

·快乐童年系列丛书·

儿童起居问答

蔡 涛 时怡婕 张大林
肖 明 石 晓 朱 莉 编著
胡家慧 顾文彦 陶晓玲

军事医学科学出版社
·北 京·

内容简介

本书是《快乐童年系列丛书》之一,介绍了年轻父母如何处理孩子起居生活中的问题,如各个年龄段孩子的身长发育待征、居住环境、睡眠、生活料理、洗理护肤、衣着打扮及应急救护与生命安全教育。

适合广大儿童家长阅读。

* * *

图书在版编目(CIP)数据

儿童起居问答/蔡涛等编著

—北京:军事医学科学出版社,2003.5

(快乐童年系列丛书)

ISBN 7-80121-407-2

I.儿… II.蔡… III.少年儿童—生活—问答

IV.TS976.31-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 021290 号

* *

军事医学科学出版社出版

(北京市太平路 27 号 邮政编码:100850)

新华书店总店北京发行所发行

潮河印装厂印刷 春园印装厂装订

*

开本:787mm×1092mm 1/32 印张:13.375 字数:290 千字

2003 年 7 月第 1 版 2003 年 7 月第 1 次印刷

印数:1-5000 册 定价:18.00 元

(购买本社图书,凡有缺、损、倒、脱页者,本社发行部负责调换)

目 录

● 成长无烦恼	(1)
儿童的生长发育有哪些规律.....	(1)
生长发育的过程有何特点.....	(3)
正常新生儿的发育标准是什么.....	(4)
可用哪些体格测量指标来评价生长.....	(5)
身高增长的一般规律是什么.....	(7)
气候和季节对生长发育有影响吗.....	(8)
如何判断上下部量比例正常与否.....	(9)
如何评定男孩的第二性征和性发育程度	(10)
如何评定女孩的第二性征和性发育程度	(11)
孩子来到人间将面临什么样的考验	(12)
新生儿如何分类	(14)
新生儿的生长情况如何	(15)
新生儿的脐带情况如何	(17)
新生儿的皮肤情况如何	(19)
新生儿的大小便情况如何	(19)
新生儿的大脑功能情况如何	(20)



新生儿有何感觉	(21)
新生儿的体温调节情况如何	(22)
新生儿为什么吐奶	(23)
7~28 天宝宝的生长情况如何	(24)
7~28 天宝宝的体重如何测量	(26)
7~28 天宝宝的呼吸情况如何	(27)
7~28 天宝宝为什么会四肢颤抖	(28)
7~28 天宝宝的皮肤情况如何	(29)
7~28 天宝宝的大便情况如何	(30)
7~28 天宝宝的小便情况如何	(32)
如何观察新生儿的状况	(32)
7~28 天宝宝的感觉如何	(34)
7~28 天宝宝的体温是如何调节的	(36)
如何辨别新生儿的哭声	(37)
为什么有的新生儿呼吸时嗓子会发响	(38)
7~28 天的宝宝为什么会惊跳	(38)
1~3 个月龄孩子的生长发育情况如何	(39)
1~3 个月龄孩子的大便情况如何	(40)
1~3 个月龄孩子的小便情况如何	(42)
1~3 个月龄孩子的皮肤情况如何	(43)
1~3 个月龄孩子的手足运动情况如何	(43)
1~3 个月龄孩子的听觉情况如何	(44)
1~3 个月龄孩子最初的语言情况如何	(45)
1~3 个月龄的孩子是如何微笑的	(45)
为什么要和婴儿亲善相处	(47)
1~3 个月龄的孩子有没有性别差异	(47)
如何定期给孩子体检	(49)



如何培养 1~3 个月龄婴儿的生活规律·····	(50)
4~6 个月龄孩子的生长发育情况如何·····	(50)
4~6 个月龄孩子的皮下脂肪出现的顺序	
如何·····	(52)
4~6 个月龄孩子的手眼如何协调·····	(52)
4~6 个月龄的孩子如何翻身·····	(53)
4~6 个月龄孩子的坐起和胸部脊柱后凸形成	
情况如何·····	(54)
4~6 个月龄的孩子会不会吃手指头·····	(55)
4~6 个月龄的孩子会不会自己喂东西吃·····	(56)
4~6 个月龄的孩子如何咿呀学语·····	(56)
4~6 个月龄的孩子如何视察环境·····	(57)
4~6 个月龄的孩子如何认人·····	(58)
4~6 个月龄孩子的感觉如何·····	(59)
4~6 个月龄孩子的接受语言能力如何·····	(60)
4~6 个月龄的孩子喜欢玩什么·····	(61)
最初的记忆是什么样的·····	(61)
孩子需要什么样的安慰物·····	(62)
流口水和喉咙有“痰”声是怎么回事·····	(64)
7~9 个月龄孩子的生长发育情况如何·····	(65)
7~9 个月龄的孩子能不能扶站·····	(66)
7~9 个月龄的孩子会不会坐·····	(66)
7~9 个月龄的孩子如何爬行·····	(67)
7~9 个月龄孩子的手是不是变得更灵活·····	(68)
什么时候开始理解语言·····	(70)
7~9 个月龄的孩子有没有模仿能力·····	(71)
7~9 个月龄的孩子对环境有没有兴趣·····	(71)



