

保健百误丛书

家庭育儿误区100例



王艾明 中国妇女出版社
宁明 孙卫红
郭唯城 编著

• 保健百误丛书 •

家庭育儿误区 100 例

艾 明 孙卫红 编著
王 宁 郭唯城

中国妇女出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

家庭育儿误区 100 例/艾明等编著. —北京: 中国妇女出版社, 1998. 1

(保健百误丛书; 1)

ISBN 7-80131-209-0

I. 家… II. 艾… III. 婴幼儿—哺育—普及读物
IV. R174-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (98) 第 00417 号

家庭育儿误区 100 例

艾明 孙卫红
王宁 郭唯城 编著

中国妇女出版社出版发行
北京东城区史家胡同甲 24 号

邮政编码: 100010

各地新华书店经销

遵化人民印刷厂印刷

787×1092 1/32 5 印张 100 千字

1998 年元月北京第一版 1998 年元月第一次印刷

印数: 1—6000 册

ISBN7—80131—209—0/R·8

定价: 5.50 元

编者的话

在现代家庭生活中，随着时代的进步，家庭育儿问题越来越受到人们的关注。尤其是在独生子女家庭，从孩子一降临人间，年轻的父母就要面对一系列的育儿问题。初为父母的他们，会从长辈或其他人那里得到各式各样的育儿方法和经验之谈。其中不乏正确的，但也存在不少误区，这些似是而非的所谓方法和经验，往往会误导人们，甚至适得其反，损害了孩子的生理和心理健康，严重的会造成终生遗憾，使人后悔莫及。

家庭育儿是一门科学，其中涉及到营养保健、诊治用药、卫生防疫、早期教育、心理健康等诸多方面的问题。在本书中，我们列举了家庭育儿方面存在的100个误区，并对这些错误的认识加以纠正，指出正确的观点或方法，以供家长们参考。

《家庭育儿误区100例》是保健百误丛书之一，在编写过程中，得到专家的指导，且编著者都是医务、教育工作者，因而值得家长们信赖。当然，如有读者发现不妥之处，欢迎批评指正。

目 录

1. 孩子生下后阴囊里没有睾丸就是隐睾	(1)
2. 为婴儿绑“蜡烛包”可以预防“罗圈腿” ...	(2)
3. 为新生儿擦“马牙”是清洁口腔	(3)
4. 女婴的乳头不挤会形成乳头内陷	(4)
5. 产妇的初乳没营养，应该弃去	(5)
6. 新生儿居室应该密闭不通风	(6)
7. 新生儿捂严一些，保暖过度没坏处	(7)
8. 婴儿剪过睫毛再生后会更粗、更长	(8)
9. 婴儿只要吃奶就行，不需要喂水	(9)
10. 婴儿吐奶是消化道疾病的表现	(11)
11. 婴儿头上的胎垢保护囟门，不应该剥下来	(12)
12. 婴儿哭闹时脐部突出是“气性大”	(12)
13. 婴儿吃手、啃东西是坏习惯，应予纠正	(14)
14. 让孩子含空乳头入睡	(16)
15. 婴幼儿哭闹一定要想办法制止	(17)
16. 小儿经常在夜间惊醒、哭闹是睡眠习惯不良 造成的	(19)
17. 孩子睡觉时出汗是疾病引起的	(20)
18. 在孩子生后 3 个月起加服鱼肝油	(21)
19. 为预防婴幼儿缺钙，应多服些鱼肝油	(22)

20. 孩子打预防针后常常会发烧，所以还是不打
 为好 (24)
21. 发烧是孩子生病之源，要赶快退烧 (26)
22. 炼乳也是奶制品，可用作婴儿的主食品 (29)
23. 婴儿以喂奶为主，辅食是可加可不加的 (29)
24. 不必着急为孩子断奶，多吃一阵子再说 (31)
25. 婴幼儿拉肚子一定是吃了不干净或不好消化
 的东西 (32)
26. 孩子偏食、拒食是小毛病，长大些就好了
 (34)
27. 孩子学走路越早，发育越好 (36)
28. 幼儿蹒跚学步容易摔跤，大人要拽住胳膊
 (37)
29. 女童不需要“特殊”的保健 (38)
30. 上小学的女孩就来月经是性早熟 (40)
31. 孩子“口重”，多吃盐可以促进食欲 (43)
32. 罐头食品代替新鲜蔬菜和水果 (44)
33. 婴儿鼻子不通气时使用滴鼻净 (45)
34. 要经常给孩子掏耳朵，及时清除耳屎 (46)
35. 中耳炎就是闹“耳底子”，是小毛病 (47)
36. 让孩子临睡前吃饼干、糖果，睡个安稳觉
 (49)
37. “虫牙”是虫子咬了牙齿 (50)
38. 乳牙早晚要脱落，不需要保护 (51)
39. 孩子换牙前不会刷牙没关系 (53)
40. 小儿配眼镜不必散瞳验光 (54)

