

YUYING CHANG
SHI SANBAI WEN



盾出版社

育婴常识 300 问

R174-44
ZAL —

育婴常识 300 问

主 编

张 蔼 丽

编 者

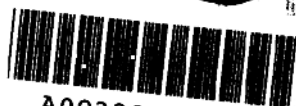
(以姓氏笔画为序)

于庭芝 马 铨 王惠珊 刘兰香

刘越璋 牟 军 李寄平 张蔼丽

陈欣欣 金 曦 奚一生

47.8/25



A0033067

金 盾 出 版 社

(京)新登字 129 号

内 容 提 要

本书对 1 岁以前婴儿的发育特征,喂养与衣着,护理、保健和防病等方面的知识,作了系统详细的介绍。内容科学,具有很强的实用性与指导性,是年轻父母育婴的最佳读物。

育婴常识 300 问

张蓓丽 主编

金盾出版社出版、总发行

北京复兴路 22 号南门(地铁万寿路站往南)

邮政编码:100842 电话:8214039 8218137

二二〇七工厂印刷

各地新华书店经销

开本:32 印张:6.75 字数:151 千字

1991 年 10 月第 1 版 1991 年 10 月第 1 次印刷

印数:1-50000 册 定价:2.20 元

ISBN 7-80022-364-7/R·58

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)

“望子成龙”、“望女成凤”，在今日提倡一对夫妇只生一个孩子的情况下，父母们渴望子女成材是完全可以理解的。但是，要使这个愿望得以实现，一是要有科学知识作指导，二是要从摇篮中就抓起。我们殷切地希望这本书能为抚育宝宝成材贡献一份力量！

1991年9月

编 者 的 话

小宝宝呱呱落地了。这给小家庭增添了多少甜蜜与温馨啊！然而，伴随而来的，也向年轻的父母提出了一些陌生的问题，使他们感到担心与不安：小宝宝先天健全吗？怎样才能照顾好他，使他健康活泼地成长呢？

的确，刚出生的小宝宝，好似娇嫩的幼苗，需要加倍精心地爱护与抚育，稍有不慎，就可能带来严重的后果。为了解除年轻父母们在这方面的疑虑，我们向读者奉献了这本《育婴常识 300 问》。

这本书全面地介绍了 1 岁以内婴儿的喂养、抚育知识。为了阅读方便，全书分为五个年龄段进行介绍。即新生儿、1~3 月龄婴儿、4~6 月龄婴儿、7~9 月龄婴儿、10~12 月龄婴儿。内容全面，介绍具体，条理分明，具有中等文化程度的读者，都可以看懂。

参加本书编写的是北京市儿童保健所的专家，她们既有深厚的理论知识，又有丰富的实践经验。所提问题，都是年轻父母经常碰到、想到的；解决问题的方法，也都从实际出发，简便可行。因此，这本书，读起来亲切，用起来实在。“一书在手，育婴有方”，确实是家庭育婴的好顾问、好老师。

目 录

第一章 新生儿

一、发育特征.....	(1)
1. 怎样算是正常新生儿?	(1)
2. 什么算是高危新生儿?	(1)
3. 正常新生儿出生时体重、身长该是多少?	(2)
4. 生后1个月的宝宝体重该增长多少为宜?	(3)
5. 初生的婴儿什么时候开始大小便?	(3)
6. 怎样分辨新生儿大便是否正常?	(4)
7. 初生的婴儿皮肤为什么发黄?	(4)
8. 怎样观察新生儿黄疸的变化?	(4)
9. 正常新生儿的呼吸如何观察?	(5)
10. 新生儿喜欢什么样的姿势?	(6)
11. 新生儿能看见妈妈吗?	(6)
12. 新生儿能听见声音吗?	(7)
13. 新生儿有嗅觉吗?	(7)
14. 新生儿知道甜、酸、苦、咸吗?	(8)
15. 新生儿抓握反射说明什么?	(8)