7~9个月龄的孩子有没有观察能力	(72)
7~9个月龄的孩子会不会认生	(72)
7~9个月龄孩子的抗病力为什么会下降	(73)
10个月龄至1岁孩子的生长发育情况如何	(74)
10个月龄至1岁的孩子会不会站立	(76)
婴儿何时学扶走	(76)
10个月龄至1岁孩子的动手能力如何	(77)
什么时候会意识到自我的存在	(78)
什么时候会有明显的记忆力	(79)
什么时候能认识物体的客观存在	(79)
婴儿在什么时候个性会有所发展	(80)
10个月龄至1岁的孩子有没有好奇心	(81)
10个月龄至1岁的孩子独立性与依赖性 如何	(82)
何时出现腰部脊柱前凸	(82)
耳后、颈部等处为什么会有小疙瘩	(83)
1岁小儿的心跳、脉搏有何变化	(84)
1岁小儿的肝、脾在肋下能不能摸到	(85)
影响生长发育的因素有哪些	(85)
1~1.5岁孩子的生长发育情况如何	(87)
前囟门何时闭合	(88)
小儿骨骼有何特点	(89)
1~1.5岁的孩子能不能独站	(90)
何时能直立行走	(90)
刚刚学会独自行走的孩子为什么走路不稳	(91)
1~1.5岁的孩子手的作用是不是更大了	(92)
1~1.5岁孩子的语言能力如何	(93)



1~1.5 岁的孩子会不会讲话	(94)
思维的萌芽何时出现	(95)
1~1.5 岁的孩子如何进一步认识自我	(96)
1~1.5 岁的孩子有没有强烈的探索欲	(97)
1~1.5 岁的孩子独立性与依赖性	
是不是齐头并增	(98)
1~1.5 岁的孩子交往与认生情况如何	(100)
1~1.5 岁的孩子会不会走	(101)
1.5~2 岁孩子的生长发育情况如何	(101)
1.5~2 岁孩子的动作是不是更加自如	(103)
1.5~2 岁的孩子如何学会跑	(104)
为什么 1.5~2 岁孩子说话的积极性高了	(104)
为什么 1.5~2 岁孩子的发音不准	(105)
为什么不要用儿语和孩子说话	(106)
为什么 1.5~2 岁孩子有独立行动的倾向	(107)
1.5~2 岁的孩子具有什么样的独立性	
与安全感	(108)
1.5~2 岁孩子的注意与记忆有什么特点	(109)
为什么 1.5~2 岁孩子的好奇心强	(110)
1.5~2 岁孩子的想象力如何	(111)
1.5~2 岁孩子的模仿能力如何	(112)
1.5~2 岁孩子的自理能力如何	(113)
1.5~2 岁的孩子能做什么简单的事	(114)
2.5~3 岁孩子的生长发育情况如何	(115)
2.5~3 岁的孩子会不会跳远	(116)
2.5~3 岁孩子的注意力是不是提高了	(116)
3~4 岁孩子的生长发育情况如何	(117)



3岁孩子体重偏低的原因有哪些	(118)
3岁孩子个子矮小的原因有哪些	(119)
3岁孩子行走的姿势是什么样	(120)
3岁孩子的脑活动功能怎么样	(120)
3岁孩子的模仿能力如何发展	(122)
3岁孩子如何学用剪刀	(123)
4岁孩子的生长发育情况如何	(124)
4岁的孩子为什么活泼好动	(125)
4岁孩子为什么常常会自言自语	(127)
5岁孩子的生长发育情况如何	(128)
5岁孩子的观察力是如何发展的	(129)
5岁孩子的有意注意是不是在逐步发展	(130)
5岁孩子的记忆能力是不是有了进一步 发展	(131)
孩子的抽象逻辑思维何时开始发展	(132)
5岁孩子为什么会夜惊和梦魇	(133)
5岁孩子生活习惯如何培养	(134)
6岁儿童的生长发育情况如何	(134)
儿童何时可以上小学	(136)
6岁儿童如何尽快适应学习生活	(137)
6岁儿童的书包为什么不能太重	(138)
6~12岁儿童的身体和骨骼的发育有何 特点	(139)
生长痛是怎么回事	(143)
● 居住环境	(145)
为什么要让新生儿也拥有自己的空间	(145)