41. 家长用成人药给孩子吃	(56)
42. 给孩子服药剂量减半就可以	(57)
43. 常吃“小药”保安康	(59)
44. 孩子吃补药会发育更快	(61)
45. 孩子怕吃药, 就捏鼻子灌药	(62)
46. “恨病多吃药”	(63)
47. 打针比吃药效果更好	(64)
48. 孩子生病后都要用抗生素	(66)
49. 注射球蛋白对提高免疫力有特效	(67)
50. 多吃赖氨酸和味精对孩子有好处	(68)
51. 患了百日咳要咳嗽 100 天	(70)
52. 结核病不像过去那样危害人类了, 小儿患肺 结核也不要紧	(71)
53. 孩子的转氨酶升高就是患了肝炎	(73)
54. 心脏听诊有杂音就是心脏病	(74)
55. “腰穿”会使孩子变傻	(75)
56. 孩子体温超过 37℃, 一定是发烧生病了	(77)
57. 孩子发烧后要多吃些高营养的食物	(78)
58. 肠道有蛔虫对小儿健康影响不大	(80)
59. 身上长“风疙瘩”全都是吹风引起的	(82)
60. 高血压是成人病, 孩子不会得	(83)
61. 孩子长疖子挤出脓液好得快	(84)
62. 孩子接种麻疹疫苗后, 就再也不会得麻疹了	(85)
63. 孩子个子矮就是发育不良	(87)
64. 扁桃体应尽早摘除	(88)

65. 让孩子以茶代白开水	(89)
66. 让孩子多吃些冷饮没坏处	(90)
67. 尿床小儿要少喝水	(91)
68. 孩子说话晚或发音不清晰, 是“贵人语迟”	(92)
69. 孩子常喊腿痛, 玩起来却没事, 是在撒娇, 甭管他	(94)
70. 小儿淘气好动就是多动症	(95)
71. 孩子胖乎乎的是健康的标志	(97)
72. 孩子吃得越多越好	(99)
73. 不吃早餐没关系	(100)
74. 边吃饭边逗孩子乐	(101)
75. 孩子睡软床更舒服	(102)
76. 忽视保姆的健康状况和保健意识	(103)
77. 忽视父亲对孩子的影响	(104)
78. 总是怀疑孩子身体发育迟缓	(106)
79. 孩子思想单纯, 不会有心理问题	(108)
80. 孩子胆小怕事是性格问题, 长大就会好了	(110)
81. 选择玩具只要孩子喜欢就行, 不必考虑孩子 的年龄	(112)
82. “早期教育, 就是让幼儿多学文化知识” ...	(114)
83. 玩电子游戏可以开发智力, 应予鼓励	(117)
84. 孩子淘气不听话, 打几下屁股没关系	(119)
85. “棍棒之下出孝子”	(120)
86. 小儿不会得性病	(121)

87. 对孩子提出的性问题要回避	(123)
88. 孩子是“小皇帝”，应满足他的一切要求 ...	(124)
89. 学龄前的孩子不识字，买书只要是图画多的就 行，不必分年龄大小,.....	(126)
90. 独生子女教育的误区	(128)
91. 孩子学习“艰难”是学习态度的问题	(130)
92. 父母对孩子要求不必一致	(132)
93. 与孩子开不恰当的玩笑	(134)
94. 让孩子做家务还太早，等长大了再干	(136)
95. 给女孩化妆，让她们更美些	(138)
96. 不注意让孩子养成良好的卫生习惯	(139)
97. 孩子看电视可以增长知识，多看无妨	(141)
98. 幼儿太小，不需体育锻炼	(143)
99. 孩子左撇子要及时纠正	(145)
100. 忽视小儿意外伤害的防护	(146)