16. 为什么新生儿体温容易波动?	(9)
17. 与生俱来的吃奶本领是什么?	(9)
二、喂养和衣着	(10)
1. 什么是新生儿最理想的食品?	(10)
2. 什么时候开始让婴儿吃母乳?	(11)
3. 早喂奶有什么好处?	(11)
4. 是否要等妈妈奶胀后才开始喂奶?	(12)
5. 哺乳时,为什么妈妈感到乳头痛?	(12)
6. 怎样预防乳头痛呢?	(13)
7. 为什么要珍惜“初乳”?	(13)
8. 新生儿期喂奶间是否要喂糖水?	(14)
9. 怎样才能保证母乳充足?	(14)
10. 怎样用奶粉喂孩子?	(15)
11. 选择乳制品的条件是什么?	(15)
12. 新生儿加奶糕有利还是有害?	(16)
13. 人工喂养要注意些什么?	(17)
14. 新生儿期是否一定要加鱼肝油?	(18)
15. 怎样制作新生儿服装?	(18)
三、护理、保健和防病	(20)
1. 新生儿的居室应具备什么条件最好?	(20)
2. 怎样包裹新生儿好?	(21)
3. 怎样清洗新生儿奶瓶?	(22)
4. 如何清洗新生儿的尿布?	(22)
5. 怎样给新生儿洗澡?	(23)
6. 怎样给新生儿喂药?	(23)

7. 囟门的变化告诉我们什么? (24)
8. 新生儿臀红怎么办? (25)
9. 新生儿睡眠不安怎么办? (26)
10. 新生儿哭闹不安怎么办? (26)
11. 如何防止新生儿意外事故? (27)
12. “沙袋育儿”对新生儿有何影响? (28)
13. 新生儿能睡“电褥子”吗? (28)
14. 新生儿鼻子不通气怎么办? (29)
15. 新生儿脐带布湿了怎么办? (29)
16. 新生儿肚脐流水应如何处理? (30)
17. 什么是漾奶? 与呕吐有什么两样? (31)
18. 什么是呼吸异常? 有什么特征? (31)
19. 新生儿舌系带太短有什么危害? (32)
20. 新生儿常易发生哪些耳朵毛病? (32)
21. 新生儿乳房肿胀或阴道出血是怎么回事? (33)
22. 为什么有的孩子身上有怪味? (34)
23. 为什么不提倡为新生儿大办“满月”? (34)
24. 如何对新生儿进行早期教育? (35)
25. 为什么要给新生儿接种卡介苗? (36)
26. 为什么要给新生儿接种乙肝疫苗? (36)
27. 怎样早期发现新生儿耳聋? (37)
28. 怎样早期发现新生儿甲状腺功能低下? (38)
29. 新生儿发热怎么办? (38)
30. 什么是新生儿惊厥? (39)
31. 怎样预防新生儿结膜炎? (39)

- 32. 什么是新生儿脓疱疹？如何处理？ (40)
- 33. 新生儿硬肿症是怎么回事？ (40)
- 34. 怎样预防新生儿硬肿症？ (41)
- 35. 怎样预防新生儿“四六风”？ (41)
- 36. 乳头出现皲裂怎么办？ (42)
- 37. 乳房发生红肿硬块时，是否不能再哺乳？ (43)

第二章 1~3 月龄婴儿

- 一、发育特征 (44)
 - 1. 在 2~3 月时体重应长多少合适？ (44)
 - 2. 2~3 月身长在此期可长多少？ (45)
 - 3. 小儿的头围如何测量？有何意义？ (45)
 - 4. 前囟不能触摸吗？ (46)
 - 5. 小儿的后囟什么时候闭合？ (46)
 - 6. 小儿的胃有多大？ (46)
 - 7. 小儿睡眠时间多少合适？ (47)
 - 8. 小儿腿有些弯曲是佝偻病吗？ (48)
 - 9. 小婴儿的笑是什么象征？ (48)
 - 10. 如何认识小婴儿的哭？ (49)
 - 11. 拨浪鼓有什么功用？ (49)
 - 12. 能培养小儿定时排尿便吗？ (50)
 - 13. 小婴儿听到声音后，有什么反应？ (50)
 - 14. 小婴儿最爱听谁的声音？ (51)
 - 15. 小婴儿会用声音表示感情吗？ (51)

