切生熟菜的刀板也要分用；盛油及調料的瓶、罐都要有盖。厨房要有足够的窗戶通风，烟囱也要通暢。

儿童的食具每餐后要煮沸或用蒸汽消毒，消毒后就不要再用布擦，也可将食具先洗净放在布袋里，班次多的可以各班分装，然后蒸煮，开飯前連布袋拿到班上再打开用，可以减少許多中間污染的机会。乳儿用的奶瓶、奶头，每次用完后，先用冷水洗净，再煮沸或用蒸汽消毒。杓、筷、奶头等食具如果掉在地下，一定要經過消毒后才能再用。一切食具都要存放在不致被灰尘和虫类污染的地方。

厕所的卫生 儿童要有专用的厕所，厕所的地面要干燥，空气要流通，如果是抽水式厕所，上下水道一定要暢通。擦完大便的紙不要乱放，厕所里可設一紙簍放紙，以免堵塞下水道。不要在便盆中积存大小便，免得有味。3岁以上的孩子的厕所最好用小型蹲式，如果是坐式的，一定要保持坐位的干净。乳儿用的便盆，每次用完后，要立即刷洗干净，放在一定的地方，應該設有便盆架放置便盆，便盆不应放在卧室或活动室。在有腸胃道傳染病的时候，便盆要严格消毒，如痢疾病儿

用过的便盆，应放在盛有5%来苏水或5%漂白粉的溶液的桶内浸泡30分钟后再用。刷便盆的刷子，有病和无病的要分开，并经常在消毒水中浸泡。倒便盆的池子里，千万不能清洗拖地板的布。

衣服被褥的卫生 儿童的衣服和被褥，直接接触儿童的皮肤，必须注意保持清洁，以免感染疾病。儿童的衣服要常洗换，洗过澡以后要换一套干净的衣服。洗衣房里干净的和脏的衣服要分开放。每个孩子的衣服应有记号，不能混用，破处随时补好。婴儿的尿布，最好每次用后都用煮沸法消毒，做不到时，在洗净后一定要用开水烫过，以免传染疾病和有尿臭味。干净的尿布要折好放在一定的地方，不要堆积起来等用时乱抓。儿童的被褥要定期拆洗，定期在阳光下晾晒6小时左右；床单、枕套要经常换洗。婴儿用的油布或橡皮布要常用热水擦洗。儿童用的洗脸和洗屁股的毛巾都应各人专用，用后消毒，并应经常保持干燥。

家具玩具的清洁卫生 儿童用的床、桌、椅、爬栏、大型玩具以及门窗等，每天必须擦洗，并定期用肥皂、硷或来苏水擦洗；擦饭桌的抹布要专用。小型玩具能洗的每天要洗烫一次；不能洗的要在阳光下晒。婴儿玩时掉在地上的玩具，不要拣起来再玩，要洗净消毒后再玩。

四、个人卫生

为了让孩子长得好，身心健康发展，要培养孩子有良好的卫生习惯，保育员和孩子们都必须讲究个人卫生。

儿童个人卫生 每个幼托机构，都应根据孩子的不同年龄，制定不同的生活日程，并严格执行，使孩子有规律地生活，同时要坚持每日的晨间检查及定期健康检查制度。

(一) 飲食卫生:

1. 儿童的飲食, 不論是吃奶的或吃飯菜的孩子, 都应根据他們的年齡并結合每个孩子的食量, 要定时定量, 不吃零食, 也不要飢一頓、飽一頓地乱吃。嬰兒从兩个月起就要按月逐漸增加副食。

2. 儿童吃飯时, 要先將飯菜准备好, 然后再給孩子洗手。最好是一人給孩子洗手, 一人給孩子盛飯, 随洗随吃。因为孩子不懂事, 洗完手等阿姨盛飯的过程中, 很自然地会摸摸这, 摸摸那, 甚至又去拿玩具, 摸鞋底等, 到吃飯时手又弄脏了。

吃飯时要随时注意儿童进食情况, 培养成細嚼慢咽、不挑食、不剩飯、不糟塌粮食的良好习惯。

3. 吃飯前后不要让孩子们做剧烈的活动或过于兴奋, 吃飯时不要哭吵打鬧, 以免影响食欲。

4. 吃的食物要新鮮、干净, 不要給孩子吃过夜的剩飯和剩菜。

(二) 睡眠卫生: 睡眠对孩子的生长发育好处很大, 幼托机构內必須保証孩子有足够的睡眠时间。各年龄儿童需要的睡眠时间如下表(表1):

表1 各年龄儿童睡眠时间

年 齡	一晝夜共需要 睡 眠 时 間 (小时)	白天的睡眠時間		醒着時間(小时) (每次)
		每次睡眠時間 (小时)	次数	
2—5个月	18小时	2小时	3	1—1.30小时
5—9个月	14—15小时	1小时半—2小时	3	2—2.30小时
9—18个月	13—14小时	1小时半—2小时	2	2.30—3小时
18个月—3岁	12—13小时	2小时半	1	5—6小时
3岁以上	10—11小时	2小时	1	6—7小时

孩子的睡眠卫生应做到下述各点：

1. 养成儿童按时睡眠的良好习惯。工作人员每天按规定时间让孩子睡眠，小年龄和体弱的儿童需要多休息，要保证他们有充足的睡眠时间，应让他们早些睡，晚些起。

2. 在婴儿睡前要将湿尿布换下，被褥等铺平，枕头不要太高，头不要总偏向一侧睡，以免睡成偏头。

3. 在床上或炕上睡时，孩子们不应靠得太近，要颠倒睡（一个头朝里，一个头朝外），或脚对脚的睡，使孩子们的头彼此离得远一些。

4. 睡觉的屋子要安静，空气流通、新鲜。室内温度要合适，窗户要大开，冬季也要开一个小窗，或者定时开窗，使空气流通，要注意避免对流风直吹在孩子身上。

5. 根据天气冷热，随时增减盖被。随时注意儿童睡眠姿势，如有习惯俯着睡的，应及时矫正，以免压迫胸部而影响呼吸。此外，要注意有无蹬被现象，蹬去盖被的，应及时盖好，以免着凉。

（三）衣服卫生：

1. 儿童穿的衣服，质料要松软，式样要穿脱方便，大小合适，不要太小、太紧，以免影响儿童发育。

2. 衣服鞋袜要整齐干净，勤洗勤换。夏天每日洗换1次，冬天每周洗换1~2次。最好外面穿一件罩衣，婴儿应加用围嘴，便于洗换。鞋也要勤刷洗。

3. 夏天可穿背心和裤叉，不要让孩子光着屁股。冬季要穿衬衣衬裤，这样既暖和，又便于洗换。

4. 幼儿到会走路以后，就应当开始练习穿满裆裤，因为穿开裆裤既不卫生，又易感染外阴炎、阴道炎（女孩）、尿道炎及蛲虫病等疾病。如果托儿所中有一孩子患蛲虫病，由于他