1. 孩子生下后阴囊里没有睾丸就是隐睾

隐睾指睾丸并没有像正常男性一样在阴囊中，而是在阴囊以上的位置，如腹腔内、腹股沟或阴囊上部、会阴部。有些孩子生下来以后阴囊里也没有睾丸，这可急坏了孩子的家长，他们带孩子四处求医，心急如焚，担心孩子在今后的生长发育方面有问题。

胚胎时期，睾丸是在胎儿的腹腔后侧肾脏下面的位置形成的，以后随发育逐步下降到腹股沟处，胎儿7~9个月时降到阴囊内部，出生时阴囊内应该有睾丸。个别小儿的睾丸在下降的过程中停下来，出生时阴囊内沿有睾丸，医学上称为隐睾。隐睾有许多的问题：有的因睾丸停留在腹股沟处，与体表接近，容易受损伤；有的合并泌尿生殖道畸形，如尿道下裂、膀胱外翻；有的易发生精索扭转；部分隐睾者合并腹股沟疝，易发生疝嵌顿，或有疼痛；隐睾者由于睾丸位置异常，周围环境温度高，更有睾丸组织癌变的危险。所以，对隐睾不可忽视。

然而，小儿隐睾尤其是新生儿隐睾情况却不同。据统计，新生儿出生时隐睾发生率较高，可达1.8%（国外报告达5.7%），但绝大多数在1岁以内睾丸降到阴囊内，此时的隐睾率已大幅度下降，到青春期的隐睾仍可以改善，故成年人隐睾率极低。这可能与青春期激素变化促进睾丸下降有关。所以出生不久的孩子阴囊内没有睾丸，一般不必担心。现在一般认为，在2岁以后睾丸仍未下降至阴囊者，自行下降的可

能性比较小，应引起重视。

隐睾矫治包括药物和手术治疗两种。隐睾小儿应先肌肉注射绒毛膜促性腺激素治疗，每周注射2次，共5周。对药物治疗无效者再做手术矫正。临床治疗的经验表明，药物治疗的最适年龄为2~5岁，无效者手术矫治最迟不超过10岁，否则睾丸组织萎缩的危险较大。

2. 为婴儿绑“蜡烛包”可以预防“罗圈腿”

许多地方的人们有给新生儿绑蜡烛包的习惯。所谓蜡烛包，就是把孩子用被子紧紧裹住，再在外面用绳子绑上，仅让婴儿的头露在外面，看上去活像一支“蜡烛”。许多家长认为，给孩子绑上可以有几个好处：1. 可以防止孩子的手、脚乱动伸到外面，以免掀翻被子受凉；2. 绑好以后抱起孩子更安全，不易弄伤；3. 孩子的腿不绑就处于屈曲、外翻样，这样，长大了会得罗圈腿。在他们看来，绑蜡烛包可以“一举三得”，何乐而不为呢？

但事实并不是这样。绑蜡烛包并不必要，而且对孩子的健康和发育有损害。与有利于保暖、搬动方便比起来，它的弊大于利。这是为什么呢？

首先，新生儿双腿之所以屈曲，是他们在出生前就已处在的自然状态。人为地把其双腿位直捆绑，等于给新生儿上了“镣铐”。

其次，新生儿的神经系统发育尚不完善，所以双腿屈肌

力量大，屈腿姿势是自然的。等其神经系统发育以后，腿的伸屈肌肉群力量会发生变化，双腿自然会伸直。而且，“罗圈腿”是儿童患佝偻病以后，骨骼发育畸形而发生的腿部畸形，不是未捆绑的结果。

第三，蜡烛包由于捆绑过紧，包被过厚，有可能导致保暖过度。新生儿和小婴儿发育不健全，还会致体温过高。捆绑过紧同时限制了孩子四肢和胸廓的运动，使其四肢的肌肉及神经得不到应有的刺激，又限制了新生儿肺部（尤其是胸廓）的运动，使孩子的正常发育受到影响。

3. 为新生儿擦“马牙”是清洁口腔

细心的家长会发现，新生儿的口腔牙床部位，可能会有一些白色的串珠样物质，数目、大小不一。这不是真正的牙齿，人们常称之为“马牙”。有些人会用布蘸上温水给孩子擦去这些马牙，甚至有的人用针将其挑破。在他们看来，去掉马牙，是清洁新生儿口腔的一项不可缺少的“工作”。

