

育儿知识问答

赵钟娥 编著



育儿知识问答

白求恩医科大学

赵钟娥 副教授 编审
王维俊 教授

原子能出版社

内 容 简 介

本书是作者为广大年青父母编写的一本实用性较强的育儿知识通俗读物。它通过问答形式，简明扼要地介绍了婴幼儿保育知识，儿童生长发育的规律，以及小儿的常见病与传染病的病因、症状和防治方法。内容深入浅出，通俗易懂，文笔流畅，可供高小以上文化程度的年青父母以及托儿所、幼儿园的保教人员阅读与参考。

育 儿 知 识 问 答

白求恩医科大学 赵钟娥 副教授 编
王维俊 教授 审

原子能出版社出版

(北京2108信箱)

衡水市红旗印刷 印刷

(衡水市人民路119号)

新华书店北京发行所发行·新华书店经售

☆

开本787×1092 1/32·印张3·字数 68千字

1985年5月第一版·1985年5月第一次印刷

印数1—— · 统一书号：7175-655

定价：0.47元

目 录

1. 什么叫做生长发育?影响小孩发育的因素有哪些?…… 1
2. 小孩是成人的缩小吗?小孩与成人有哪些不同?…… 2
3. 出生后不久的小孩皮肤发黄是病态吗?…… 3
4. 为何出生后不久的小孩爱睡觉,且越小睡时越久?… 4
5. 新生儿的乳腺肿大是怎么回事?为什么少数女孩出生
后不久可见阴道少量出血?…… 5
6. 为什么新生儿的脉搏和呼吸比成人快?…… 5
7. 小孩出生后多久开始排尿、排便?…… 6
8. 为什么新生儿出生后头几天体重会比出生时减少些?…6
9. 足月新生儿的标准体重、身长应是多少?…… 7
10. 新生儿的体温为什么容易受外界环境的影响?…… 8
11. 新生儿的护理重点有哪些?…… 8
12. 新生儿的脐部应当怎样护理?……10
13. 早产儿与足月儿有哪些不同?怎样护理?……11
14. 白细胞有啥用?新生儿的白细胞数和成人的一样吗?…12
15. 您知道吗?小孩的体重是按着怎样规律增长的?……13
16. 您知道吗?小孩的身长是按着怎样规律增长的?……14
17. 刚刚出生的小孩是头围大?还是胸围大?……15
18. 囟门应在何时闭合?过早或过晚闭合有什么不好?…16
19. 新生儿的“青记”和“红记”是怎么回事?……16
20. 什么是“马牙子”?……17
21. 小孩几岁出牙?怎样估计小孩应有的牙齿数目呢?…17
22. 正常小孩的动作发展规律是怎样的?……18
23. 正常小孩的语言发展规律是怎样的?……19

24. 正常小孩的智力发展规律是怎样的?20
25. 小儿营养与智力发展的关系21
26. 怎样养成婴儿的良好睡眠习惯?22
27. 怎样养成儿童的良好睡眠习惯?23
28. 怎样养成小孩良好的排尿、排便习惯?24
29. 为什么要经常给小孩洗澡?25
30. 应当怎样选择婴儿的尿布和衣裤?26
31. 怎样防止小孩生痱子? 生了痱子怎么办?27
32. 人体需要的营养素有那些? 各有什么用处?28
33. 为什么说母乳是婴儿最理想的食品?29
34. 给小孩喂奶时应注意些什么?30
35. 怎样才能知道母亲的奶够不够吃?31
36. 小孩长期吃母亲的奶就健康吗?32
37. 牛奶和人奶有什么不同?33
38. 选用牛奶喂小孩时应注意些什么?33
39. 为什么必须给婴儿增添辅助食品? 怎样增添为宜?34
40. 怎样安排好断奶后小孩的饮食?35
41. 让小孩含着奶头睡觉, 或吃假奶头对吗?37
42. 吃早饭的学问37
43. 怎样加强婴幼儿的体格锻炼?38
44. 为什么提倡早期教育? 有何重要意义?40
45. 对婴幼儿进行教育时, 应注意些什么?41
46. 父母对婴幼儿的教育起哪些作用?42
47. 为什么要给小孩打预防针?44
48. 为什么接种结核菌苗前要做试验? 种后有哪些反应?44
49. 扁桃体对人体有什么作用? 为什么有时还要摘掉呢?45