16. 小婴儿会与妈妈对话吗?	(52)
17. 小婴儿能趴着吗?	(52)
二、喂养和衣着	(53)
1. 如何坚持母乳喂养?	(53)
2. 如何评价母乳足不足?	(54)
3. 母乳不足怎么办?	(54)
4. 喂母乳的小儿要喂果水吗?	(55)
5. 婴儿啼哭就是因为饿吗?	(55)
6. 怎样做好混合喂养?	(56)
7. 没有母乳的小儿应如何喂养?	(57)
8. 小儿吃代乳粉好吗?	(57)
9. 能不能给小儿喂奶糕?	(58)
10. 如何选择合理的代乳品?	(58)
11. 人工喂养的小儿为什么要喂水?	(59)
12. 要不要加喂鱼肝油? 怎么加法?	(60)
13. 为什么不能躺着吃奶?	(61)
14. 婴儿不裹“蜡烛包”长大会成“罗圈腿”吗?	(61)
15. 为什么小婴儿也要穿袜子?	(62)
16. 小婴儿不必穿裤子吗?	(62)
17. 小婴儿戴帽子好吗?	(63)
18. 怎样缝制简单舒服的婴儿帽?	(63)
19. 为什么提倡用婴儿睡袋?	(65)
20. 如何自己缝制婴儿睡袋?	(65)
21. 如何选择婴儿尿布?	(65)
三、护理、保健和防病	(67)

1. 怎样除去婴儿头皮的乳痂?	(67)
2. 小婴儿能剪指甲吗?	(67)
3. 小婴儿为什么要洗澡?	(68)
4. 怎样给小婴儿洗澡?	(68)
5. 怎样做婴儿口腔护理?	(69)
6. 怎样测量婴儿体温?	(70)
7. 在婴儿床栏边悬挂玩具要注意什么?	(70)
8. 小儿需要户外活动,锻炼身体吗?	(71)
9. 如何利用生长监测图观察宝宝健康成长?	(72)
10. 如何使用小儿生长发育监测图?	(72)
11. 如何在家庭中给婴儿称体重?	(77)
12. 造成体重曲线偏离的常见原因是什么?	(78)
13. 小儿为什么要口服小儿麻痹糖丸?	(78)
14. 什么是百白破预防针? 为什么要连用3次?	(79)
15. 打预防针后会有什么反应吗?	(80)
16. 哪些情况不能打预防针?	(80)
17. 打胎盘球蛋白针能代替预防针吗?	(81)
18. 小儿需要常吃“小药”吗?	(82)
19. 婴儿听觉语言发育有什么规律?	(82)
20. 什么是影响小儿听力的高危因素?	(84)
21. 怎样检查小儿视力是否有问题?	(84)
22. 如何防止异物进入婴儿眼内?	(85)
23. 婴儿湿疹怎么办?	(85)
24. 小儿便秘怎么办?	(86)
25. 如何早日发现和预防先天性髋关节脱位?	(87)