给孩子一个什么样的房间·····	(146)
巧选儿童家具布置漂亮童房·····	(148)
婴儿室内环境有什么讲究·····	(149)
0~7 天的宝宝需要什么样的室温 ·····	(150)
给婴儿选择婴儿床时应注意什么·····	(151)
为什么窗户不宜过分装饰·····	(152)
婴儿床有什么要求·····	(152)
婴儿寝具如何准备·····	(153)
为什么小儿不宜睡软床·····	(154)
儿童间环境有何指标·····	(155)
4~6 个月的婴儿需要什么样的居住环境 ·····	(156)
为什么要多让儿童呼吸新鲜空气·····	(157)
冬季儿童居室如何调节室温·····	(158)
噪声有什么危害·····	(158)
3 岁孩子的室内环境如何布置 ·····	(159)
小学生的居室如何布置·····	(160)
儿童居室如何绿化·····	(161)
哪些花卉不适宜摆放在幼儿居室·····	(162)
儿童居室如何更加科学化·····	(162)
儿童卧室装饰有何小窍门·····	(165)
儿童房间中如何防污染·····	(166)
怎样为小儿创造良好的居住环境·····	(166)
为什么要让孩子多看看绿色·····	(167)
如何选孩子用的凉席·····	(168)
为什么要少带孩子去电影院·····	(168)
使用地毯有何利与弊·····	(169)
为什么女孩不宜养猫和狗·····	(170)



在家庭中如何创设音乐环境·····	(172)
如何让孩子远离灯光的刺激·····	(173)
●睡眠·····	(175)
婴儿睡眠可能出现哪些问题·····	(175)
0~7天的宝宝如何安排好睡眠时间·····	(176)
0~7天的宝宝睡眠姿势是怎样的·····	(177)
孩子睡摇篮会伤到大脑吗·····	(178)
抱着新生儿睡觉好吗·····	(178)
如何安排1~3个月婴儿的睡眠时间·····	(179)
被褥和睡袋如何准备·····	(180)
为什么不能让婴儿含奶嘴入睡·····	(181)
怎样给孩子唱摇篮曲·····	(181)
什么是睡倒觉·····	(183)
4~6个月的婴儿需要多少睡眠时间·····	(183)
4~6个月的婴儿采取什么样的睡眠姿势·····	(184)
4~6个月的婴儿会有什么样的夜啼·····	(184)
4~6个月的婴儿为什么睡眠易醒·····	(185)
4~6个月的婴儿为什么突然哭闹·····	(186)
7~9个月的婴儿需要多少睡眠时间·····	(187)
如何培养7~9个月婴儿的睡眠习惯·····	(187)
10个月至1岁孩子的睡眠有何特点·····	(188)
如何为周岁以上婴儿选择睡眠用具·····	(189)
如何让1~1.5岁的孩子独睡·····	(190)
孩子总在夜间哭闹是为什么·····	(191)
给幼儿盖被子有什么学问·····	(192)
为什么冬季开窗睡眠好处多·····	(193)



为什么说儿童的睡眠比吃更重要·····	(194)
睡前要准备什么·····	(196)
如何培养良好的睡眠习惯·····	(197)
如何纠正孩子睡眠时的一种不良现象·····	(197)
2.5~3 岁的孩子如何睡午觉·····	(198)
3 岁孩子的睡眠情况如何·····	(199)
为什么 4 岁的孩子入睡困难·····	(199)
如何保障 6~12 岁儿童的睡眠·····	(200)
为什么灯下睡眠不适宜·····	(201)
如何给孩子选用枕头·····	(202)
儿童独睡有哪些好处·····	(203)
孩子害怕独睡怎么办·····	(205)
孩子能睡席梦思床吗·····	(205)
孩子睡成什么样的头型好看·····	(206)
孩子睡觉哪种姿势最好·····	(207)
孩子晚上不睡觉怎么办·····	(208)
孩子晚上睡觉为什么常醒·····	(209)
为什么有的小儿晚上睡觉不安稳·····	(209)
迟睡的孩子为何长不高·····	(211)
为什么儿童睡眠障碍不容忽视·····	(212)
怎样对待有睡眠障碍的儿童呢·····	(213)
为什么婴幼儿含糖睡觉危害大·····	(214)
●生活料理·····	(215)
呵护新生儿要注意什么·····	(215)
应为初生婴儿准备哪些日常用品·····	(216)
0~7 天的宝宝如何使用爽身粉或松花粉·····	(217)