50. 锻炼记忆力的方法.....46
51. 佝偻病是怎样引起的?为什么婴幼儿容易得这种病?...47
52. 小孩得了佝偻病以后啥样?48
53. 婴儿后头发秃是怎么回事?49
54. 怎样防治佝偻病?50
55. 婴儿手足搐搦症是怎么回事?51
56. 小孩烂嘴角是怎么回事?52
57. 婴幼儿为什么容易腹泻?53
58. 怎样护理腹泻病儿?54
59. 怎样预防婴幼儿腹泻?55
60. 怎样辨别小孩的大便是否正常?56
61. 感冒对身体健康没有影响吗?应当怎样预防?56
62. 病毒性肺炎是啥样的病?57
63. 新生儿得了肺炎啥样?怎样预防它?58
64. 怎样护理肺炎患儿?59
65. 怎样预防婴幼儿肺炎的发生?60
66. 婴幼儿为什么容易得贫血病?61
67. 什么叫先天性心脏病?是由哪些原因引起的?62
68. 得了先天性心脏病有哪些症状?63
69. 怎样预防先天性心脏病?64
70. 什么是遗传性疾病?能否预防其发生?64
71. 为什么六个月以下的小孩不容易得麻疹?为什么八
个月以上的小孩才能接种麻疹疫苗?65
72. 麻疹有哪些症状?怎样护理麻疹患儿?66
73. 小孩出麻疹越捂越出的齐吗?67
74. 怎样预防麻疹?68

75. 百日咳是怎样得的？得了以后啥样？69
76. 为什么新生儿时期容易得百日咳？69
77. 怎样预防和治疗百日咳？70
78. 猩红热是怎样传染的？猩红热有哪些症状？71
79. 猩红热有哪些并发症？73
80. 怎样防治猩红热？73
81. 流行性脑脊髓膜炎是怎样传染的？74
82. 流行性脑脊髓膜炎是个啥样的病？75
83. 怎样才能预防流行性脑脊髓膜炎？75
84. 痢疾是怎样传染的？为什么夏季容易得？76
85. 痢疾患儿有哪些症状？怎样预防痢疾？77
86. 水痘是什么样的传染病？78
87. 怎样防治水痘？80
88. 什么叫做脊髓灰质炎？得了以后什么样？80
89. 怎样预防脊髓灰质炎？81
90. 乙型脑炎是个啥样的病？怎样传染的？82
91. 得了乙型脑炎以后有哪些症状？82
92. 怎样预防乙型脑炎？83
93. 流行性腮腺炎是怎样得的？得了以后啥样？84
94. 怎样治疗和护理流行性腮腺炎患儿？怎样预防它？84
95. 流行性腮腺炎有哪些并发症？如何处理？85
96. 蛔虫症是怎样感染的？对人体有什么危害？86
97. 怎样防治蛔虫症？87
98. 蛲虫症是怎样感染的？得了蛲虫症有哪些症状？88
99. 怎样防治蛲虫症？89
100. 婴儿肚子疼时啥样？为什么不能随便吃止疼药？90

