

毛 主 席 语 录

把医疗卫生工作的重点放到农村去。

我们必须告诉群众，自己起来同自己的文盲、迷信和不卫生的习惯作斗争。

好生保育儿童

怎样喂养孩子	1
(1) 怎样喂奶	1
(2) 怎样母乳才会多	1
(3) 喂奶的孩子还应该吃些什么	2
(4) 母乳不够怎么办	2
(5) 什么时候断奶最好	3
(6) 怎样断奶	3
(7) 断奶以后孩子应该吃些什么	4
讲卫生	4
(8) 孩子饮食方面要注意什么	4
(9) 孩子睡觉和活动要注意什么	4
(10) 孩子清洁卫生要在意注什么	6
(11) 怎样保护孩子眼睛	6
(12) 怎样保护孩子的牙齿	6
(13) 怎样预防孩子发生意外	6
打预防针	7
(14) 打预防针有什么好处	7
(15) 打预防针有没有反应	7
(16) 孩子应该打哪些预防针	8
孩子容易闹的一些毛病	10
(17) 孩子发烧怎么办	10
(18) 孩子嗓子疼怎么办	10
(19) 孩子咳嗽怎么办	10

(20) 孩子抽风怎么办	11
(21) 孩子吐怎么办	11
(22) 孩子泻肚怎么办	12
(23) 孩子肚子疼怎么办	12
(24) 孩子太瘦怎么办	13
(25) 孩子流鼻血怎么办	13
(26) 孩子皮肤破了怎么办	14
(27) 孩子烫伤怎么办	14
(28) 孩子吞下了东西怎么办	14
孩子常得的病	15
(29) 肺炎	15
肺炎是怎么回事	15
得了肺炎怎么办	15
怎样预防肺炎	15
(30) 软骨病	16
软骨病是怎么回事	16
得了软骨病怎么办	16
怎样预防软骨病	16
(31) 蛔虫病	16
① 蛔虫有什么害处	17
有蛔虫怎么办	17
怎样才能不得蛔虫病	17
(32) 孩子有线虫怎么办	18
(33) 孩子长头癣怎么办	18
(34) 孩子有红眼怎么办	19
(35) 孩子长耳底子怎么办	19
(36) 孩子长口疮怎么办	19
(37) 孩子有湿疹怎么办	19

(38) 孩子长脓疱疮怎么办	20
(39) 孩子长疖子怎么办	21
孩子常闹的一些传染病	22
(40) 传染病是怎么回事	22
(41) 麻疹	22
麻疹是怎么回事	22
得了麻疹怎么办	23
③ 怎样预防麻疹	23
(42) 痢疾	23
痢疾是怎么回事	23
② 得了痢疾怎么办	24
③ 怎样预防痢疾	24
(43) 流行性脑膜炎	25
流行性脑膜炎是怎么回事	25
② 得了流行性脑膜炎怎么办	25
怎样预防流行性脑膜炎	25
(44) 大脑炎	25
大脑炎是怎么回事	25
② 得了大脑炎怎么办	25
怎样预防大脑炎	26
(45) 猩红热	26
猩红热是怎么回事	26
得了猩红热怎么办	26
③ 怎样预防猩红热	26
(46) 百日咳	26
百日咳是怎么回事	26
得了百日咳怎么办	27
怎样预防百日咳	27

(47) 白喉	27
白喉是怎么回事	27
② 得了白喉怎么办	28
怎样预防白喉	28
(48) 水痘	28
水痘是怎么回事	28
出水痘怎么办	28
怎样预防水痘	29
(49) 流行性腮腺炎	29
流行性腮腺炎是怎么回事	29
② 得了流行性腮腺炎怎么办	29
怎样预防流行性腮腺炎	29
怎样给孩子用药	30
(50) 孩子常用的药	30
(51) 小儿退热片怎么用	30
(52) 孩子吃磺胺药应该注意什么	31
(53) 抗菌素怎么用	31