事实上，为新生儿擦除马牙，不仅没有必要，而且有一定的危险。

“马牙”是什么呢？

“马牙”实际上是上皮珠。这些上皮珠是胎儿发育时口腔内的上皮细胞堆积形成的，并不是真正意义上的牙龄。一般在出生后不久，“马牙”便会自然脱落，或在新生儿吃奶时，因口腔与乳头的摩擦脱落，不需要处理。

有些人听了别人的劝告或者长辈的“育儿经验”，用软布

沾上水或奶水强行擦去孩子的“马牙”；有人甚至用针将“马牙”挑破。这样做是非常危险的。因为新生儿口腔粘膜很娇嫩，粘膜下血管丰富，而且全身抵抗力极低，如果用针挑或布擦掉“马牙”以后，会引起粘膜损伤，很可能使细菌从破损处侵入，引起炎症。口腔炎症不仅使孩子受罪，而且局部繁殖的细菌会进入到血液循环中，严重的可能引起新生儿败血症。

因此，“马牙”不能擦更不能挑。年轻父母要做的是注意新生儿的口腔卫生，切不可为孩子擦什么“马牙”，这样做不利于保护孩子的健康。

4. 女婴的乳头不挤会形成乳头内陷

细心的家长会发现，新生儿出生后几天，在乳房处可能会出现隆起，甚至还能流出乳汁一样的液体。一些地方有为新生女婴挤乳汁的做法，认为不及时为女婴挤乳头，孩子长大了会形成乳头内陷。

事实上，为新生女婴挤乳汁不是预防乳头内陷的方法，乳头是否内陷与此毫无关系。而且挤乳汁的作法是十分危险的。

新生儿乳房肿大和泌乳是一种生理现象，无需特殊处理。无论男婴或女婴，在生后几天内都可能出现乳房泌乳或肿大。这是胎儿在母亲体内受到母血中高浓度的生乳素等激素的影响，使乳腺增生造成的。出生以后，因为母体激素还会在新生儿体内存留一段时间，所以新生儿的乳房肿大，甚至还可以分泌乳汁。出生后大约1~2周，新生儿体内的激素水平逐

渐降低，最后全部分解并排出体外，乳房肿大的现象也就自动消失了。所以不需将乳汁挤出来。

如果给孩子挤乳汁，那倒可能引起乳腺组织发炎。

如果乳房肿大、泌乳的同时伴有乳房处皮肤发红、肿胀，触之孩子即哭闹，就应考虑乳腺炎，要及时到医院诊治。至于将来会不会发生乳头内陷，与发育情况、孕期是否做好了乳房护理有关，而与新生儿期是否挤乳房并没有直接关系。

5. 产妇的初乳没营养，应该弃去

有些产妇把生孩子以后一两天内乳房分泌的淡黄色的乳汁挤出来并且弃去，再哺喂新生儿。在她们看来，这种乳汁稀而且淡，喂初乳没有必要，当然要挤出扔掉。

事实上，遗弃初乳不仅没有道理，而且十分可惜。

产后，母亲的体内激素水平发生变化，乳房开始分泌乳汁。但泌乳有一个逐渐的质与量的变化，一般把生后 12 天以内的乳汁称作初乳，生后 13 天至 1 个月的乳汁称作过渡乳，以后直到断奶前的乳汁称成熟乳。母乳的这种质与量的变化，正好是适应了新生儿的消化吸收以及身体需要。

初乳内含有抵抗传染病的抗体，可以保护婴儿身体健康。在胚胎时期，母体的抗体不能通过胎盘到达胎儿体内，因而新生儿体内抗体量很少。而且新生儿自身还不能产生足以抵御疾病的抗体，初乳提供的抗体便显得十分重要。产后 12 天以内的初乳含有大量免疫球蛋白和补体，尤其以免疫球蛋白 A (IgA) 含量最多。喂初乳对预防新生儿消化道和呼吸道感

染极有帮助。初乳中还含大量微量元素如锌等，是生长发育必不可少的。

另外，初乳中还含大量的生长因子，尤其是上皮生长因子，可以促进新生儿胃肠道上皮细胞生长，促进肝脏及其他组织的上皮细胞迅速发育，还参与调节胃液的酸碱度。

初乳虽然量少、稀淡，但对新生儿是极重要的。喂母乳的孩子在生后半年以内很少生病，就是接受了母乳中抗体的缘故，这其中也有初乳的功劳。因此，初乳决不要随便遗弃。

6. 新生儿居室应该密闭不通风

孩子出生以后回到家中，常常是与产妇同在一个房间里。受到传统育儿方式和习惯的影响，产妇和新生儿的房间一般都紧闭门窗，而且家人进出时总要随手关上门。结果，新生儿居室中空气不流通，气味也极不好。不少人以为新生儿就应该这样保护，不然就会患病。

