

当当网、卓越网及全国各大书店上榜畅销精品图书

《育儿百科》的作者**松田道雄**先生的经典传世之作

77

次再版印刷，
累计销量
达到千万册

[日] 松田道雄 / 著 朱世杰 / 译

我是婴儿



华夏出版社
HUAXIA PUBLISHING HOUSE

[日] 松田道雄 / 著 朱世杰 / 译

我是婴儿

 华夏出版社
HUAXIA PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

我是婴儿/(日)松田道雄著;朱世杰译. - 北京:华夏出版社, 2010. 11

ISBN 978 - 7 - 5080 - 6020 - 0

I. ①我… II. ①松… ②朱… III. ①婴幼儿 - 哺育

IV. ①TS976. 31

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 213726 号

WATASHI WA AKACHAN

By Matsuda Michio

©1960 by Shuhei Yamanaka and Saho Aoki

First published 1960 by Iwanami Shoten, Publishers, Tokyo.

This simplified character Chinese edition published 2011

by Huaxia Publishing House

by arrangement with the proprietor c/o Iwanami Shoten, Publishers, Tokyo

版权所有,翻印必究。

北京市版权局著作合同登记号:图字 01 - 2010 - 3605 号

出版发行:华夏出版社

(北京东直门外香河园北里 4 号 邮编:100028)

经 销:新华书店

印 刷:北京京科印刷有限公司

装 订:三河市万龙印装有限公司

版 次:2010 年 11 月北京第 1 版

2011 年 1 月北京第 1 次印刷

开 本:880 × 1230 1/32 开

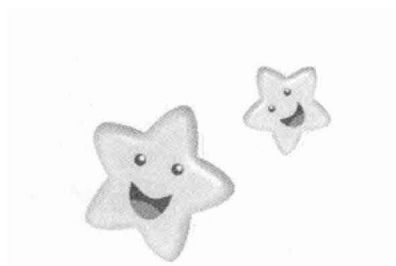
印 张:8

字 数:150 千字

插 页:2

定 价:28.00 元

本版图书凡印刷、装订错误,可及时向我社发行部调换



我是婴儿

第一个小宝贝在期盼中诞生了。但是初为人父人母，会不断地为养育孩子而操心：如喂奶的姿势、衣物的厚薄、晚上哭闹、断奶，再加上腹泻、发热、痉挛等小儿常见病，都会让父母不安。作者从一个婴儿的视角，思考如何构建和谐的家庭与社会环境，让天下的父母快乐、开心地养育小宝贝。



译

者

序

国庆节期间，我大学时的日语老师今井光裕夫妇从日本北海道到北京旅游，在接待的过程中无意说起我近期翻译的这本松田道雄的育儿科普读物《我是婴儿》，了解到了该书及作者在日本的影响，深感自己做了一件有益于中国新生儿父母的事。

《我是婴儿》的作者松田道雄是日本著名的育儿专家，他的著作在日本乃至东南亚可谓是家喻户晓。松田道雄是一名儿科医生，在临床诊疗过程中发现患儿的家长存在很多的育儿误区，只有让家长学习正确的育儿知识，才是维护婴儿健康的根本之道。医生写的育儿书，科学性是有保障的，特别是其中关于疾病与健康的内容，更是会让读者增加一些自我判断的能力，在我看来，家长如果读了湿疹、生长热、厌食、麻疹、哮喘等方面的内容，在就医时就会受益匪浅。

几年前我儿子出生的时候，到书店买了几本育儿方面的科普读物，大多因为知识性太强而没能深入研读。从一个婴儿的视角，以第一人称写的育儿图书，我还是第一次遇到。在翻译的过程中就像是在陪着一个会说话的婴儿一起长大，知识性与趣味性的结合，让我有一种相见恨晚的感觉。

初为人父人母，和一个不会说话的婴儿在一起，

还想着要照顾好他(她)，就读读这本书吧。这样你会容易了解一个婴儿的真正需求，从而少犯一些自以为是的错误。书中关于不做“孩奴”及与婴儿交朋友的内容在日益发达的中国社会更是具有很强的现实意义。