第三章 4~6 月龄婴儿

- 一、发育特征..... (89)
1. 4~6 月小儿体重应长多少为好? (89)
 2. 4~6 月小儿身长应长多少? (90)
 3. 前囟 6 个月内闭合正常吗? (90)
 4. 小儿头越大越聪明吗? (90)
 5. 小儿什么时候出牙? (91)
 6. 小儿萌牙时应注意些什么? (91)
 7. 睡眠习惯需要培养吗? (92)
 8. 小儿玩自己的手好吗? (92)
 9. 宝宝会什么动作了? (93)
 10. 小儿神经精神发育的重要标志是什么? (94)
 11. 小小积木有何用? (94)
 12. 镜子有什么用途? (95)
 13. 小儿不会坐是缺钙吗? (95)
 14. 如何训练小儿手的动作? (96)
 15. 在咿呀学语阶段如何训练发音? (97)
 16. 流口水是怎么回事? (97)
- 二、喂养和衣着..... (98)
1. 何时开始添加辅食? 为什么? (98)
 2. 添加辅食有些什么原则? (98)
 3. 添加辅食的顺序怎样安排? (99)
 4. 营养素指的是什么? (99)

5. 为什么 4~6 月的婴儿需要添加鸡蛋黄? 怎样制做?	(100)
6. 怎样添加鸡蛋黄?	(101)
7. 为什么 4 个月后的婴儿需要吃半固体食品? 怎样以奶为主要原料制做?	(101)
8. 没长牙就不能吃固体食物吗?	(102)
9. 奶瓶喂奶会引起牙颌畸形吗?	(102)
10. 4~6 个月小儿可选择哪些食品原料?	(103)
11. 如何用水果制做 4~6 月婴儿的食品?	(104)
12. 试举例说明 4~6 月小儿的一日食谱该是怎样的?	(104)
13. 给小儿选用化纤制品的衣服好吗?	(105)
14. 婴儿服装为什么以宽松为好?	(105)
15. 怎样给小婴儿做连衣裤?	(105)
16. 如何自己动手做婴儿围嘴?	(106)
17. 怎样缝制婴儿软鞋?	(107)
18. 夏季怎样使用尿布?	(109)
19. 婴儿能睡凉席吗?	(109)
三、护理、保健和防病	(110)
1. 怎样进行空气浴锻炼?	(110)
2. 为什么要做婴儿被动体操?	(111)
3. 什么是佝偻病?	(111)
4. 为什么会得佝偻病?	(112)
5. 怎样预防佝偻病?	(112)
6. 什么是腹泻? 为什么会引起腹泻?	(113)

7. 腹泻对小儿的危害是什么?	(114)
8. 怎样预防腹泻?	(115)
9. 怎样鉴别小儿是肺炎还是气管炎?	(115)
10. 最好的咳嗽化痰药是什么?	(116)
11. 什么是发热?	(116)
12. 为什么生病会发热?	(117)
13. 发热时应注意些什么?	(117)
14. 孩子持续发热怎么办?	(118)
15. 发热时如何护理?	(118)
16. 为什么小儿高热容易抽风?	(119)
17. 小儿“烧疹”是什么病?	(119)
18. 小儿腹胀怎么办?	(120)
19. 小婴儿下睑倒睫需要治疗吗?	(121)
20. 小儿有了“耳屎”怎么办?	(121)
21. 小儿阴囊肿是怎么回事?	(122)
22. 高危新生儿在4个月时要做什么检查?	(122)

第四章 7~9 月龄婴儿

一、发育特征	(123)
1. 7~9 月小儿的体重应增加多少?	(123)
2. 7~9 月小儿身长应长多少?	(123)
3. 孩子总爱拿东西往口里放怎么办?	(124)
4. 会爬的小儿才聪明吗?	(125)
5. 孩子平时不爱发音, 非常安静, 这样好吗?	(125)