生长发育·保健护理

1. 什么叫做生长发育？影响小孩发育的因素有哪些？

大家都知道，一个人的成长过程是由一个小到眼睛看不见的受精卵，在母亲的子宫里，得到母亲的营养，渐渐长大的，大约经过280天就发育成了一个胎儿。胎儿出生后，随着时间的推移，逐渐长大成人，这整个过程就是生长发育的过程。那什么叫做生长呢？生长一般是指形体上的增长，是量变。譬如小孩逐渐长大了、长高了，这就是量变，或叫做生长。那什么是发育呢？发育则是功能的成熟过程，像小孩从出生后只会哭，逐渐发展到会笑、能认识熟人、会坐、会走、会说话等等，这些都是发育，发育也就是质变。生长和发育的关系是紧密相连无法截然分开的，是齐头并进的。一般人又常常把生长和发育简称为发育。我们在日常生活中，常常听到有人说：某个孩子发育的好或发育的不好，其实这里所说的发育，应该包括生长和发育两个方面。

那么有哪些因素会影响小孩的生长和发育呢？影响小孩生长发育的因素是多方面的。归纳起来有以下两个方面。一是内因，主要是指遗传因素、性别等的影响。譬如父母的体格高大，那他们的孩子就可能也长的高大些。性别的影响是一一般来说女孩要比男孩矮些。当然还有些遗传性疾病，也会影响小孩的生长发育。二是外因，主要有三点：

①合理的营养与生活护理。保证小孩健康成长的重要条

件就是必须供给充足的营养，这是生长发育的物质基础。所以合理的喂养，正确、恰当的护理与小孩的生长发育有着密切的关系。

②**体格锻炼与教育。**除了供给充足的营养外，还要根据不同年龄进行不同的体格锻炼。智能的培养主要是靠教育。成人的一言一行都对孩子有很大的影响。

③**疾病的影响。**这一点是很容易理解的，小孩如果经常得病，必然会影响他的生长发育。

我们知道了上述的因素以后，就应当在孩子的成长过程中加以注意。

2. 小孩是成人的缩小吗？小孩与成人有哪些不同？

首先应当明确回答的是：小孩不是成人的缩小。小孩并非只是个子矮些、体重比成人轻些。更主要的是身体各方面的机能还没有成熟，身体的抵抗力也比成人弱，年龄越小这些不同点越明显。现举几个例子来说明小孩不是成人的缩小，同时也可看出小孩与成人的主要不同之点。

①从身体的比例上来看，我们成年人的头长只占身长的 $\frac{1}{8}$ ，而刚刚出生的孩子的头长则占身长的 $\frac{1}{4}$ ，这就足以说明小孩不是成人的缩小（而且这样的不同点是年龄越小越明显）。

②从生理的机能上来看，正常的成年人，每分钟脉搏数是60—80次，小孩的脉搏数则比成人快，而且年龄越小越快。刚刚出生的孩子（医学上叫新生儿）的脉搏数可以快到每分钟120—150次，如果不了解这些不同点，就会错误地认

为小孩有心脏病。

③从身体的抗病能力上看也不同，年龄越小抗病能力越低。新生儿时期，如果对新生儿护理不当，新生儿得病的机会就多。不仅容易得病，而且得了病病情也比较重，引起死亡的机会也多。因此，年龄越小护理就越显得重要。

④年龄不同所得的病也不同，譬如婴儿（周岁以内）的心脏病，多数是先天性心脏病，也就是胎带的心脏发育异常。5岁以上小孩的心脏病，则以风湿性心脏病为多。成年人的风湿性心脏瓣膜病常常是因为儿童时期得过风湿性心脏病后遗留下来的心脏改变。

从以上四个方面都可以明确地告诉我们，小孩不是成人的缩小，小孩与成人的主要不同点是年龄越小其机能越不成熟。因此，我们必须针对小孩的特点，给予正确的护理，方能保证孩子们茁壮地成长起来。

3. 出生后不久的小孩皮肤发黄是病态吗？

多数小孩在出生后2—3天开始，可以看到皮肤有轻微的发黄。白眼珠（巩膜）和上牙龈（上腭）等处也有些发黄。出生后1周左右最为明显，一般7—14天又逐渐地消退了。这种现象不是病态，而是正常的生理现象。为什么说这是生理现象、属于正常的呢？这是因为胎儿在母亲子宫内的280天里，自己不会呼吸，那么胎儿生长发育所需要的氧气从哪里获得呢？当然只能通过胎盘从母体间接获得，也就是说母亲替他呼吸。正因为是从母体间接得到氧气，所以小孩在胎内时，血液里的氧气含量相对地比较低，这样胎内小