如何为 0~7 天的宝宝选用尿布	(218)
什么时候换尿布	(219)
如何清洗尿布	(220)
婴儿出生时身上发粘怎么处理	(220)
为什么新生儿爱打嗝	(221)
如何保持新生儿五官清洁	(222)
为什么要减少新生儿与外人接触	(223)
新生儿如何度夏	(223)
如何包裹小婴儿	(224)
整块纸尿布如何包法	(225)
布尿布如何用	(226)
给宝宝选择澡盆时应注意什么	(227)
在选择婴儿椅时应注意什么	(227)
给宝宝选择推车时应注意什么	(228)
如何护理新生儿的眼、耳、鼻	(228)
如何处理婴儿头垢	(229)
出院后早产儿的居家照顾	(230)
孩子为何总让人抱着	(231)
抱婴儿的姿势有什么讲究	(231)
安抚婴儿有哪些方法	(232)
为什么不提倡为新生儿做“满月”	(234)
1~2 个月的婴儿为什么还会吐奶	(234)
婴儿早期大小便如何训练	(235)
婴儿中期大小便如何训练	(236)
大便干燥如何处理	(237)
如何辨别 1~3 个月的孩子的哭声	(237)
宝宝老流口水怎么办	(238)



为什么不宜用闪光灯给婴儿拍照·····	(239)
为什么孩子流鼻血时头别往后仰·····	(240)
7~9 个月的婴儿如何使用学步车 ·····	(241)
如何使用儿童车·····	(241)
为什么不能抛摇婴儿玩·····	(242)
7~9 个月的婴儿如何欣赏大自然 ·····	(243)
如何照料便秘婴儿·····	(243)
小儿热退后还需要调理吗·····	(244)
孩子夏日为什么常常受蚊虫叮咬·····	(245)
蚊虫叮咬对孩子健康有何威胁·····	(246)
孩子发热不吃东西怎么办·····	(246)
如何为 1~1.5 岁的孩子建立合理的生活 制度·····	(248)
如何训练 1~1.5 岁的孩子自己大小便 ·····	(249)
怎样对待夜间爱哭的婴儿·····	(250)
该给 1.5~2 岁孩子立哪些规矩 ·····	(251)
孩子为什么尿床·····	(252)
如何让孩子学会自己洗手·····	(253)
如何让孩子学会自己擤鼻涕·····	(253)
如何让小儿健康过冬·····	(254)
严冬如何注意孩子保暖·····	(256)
经常给孩子掏耳朵好吗·····	(257)
如何给孩子按摩·····	(258)
为什么要让 2 岁的小儿少串门·····	(259)
为什么要让 2 岁的小儿少去公共场所·····	(260)
如何培养好 2.5~3 岁孩子的生活习惯 ·····	(261)
如何培养 3 岁孩子良好的卫生习惯·····	(262)



宝宝爱玩弄生殖器怎么办·····	(263)
宝宝不愿呆在家里怎么办·····	(264)
为什么说宝宝吃饭玩耍是感情需要·····	(265)
怎样才能让幼儿不憋尿·····	(266)
如何不让电视节目成为儿童增肥的陷阱·····	(267)
如何教 6~12 岁儿童学步行·····	(267)
如何培养 6~12 岁儿童的良好习惯·····	(268)
为什么左撇子不必强行纠正·····	(269)
如何注意换牙期卫生·····	(271)
6~12 岁儿童夜磨牙为什么要查原因·····	(272)
6~12 岁儿童如何讲究姿势美·····	(272)
如何让 6~12 岁儿童经受困难磨炼·····	(273)
6~12 岁儿童为什么要常剪指甲勤洗手·····	(275)
为什么眼里灰沙不可用手揉·····	(276)
孩子爱吮手指怎么办·····	(277)
孩子出汗多怎么办·····	(278)
孩子多抱会“惯坏”吗·····	(279)
孩子刚会走路就淘气怎么办·····	(280)
为什么不能让小孩躺着看电视·····	(282)
为什么长时间看录像带对孩子不利·····	(282)
儿童急性腹泻怎么照顾·····	(284)
如何使生病的孩子保持安静·····	(284)
为什么儿童测体温慎用口表·····	(285)
孩子在家乱扔东西怎么办·····	(285)
晚上要不要叫孩子起夜·····	(287)
为什么孩子爱撕纸·····	(287)
为啥孩子总爱在床下爬·····	(288)