事实上，新生儿与成人一样，也需要呼吸新鲜空气，居室在注意保暖的前提下适当通风，只是不要让风直吹到孩子，对孩子的健康是有利的。如果是夏天，室温还要适当降低一点，必要时可以使用电扇（不对着孩子和产妇），以免中暑。

新生儿居室还要注意以下几个方面：

1. 清洁、安静。新生儿大部分时间在睡觉，平均每天要睡 20~22 个小时，安静的环境是必要的。为避免空气中尘土飞扬，每天要用湿布擦拭桌、椅，并在洒水后扫扫地。

2. 保持湿度。北方地区空气干燥，要采取些措施增加湿

度。如冬天在暖器上放一盆水，炉子边挂一些湿衣服或毛巾，使水分蒸发。有条件的使用加湿器亦可。

3. 不要让过多的人探视孩子。亲朋好友总出于热心，要来看一看刚刚出生的小宝宝，这种心情可以理解。但过多的人进出新生儿房间，可能带来呼吸道传染病菌，孩子易患病，而且人多嘈杂，也影响产妇和新生儿休息。

另外，新生儿房间也不要光线太暗，否则孩子的视觉受不到应有刺激。但注意阳光不要直晒孩子的脸部。

7. 新生儿捂严一些，保暖过度没坏处

现在，由于大多数夫妇只生一个孩子，所以初做父母时都没什么育儿经验。当把孩子接回家后，他们往往特别注意为娇嫩的新生儿保暖。这虽然是必要的，但经常是即便天气暖和、室温适宜，也要把孩子里三层外三层地包裹起来，而且门窗紧闭。这样的过度保暖被大多家长认为是必须的。

但事实是否如此呢？

新生儿保暖过度，往往会出现体温升高、大汗淋漓等现象，甚至有时会危及到小生命。为什么过度保暖反而危害孩子的健康呢？这是由新生儿的特殊生理特点决定的。

人的体温调节中枢有一个类似于空调的温度调定点，通过机体的散热和产热来保持体温恒定，环境温度高时，人体通过出汗、皮肤表面血管扩张等方式把热量散发出去；环境温度低时，表皮血管收缩，寒冷时还会有肌肉剧烈收缩（打寒战）使产热增加而热量散发减少，所以人一般不会因环境

温度变化而发生体温波动。新生儿的体温调节中枢发育尚不完善，皮下脂肪层较薄，对外界温度变化比较敏感。既可能因过冷造成体温过低，也可能因环境温度太高而引起体温升高。过度保暖使环境温度升高，新生儿会发生高热（体温可达 40°C ），大量出汗使身体内液体大量丢失，会出现脱水、酸中毒、缺氧、脑水肿等一系列表现。如果过热环境没有得到改善，新生儿的病情会进一步恶化，可发生脑瘫、智力障碍、癫痫或死亡。

可见，新生儿保暖不宜过度，否则危害极大。家长可根据室温、孩子的状态等判断保暖是否恰当。原则上以新生儿面色正常、四肢温暖且全身无汗为宜；如果新生儿脸上有汗、体温超过 37.5°C （无疾病时）且有不安、烦躁等异常，表示保暖过度，应减少衣被或松开包裹；新生儿手脚发冷、体温在 36°C 以下时表示保暖不足，应适当增加室温，加衣被或采取其他取暖措施。

8. 婴儿剪过睫毛再生后会更粗、更长

现在的人们越来越爱美，甚至在孩子生下来就考虑怎样使他（她）将来更漂亮。有的父母为了孩子睫毛长得长、密，在孩子生后不久就将其睫毛剪掉，希望再长出的睫毛更粗、更长。其实，睫毛的长短、粗细、漂亮与否，主要与遗传等因素和营养状况有关，用剪睫的方法是没有作用的。

人的睫毛排列成2~3行，上眼睑约有100~150根，每根长约8~10毫米，下眼睑约有50~75根睫毛，每根长约6