孩血液中的红细胞（也叫红血球，是运送氧气的血细胞）相对地比出生后要多，只有这样才能满足胎儿生长发育的需要。等小孩出生以后，自己就开始独立地直接地进行呼吸了，这样血液中氧气的含量就增多了，因此出生后就不需要胎内时那么多的红细胞了。这样一来，出生后2—3天开始，血液当中过多的红细胞就迅速地大量破坏，这些破坏了的红细胞，就变成了胆红素，当这些胆红素在血液中增加到一定程度，超过了正常量时，我们就会看到小孩的皮肤、白眼珠等处轻微发黄。但是，还必须说清楚，如果发黄出现的时间早于出生后24小时，或发黄的时间超过14天还不退掉，或发黄的程度逐渐加重，那就不是生理现象而是病态了，必须及早去医院诊治。

4. 为何出生后不久的小孩爱睡觉，且越小时睡时越久？

出生后不久的小孩是最不成熟的个体，各方面的机能都处于最幼稚的阶段，其中尤以神经系统的发育最不成熟，神经系统经常处于抑制状态，因此，小孩除了吃奶、排尿、排便等时间外，几乎都在睡眠中渡过。正常新生儿每天的睡眠时间应当是20—22个小时。

为什么年龄越小的孩子需要睡眠的时间越长呢？这个道理很容易理解，因为年龄越小，神经系统（主要指大脑的发育）的发育越不成熟，神经系统发育不成熟的主要表现就是容易抑制，容易疲劳，因此就容易睡觉。

5. 新生儿的乳腺肿大是怎么回事？为什么少数女孩出生后不久可见阴道少量出血？

有些新生儿，无论是男孩或是女孩，在出生后一周左右会看到乳腺（乳房）肿胀，同时还能挤出一些奶来，这是因为在未出生以前，母亲身体里的女性内分泌素通过胎盘传给了胎儿，而内分泌素可促使婴儿乳腺肿胀，因此，小孩出生后才会有过性的乳腺肿胀，这种现象可自然消退，不需要治疗，更不要挤奶，以免引起感染。

有少数女孩，在出生后不久，从阴道中流出少量带有血性的粘液，这也不是病态，是受母亲女性内分泌素影响的结果，不必惊慌，过几天就会自然消失。

6. 为什么新生儿的脉搏和呼吸比成人快？

我们成年人每分钟呼吸次数是18—20次，脉搏每分钟是60—80次。小孩的呼吸和脉搏都比成人快，次数多，而且年龄越小每分钟呼吸及脉搏次数增加越明显。那么最快的是在什么年龄呢？当然是刚刚出生的新生儿了。因为新生儿是年龄最小的独立个体，所以他的呼吸和脉搏最快。可以快到什么程度呢？刚刚出生的小孩的呼吸数及脉搏数可以是成人的二倍，也就是呼吸每分钟35—40次，脉搏每分钟可以达到120—150次。随着年龄逐渐增长，呼吸及脉搏则逐渐减慢。为什么年龄越小呼吸及脉搏越快呢？因为年龄越小，心脏及肺脏也都越小，心脏小每次向全身搏出的血量就少；肺脏小每次呼吸吸入体内的氧气也少。又因为小孩每天除了维持生命的

需要以外，还要一天天长大。因此，需要全身循环的血量和氧气量都相对地要大。这样一来，每次心跳搏出血量少，每次呼吸吸入体内的氧气量少，和体内需要循环血量多、需要氧气多形成了矛盾。怎样来解决这对矛盾呢？只能通过增加心脏搏动的次数及呼吸次数来解决。因此，小孩的呼吸及脉搏都比成人快，而且是年龄越小这种现象越明显。