孩子爱往嘴里放东西怎么办·····	(289)
给孩子请什么样的保姆·····	(290)
为孩子请保姆应做体检·····	(290)
小儿为什么保持三分饥与寒·····	(291)
●洗理护肤·····	(293)
怎样给新生儿洗澡·····	(293)
如何为1~3个月的婴儿剪指甲·····	(294)
1~3个月的婴儿要不要理发·····	(295)
如何为1~3个月的婴儿洗手脸·····	(296)
如何为1~3个月的婴儿洗头·····	(296)
怎样给小婴儿洗澡·····	(297)
孩子不喜欢洗头怎么办·····	(299)
孩子洗澡程序有哪些·····	(299)
儿童应该几岁学习漱口·····	(300)
给男孩洗澡时要注意什么问题·····	(301)
满月就要剃胎毛吗·····	(302)
如何清洗儿童外阴·····	(303)
给女孩化妆好吗·····	(303)
如何为4岁的孩子选择护肤用品·····	(304)
为什么要经常洗澡洗头·····	(305)
小男孩的包皮该不该清洗·····	(307)
儿童晒太阳时如何防晒伤·····	(307)
为什么激烈运动后不宜进行冷水浴和 热水浴·····	(308)
怎样护养好孩子的皮肤·····	(309)
儿童不宜用成人护肤剂·····	(311)



儿童何时开始刷牙为好·····	(311)
如何学习正确刷牙·····	(312)
怎样教孩子刷牙·····	(314)
儿童为何不宜用成人牙膏·····	(315)
怎样为小儿选择牙刷·····	(316)
如何保护牙齿·····	(316)
宝宝经常用痱子粉好吗·····	(317)
勿让幼儿乱用美容品·····	(318)
为何儿童不宜用化妆品·····	(319)
 ●衣着打扮·····	 (321)
如何给宝宝采购衣物等用品·····	(321)
7~28 天的宝宝如何穿衣·····	(322)
给新生儿选衣服要注意什么·····	(323)
如何给婴儿戴顶帽子·····	(323)
如何给新生儿穿衣·····	(324)
给幼儿购买服装注意什么·····	(325)
给孩子选购内衣有何学问·····	(325)
为什么给孩子穿衣要适度·····	(327)
如何为宝宝准备四季穿的衣服·····	(328)
4~6 个月婴儿选择怎么样的衣服式样·····	(330)
4~6 个月的婴儿如何用围嘴·····	(331)
如何给 7~9 个月的婴儿穿鞋子·····	(331)
如何为 10 个月龄至 1 岁的孩子选择衣着·····	(332)
为什么婴儿衣着要适当·····	(333)
新生儿衣物忌放樟脑丸·····	(334)
婴儿穿衣服应当注意什么·····	(335)



为什么不宜给婴儿穿过多衣服·····	(336)
给孩子买鞋有何误区·····	(337)
为什么不要给孩子穿松紧带裤·····	(338)
如何为孩子选择内衣·····	(339)
婴儿穿衣有何学问·····	(340)
婴儿脱衣有何学问·····	(341)
婴儿穿着如何巧打扮·····	(342)
教会孩子穿衣服的技巧·····	(344)
怎样打扮孩子·····	(345)
如何为孩子采购冬装·····	(346)
幼儿应该穿什么鞋·····	(347)
保暖内衣可防止孩子受凉感冒·····	(348)
如何教孩子自己穿、脱衣服·····	(349)
不给婴儿穿袜子好吗·····	(350)
孩子该什么时间穿鞋·····	(351)
孩子5个月时穿什么服装·····	(352)
如何为1~1.5岁的孩子选择合适的鞋·····	(354)
孩子何时开始穿满裆裤·····	(355)
孩子为什么不能穿拉链裤·····	(356)
如何打扮孩子·····	(356)
2.5~3岁的孩子如何穿凉鞋·····	(357)
3岁小儿的衣服如何选择·····	(358)
如何为3岁的孩子选择鞋子和袜子·····	(359)
如何打扮4岁的孩子·····	(359)
5岁儿童的服装式样何种好·····	(360)
6~12岁儿童衣着有哪些不相宜·····	(361)
6~12岁儿童的春秋季节服装有何要求·····	(364)