6. 为什么孩子总爱抓大人的头发和衣服?	(126)
7. 小儿不会“倒手”怎么办?	(127)
8. 婴儿经常咀嚼固体食物,对以后的语言发育有何 益处?	(127)
9. 孩子总爱玩纸是怎么回事?	(128)
10. 为什么婴儿总爱吮手指或脚趾?	(128)
11. 小儿总爱拿东西敲打怎么办?	(129)
12. “藏猫猫”游戏对孩子智力发育有好处吗?	(129)
13. 婴儿可以看电视吗?	(130)
14. 小儿总喜欢扶栏站立,以后会不会腿弯?	(131)
15. 如何帮助小儿有意识地叫人?	(131)
16. 孩子为什么有时咬人?	(132)
17. 怎样训练小儿用拇食指捏东西?	(132)
18. 为什么婴儿喜欢把吃进的饭吐出来拨弄?	(133)
19. 能给这个年龄的小儿讲图画书吗?	(133)
20. 父母经常逗孩子,是否会把孩子惯坏了?	(134)
21. 小儿踢腿表示反抗怎么办?	(134)
22. 为什么孩子总爱在桌子和床底下爬?	(135)
二、喂养和衣着	(135)
1. 为什么小儿要吃些粗粮?	(135)
2. 为什么要多给小儿吃含蛋白质的食物?	(136)
3. 含蛋白质多的食物有哪些?	(137)
4. 1岁内孩子的食物怎样制作?	(137)
5. 7~9月的小儿如何吃豆制品?	(138)
6. 如何用谷类制作7~9月的婴儿食品?	(139)

7. 如何用肉类制作 7~9 月的婴儿食品?	(139)
8. 如何利用芋薯类制作婴儿食品?	(140)
9. 怎样用蔬菜制作婴儿食品?	(141)
10. 怎样为 7~9 月婴儿制作鱼虾类食品?	(141)
11. 婴儿不能吃油吗?	(142)
12. 怎样缝制婴儿裙?	(143)
13. 怎样缝制婴儿裤?	(144)
14. 如何巧改衣?	(145)
三、护理、保健和防病	(147)
1. 小儿厌食怎么办?	(147)
2. 怎样预防小儿偏食?	(148)
3. 怎样培养小儿良好的进食习惯?	(148)
4. 怎样防止孩子坠床?	(149)
5. 怎样预防小儿吸入异物?	(150)
6. 怎样保护婴儿耳朵?	(150)
7. 小儿鼻出血怎么办?	(151)
8. 怎样给 1 岁以下的小儿喂药?	(152)
9. 怎样给小儿煎服中药?	(153)
10. 日光浴有些什么好处? 怎样进行日光浴?	(153)
11. 为什么麻疹疫苗要在 8 个月时注射?	(154)
12. 做腰穿会留后遗症吗?	(155)
13. 为什么小儿尿浑浊?	(155)
14. 小儿盗汗怎么办?	(156)
15. 缺铁性贫血有什么症状和危害?	(157)
16. 怎样才能知道小儿贫血?	(157)

17. 为什么要预防缺铁性贫血?	(158)
18. 怎样预防缺铁性贫血?	(159)
19. 常见的小儿皮疹有哪几种?	(160)

第五章 10~12 月龄婴儿

一、发育特征	(162)
1. 10~12 月小儿体重应增加多少?	(162)
2. 10~12 月小儿在此期身长可长多少?	(162)
3. 小儿 10~12 月未出牙有何问题?	(163)
4. 小儿非常认生怎么办?	(163)
5. 怎样教孩子学走路?	(164)
6. 为什么小儿站、走能促进智力发育?	(165)
7. 小儿快 1 岁还不会叫妈妈或爸爸,是不是有问题?	(165)
8. 为什么小儿总爱抠成人或娃娃的眼睛?	(166)
9. 孩子总爱往地上扔玩具怎么办?	(166)
10. 如何与 1 岁的孩子游戏?	(167)
11. 孩子坚持要自己拿匙吃饭怎么办?	(167)
12. 能否开始让孩子拿笔画画?	(168)
13. 孩子总想用手指去戳电插座怎么办?	(168)
14. “周岁试儿”有科学道理吗?	(169)
15. 为小婴儿选择玩具应注意什么?	(169)
16. 如何全面地评价婴儿的生长发育?	(170)
二、喂养和衣着	(171)