7. 小孩出生后多久开始排尿、排便？

小孩在母亲子宫里的时候，需要的一切营养物质，都从母体通过胎盘获得，一切废物（排泄物）也都通过母体排出体外。胎儿在母亲体内时不进食，也不排便。出生后则不同了，一切都需要自己去完成。例如自己要喘气、要排尿、排便等等。一个正常的新生儿在生后多久应当排尿、排便呢？一般来讲，生后几个小时以后就应当排尿，最晚不能超过24小时。正常的排便时间要比排尿稍晚些，但也必须在24小时内排出，否则均应仔细寻找是何原因，例如泌尿系统或消化系统的畸形，以便及时确诊进行治疗。

8. 为什么新生儿出生后头几天体重会比出生时减少些？

小孩出生后的头3—4天，体重会有些减少，一般减少的程度约占出生体重的6—9%，这种现象医学上叫做“生理性体重下降”父母不必害怕。经过10天左右，体重又可恢复到出生时重量。为什么会出现生理性体重下降呢？这是因为出生后不久就要排尿、排便；通过呼吸从肺呼出一些水

分，从皮肤又要蒸发掉一部分水分；再加上出生后头2—3天饮水及吃奶都不多，这样一来就会使小孩在出生后头几天出现暂时性体重轻微下降的现象。如果体重下降的程度超过出生体重的10%，或超过两周时间仍不恢复，或于体重下降时还有其他病态，如不愿吃奶、发烧、大便次数增多等，都应立即请医生诊治。

9. 足月新生儿的标准体重、身长应是多少？

您知道吗？一个小孩出生时，合乎标准的体重应该是多少吗？一般平均的数字是3公斤，也就是6市斤。如果体重低于2.5公斤（5市斤）的话，那就不是正常的小孩，而是低体重儿，包括大多数的早产儿和相当一部分小样儿。那么正常最高的体重是多少呢？一般来说是4公斤（8市斤）。如果出生体重超过4公斤，医学上称之为过熟儿，即过于成熟的意思。出生时体重是否越重越好呢？体重一般可以代表小孩的成熟程度，但如果超过正常标准值太多，出生时小孩头部通过产道时受到挤压的程度就要重，这样小孩就容易发生颅内出血。轻者常留有后遗症，如癫痫，智力障碍或运动障碍等；严重者可迅速死亡。所以如果胎儿长得太大，为了避免颅内出血的发生，就应当采取剖腹产。

小孩出生时的标准身长应该是多少呢？我国的平均标准值是50厘米（1.5市尺），最低不能少于45厘米。一般来说，身长与体重是平行关系，也就是体重重的小孩，身长也相对地高些。

10. 新生儿的体温为什么容易受外界环境的影响?

新生儿就象一个刚刚出土的小苗，他是刚刚脱离母体开始独立生活的小生命，身体各个方面的机能都处于非常幼稚的阶段，当然维持体温的机能也不例外。新生儿时期不能很好的维持体温恒定的原因有以下两个方面：

①体温中枢尚未发育健全，大家都知道，我们每天体温总是维持在 36°C — 36.9°C 之间，很重要的一个原因就是靠中枢神经系统的体温中枢的支配与控制。可是新生儿的体温中枢尚未发育成熟，所以调节体温的能力就低，这样新生儿的体温就容易受外界环境的影响。例如把新生儿放在热炕上，又盖上很厚的棉被，这样一来新生儿的体温就可能升高，超过正常的最高限度（ 37°C ）；相反，如果保温不好，譬如冬季出生的小孩，室内温度很低，炕又太凉，盖的被又薄，那么这个新生儿就可能体温低于正常。体温低于正常以后，就很容易并发新生儿硬肿症。这种病可威胁小孩的健康与生命。因此，在我国华北、东北地区，尤其是冬季出生的小孩，一定要注意适当的保温，以防发生新生儿硬肿症。除了体温中枢不健全外，另外一个原因就是新生儿的体表面积相对的大，因此新生儿就比其他年龄的人容易散热，这样就需要供给充足的营养和水分，才能保持新生儿体温的恒定。

11. 新生儿的护理重点有哪些?