最后感谢我的日语老师今井光裕先生在日语方面的指导，我的研究生王月姣、朱文婷也承担了部分内容的翻译及录入修改工作，小宝贝们的快乐成长是我们译者的最大心愿。

朱世杰

2010月10月于北京

目

录

第一章 出生到半岁

产科病房——最讨厌吵闹	1
没有奶水——着急是不行的	3
夜哭郎——住宅小区	5
胎毒——脸上起了小疙瘩	8
渗出性体质——不用打针啦	11
爸爸——和我一起玩吧	14
脚气病——吐奶和绿便	17
奶水不足——喝奶粉吧	20
讨厌喝奶——个性不同	22
电车——别织毛衣了	24
奶奶——溺爱	27
百货公司和电影院——一点儿都不好玩	30
咳嗽——锻炼是必要的	32
妈妈——用心观察	35
儿童公园——属于宝宝的时间	38
课堂——没礼貌的客人们	40
夜啼——夜里喂奶	43
	46

夜啼——量体重	48
防水尿布——天气热不要用	50
天气闷热——牛奶要凉	52
儿童游乐场——唯利是图	55
断奶（一）——难懂的食谱	57
断奶（二）——咸甜口味不同	59
断奶（三）——有什么吃什么	61
断奶（四）——体重计不能缺	63

第二章 一岁前后 65

肠套叠（一）——突然腹痛	67
肠套叠（二）——有规律的腹痛	69
肠套叠（三）——早发现可以不手术	73
体重偏低——生命力旺盛	75
体重与健康——肥胖不是好事	77
讨厌喝粥——我的爱憎	79
火车出游——宝宝没人管	81
宾馆——对宝宝是虐待	83
危险的硬币——眼疾手快的妈妈	87
又见夜哭郎（一）——喜欢和爸爸玩	90
又见夜哭郎（二）——这个药真苦啊	93
又见夜哭郎（三）——长心眼儿的证据	96
定期排便——反抗期	99

脚上长冻疮——袜子太紧了	102
取暖炉——做一个木架子	105
预防接种——害怕白大衣	108
天花接种——只能在胳膊上接种	111
生活的节奏——社会体制和家庭情况	114
从床上掉了下来——头摔了就会变傻吗	117
孩子走失了——最小的偷渡客	120
妈妈们的集会——希望建一个托儿所	123
看护俱乐部——业余托儿所	126
热痉挛——可以自愈的疾病	129
第一次发热——连续三天发热	132
生长热——小儿急诊	135
托儿所——繁忙的工作	138
不停地拉肚子——胃肠型感冒	141
打针——医疗保险制度与治疗	143
耍小脾气——妈妈不理睬	146
妈妈的爱——最大的安慰	149
脑瘫患儿引发的思考——单靠个人的力量是不行的	152
生日快乐——平凡人的幸福	155
医生的话——不要做孩奴	157
第三章 一岁——一岁半	159
学步车——真是左右为难	161
动物园——可怜的动物	164

无精打采——可能得了痢疾	167
应激反应——小孩子的神经官能症	170
葡萄糖疗法——不用打点滴了	173
疾病痊愈——自我康复的能力	176
小便混浊——是得了肾炎吗	179
睡得晚也就起得晚（一）——安眠药	182
睡得晚也就起得晚（二）——爸妈多思考	185
趴着睡（一）——是扁桃体肥大吗？	188
趴着睡（二）——不是什么疾病	191
不愿意一个人睡——所有的孩子都这样	194
生活作息时间表——新来的育儿指导师	197
给孩子喂饭需要多长时间——最好30分钟以内结束	200
断奶指导书——断奶后多吃饭	203
被狗咬了怎么办（一）——不要让狗跑了	206
被狗咬了怎么办（二）——如果狗没病就问题不大	209
假阳性——再查一遍	212
淋巴结核（一）——易发脑膜炎	215
淋巴结核（二）——误诊	218
异食癖（一）——贫血了吗？	221
异食癖（二）——大自然的爱恋	224
麻疹——预防免疫	226
麻疹的预防——不能间隔时间太长了	229
轻度麻疹——终生免疫	231

独立行走——会上楼梯了	233
哮喘（一）——真让我害怕	235
哮喘（二）——现代文明病	237
小儿麻痹（一）——首发症状和感冒一样	239
小儿麻痹（二）——索尔克氏疫苗	241
告别——医生要做小孩子的朋友	243
后记	246

第一章

出生到半岁



产科病房—— 最讨厌吵闹



我前天刚刚降生到这个世界上。现在还看不见，但是能听到声音。这个产科病房里所发生的形形色色的事情，我都知道。

护士小姐走路的时候为什么总是发出咚咚的声音呢，一定是个大大咧咧的人吧。屋子的门也总是开开关关发出那么大的声音，这么说来，一定是心里有什么不高兴的事。也许是待遇不够好啦，也许是昨天休假和谁约好了要见面却被放了鸽子。这些生气的事情，你们大人好好谈一谈来解决不就好了吗，为什么要拿东西撒气呢。