从出生到生后28天的小孩，医学上叫做新生儿。新生儿

是刚刚离开母体开始独立生活的个体，身体各系统的生理机能还很不健全，因此对外界环境的适应能力很差，抵抗疾病的能力也很低，如护理上稍有疏忽，就很容易引起疾病。新生儿不但容易得病，而且得了病以后病情进展也快，表现出来的症状又常常很不明显，因此，常易被人忽略，若处理不及时，就会招致严重后果。那么怎样才能照顾好新生儿就成了一个非常重要的问题。到底应该怎样办呢？主要应从以下五个方面着手：

(1) 居室 首先要给新生儿一个良好的环境，如新生儿居住的房间应当阳光充足，空气新鲜。天气不冷的季节，应当经常开窗换气。有些人总以为新生儿怕风，所以把新生儿居住的房间堵得严严实实，甚至连阳光都怕射进，其实这样做是不对的，这对新生儿是不利的。

(2) 喂养 正常新生儿出生后12小时即可开始喂奶，若母亲尚未有奶，可先喂些糖水。因新生儿的胃容量小，所以间隔的时间要短些，每3小时喂一次为宜。此外还有些人常把母亲产后刚分泌的那种看起来很黄、很浓的奶（医学上叫初乳）挤掉，不给小孩吃，这种做法对不对呢？不对。因为这种奶里含有较多的免疫球蛋白和乳铁蛋白，对增强新生儿的免疫力，有重要的作用。如果把这些奶挤掉不喂孩子，实在太可惜了。还有的人在小孩出生后，叫小孩先吃别人的奶，俗话叫做讨“开口奶”，这种做法也是不必要的。

(3) 卫生 新生儿刚出生时，全身皮肤上有很多灰白色油渍渍的东西，医学上叫它“胎脂”。胎脂可以保护皮肤防止细菌侵入，同时还可以起到保温的作用，所以不必全部擦掉，只把胎脂太多的地方，如颈部、腋下、大腿窝等处的用

棉花擦掉即可。然后用温暖的被包好。出生后第二天即可开始给小孩洗澡，但在脐带尚未脱掉以前，不要把小孩泡在水中洗，以免把脐部弄湿、弄脏。脐带脱落以后方可浸泡在水中洗，水温要适宜。

此外，尿布一定要勤换，湿了就换，以免引起臀红。

(4) 细致观察 对新生儿的一切表现，都要细致观察。如吃奶好不好？体温正常否？大、小便怎样？皮肤有无脓疱？皮肤和白眼球是否黄的厉害？脐部有无脓汁或血水流出？如发现上述情况，应立即请医生诊治。

(5) 防止感染 为了防止得病，一定要做到谢绝亲友及他人探望，当然更应避免与病人接触，即或是非常轻的感冒病人也不应当接触。

12. 新生儿的脐部应当怎样护理？

小孩出生后经无菌操作切断脐带以后，脐部对新生儿来说，就是一个自然外伤的伤口，对于这个伤口，必须保护好，否则将会引起严重后果。怎样才能保护好呢？首先必须做到保持脐部干燥、干净，千万不要被湿尿布泡着，更不要被大便弄脏了。一般经过2—7天就会自然干燥脱落。如果脐带脱落后脐窝部湿乎乎的话，就撒上一些消毒的滑石粉或其他干燥粉，然后再用无菌纱布盖好。如果脐窝部有脓样分泌物，则应请医生处理。脐部护理得不好，就容易使一些细菌从脐部侵入身体引起新生儿败血症等重病，那后果就不堪设想了。