我最讨厌这种吵闹的环境了。不仅仅是我，妈妈也不喜欢。我们刚刚累得筋疲力尽，刚想要美美地睡一觉，结果走廊里又传来了咚咚的脚步声和门被甩上的声音，这次我真是想不哭出来都不行了。

我可怜兮兮地哭着，妈妈被我哭得手足无措。要是周围安静些的话，除非尿布湿了，或者是肚子饿了，否则，我才不会哭呢。

产科病房里好不容易安静下来了，窗外又闹了起来。最讨厌的就是那些开宣传车的家伙。喇叭里放着奇怪的歌，伴着这些讨厌的曲调，歌声一停，就开始宣传商品的功能。听上去虽然诚心诚意的，也不想想在别人家门口用这么大的声音做广告，谁能高兴呢。我要是长大了，绝对不会吃像今天这样的宣传车所卖的食品。宣传车刚走，直升机又来了。从直升机上撒下来许多传单，孩子们在道路上跑着争抢。这些讨厌的广告真是不可原谅。

终于安静了下来，家里的亲戚们又来道贺了。每个人都来看看我长什么样。这里面居然还有冲着我咳嗽的人，要是感冒传染给我可怎么办啊。刚刚出生的小婴儿要是得了感冒可是会发展成肺炎的呀。这个家伙难道上生理卫生课的时候都在打盹吗？

院长也不知在想什么。把新生儿室弄得像建筑工地一样嘈杂，要是在门口挂上“非请勿入”的告示牌就好了。不过，如果他们真这么做了，恐怕又会招来患者的不满。做医生也真够可怜的。

产科病房里还有一点太吵的地方，就是护工大婶们总是在八卦。她们常常在一起说谁谁的考勤如何如何，六号病房的太太很小气啦，三号病房的太太看上去比丈夫年轻太多啦，医生总是去关心四号病房的病人啦，真是烦死人了。为什么她们对别人的生活有这么大的兴趣呢。嗯，一定是自己的生活太空虚了。

没有奶水—— 着急是不行的

在妇产医院住了六天了，按理说应该已经习惯这样的生活，却因为种种事情接二连三地发生，怎么也不能适应。

隔壁房间前天出生的小宝宝，一刻不停地在哭。没有什么能比这更吵的了。自从妈妈从主管护士那里听说隔壁宝宝可能是因为奶水不足才哭闹个不停之后，我感觉我妈妈的奶水好像突然充足了起来。照顾妈妈的月嫂说，“不管照顾得多么周到，总会有哭闹的宝宝在呐”。

这个爱哭的宝宝，肯定挺神经质的。真是的，连奶都不肯好好喝。才喝了那么一点点就心满意足地睡着了，一会儿肚子饿了又醒来哭。一边生气地哭，一边又不肯喝奶。白天也哭，晚上也哭。这么哭也不怕肚脐鼓出来。

照顾妈妈的护工，
虽然人既老实又能干，



但是却不注意卫生，这点真让人头疼。妈妈的奶水不是很充足，因此，我要喝葡萄糖水。护工把葡萄糖倒进杯子里，然后用脱脂棉蘸着喂给我，真是受不了。味道不好还能忍受，不能忍受的是护工手上的脏东西都渗到脱脂棉蘸的葡萄糖水里了。这下可什么东西都吃进来了。

万一这个护工是痢疾的带菌者，恐怕我就要得痢疾了。用脱脂棉蘸东西给我喝这种事情，真希望再也别干了。

妈妈因为担心没有奶水，从今天开始请了月嫂。爸爸从家里带来了做好的鲤鱼浓汤，院长也开始给妈妈打催奶针。院长一边给妈妈打针，一边意味深长地笑着说“打了这个针就有奶水了哦”。这个院长还是很会想办法的。我想这是暗示疗法吧。可他又不是什么坏人，干吗笑得那么意味深长啊。

妈妈其实不用担心。我还没有使出吃奶的力气，所以奶水才不出来。等过几天，我努力吸奶，泌乳增加，奶水自然会足够。着急是不行的。

仔细想想，无论按摩也好，鲤鱼浓汤也好，打针也好，都是能让妈妈不再着急的办法。医生的治疗，和这些的性质都是差不多的。在疾病痊愈之前的这段时间里，若能安抚好病人的情绪，就能起到正面作用。

所谓好医生，就是先安抚好病人忐忑不安的心情，就能很容易把病治好了。不得不说，即使把病治好了，却和病人闹得不欢而散，庸医才会这么做。医生和病人之间，如果