怎样喂养孩子

(1) 怎样喂奶

孩子生出来半天以后，可以喂些温开水，第二天就可以开始喂奶。喂奶前，需要把奶头洗干净。三个月以下的小孩，每天喂六、七次，夜里喂奶的时间可以隔得长一些。三个月以后，每天喂五、六次奶，过了半岁，夜里就尽可能不要再喂奶了。每次喂奶的时间不要过长，和大人吃一顿饭的时间差不多就够了。喂完以后，把孩子抱起来，头靠在妈妈的肩膀上，轻轻地拍拍孩子的背，让他打几个嗝，把吃奶时吞进去的空气吐出来，再放到床上去睡；这样，孩子就很少漾奶，也不容易肚子疼。两次喂奶中间可以喂几匙温开水。要尽可能地按顿喂奶。有些妈妈一听见孩子哭闹就给奶吃，这种作法不好。孩子哭闹不一定是肚子饿。随时吃奶，小孩消化不了，就会肚子疼、泻肚。另一方面，也不要长时间不喂奶，一喂就吃得很多；这样饥一顿，饱一顿，日子长了，孩子也会消化不好。



(2) 怎样母乳才会多

要把孩子喂好，母乳就得够吃。要想母乳多，妈妈自己也应该多吃一点。除了粮食之外，最好能经常吃一些新鲜青菜和豆类食物（豆腐、豆芽），家在江河附近的，能吃些鱼虾

更好；因为这些东西以及肉和蛋类等食物，养分较多，能增加母乳。有些地方喜欢用猪蹄汤、骨头汤、鱼汤或红糖冲鸡蛋汤下奶，这些作法很好。妈妈可以照常劳动，但不要搞得太累，也不宜熬夜，更不要着急生气。喂奶最好能按顿喂，先让孩子把一个奶吃空了再吃另一个奶，下次喂就先吃另一个奶。每次能把奶吃空，奶就会多一些。如果奶还是太少，可以用中药王不留行二钱、天花粉二钱、漏芦一钱半（或王不留行二钱、当归四钱），熬了喝；或者用针灸下奶。

(3) 喂奶的孩子还应该吃些什么

小孩长得很快，单靠吃母乳是不顶用的。别看妈妈的奶还不少，但是孩子一天比一天长大，只吃母乳养分就不太够了。要想让孩子长得结实，最好能按时喂一些别的东西。一、两个月的孩子可以喂点菜汤，四、五个月时可以喂米粉糊或烂粥，六、七个月可以喂泡软的烤馒头片和嫩的碎菜叶，八个月以后可给孩子吃烂饭、烂面、煮白薯或土豆、泡软的烤窝头片或馒头片、碎菜、豆腐等等。能吃一些鸡蛋更好。给孩子加这些东西也要按顿，最方便是在大人吃饭时给孩子吃。开头要少喂点，如果消化得好，大便好，再慢慢往上加，千万不要一次给吃得太多。每次只加一种，等孩子习惯了，再加另一种。天气太热或孩子消化不好的时候，要少吃。加的东西一定要新鲜干净，最好是吃热的。

(4) 母乳不够怎么办

母乳不够吃首先要按照前面所说的办法增加母乳。如果还是不够吃，就得加一些孩子能消化而且有养分的东西给他吃，但要在吃完母乳后再喂。加什么东西可以根据本地情况选择。米粉糊、面粉糊、棒子面粥、糕干都可以吃，但是这些东西的养分都不太够。如果把几种粮食混在一起磨成细

粉，再加一些豆粉就更好。代乳粉或豆浆都比较好，有条件的能吃一些奶粉或牛、羊奶更好。三个月以下的小孩消化力最差，没有母乳最不容易喂，如果邻居有喂奶的，最好能搭点奶吃。不论用哪种食物代替母乳，都不如母乳那样容易消化。所以，开头要少喂点，孩子消化得好，大便好，再慢慢加。同时还要注意清洁卫生，不要太热太凉。前面说到喂母乳的孩子应该吃的东西，在母乳不够的情况下更要按时增加。

(5) 什么时候断奶最好

孩子一岁到一岁半就可以断奶了。这时孩子有了几个牙，胃肠的消化力也强一些，自己能吃的东西也比较多，断了奶喂别的东西没有多大问题。如果母亲奶很多，而孩子能吃的东西又不太多时，可以把断奶推迟到两岁。农村里有的孩子三、四岁了，还在吃妈妈的奶，不肯好好吃别的东西，结果身体长不结实，所以到了断奶的时候就要断奶。天气太热或者孩子有病的时候，暂时不要断奶，因为这个时候，孩子消化力比较弱，如果断奶，改吃别的东西，容易泻肚。

(6) 怎样断奶

断奶要慢慢来。在孩子吃奶期间就要加别的东西吃。到断奶的时候，每天先减去一次奶，用烂粥、烂面、泡烂窝头片等代替。如果消化得好，过五到十天再减一次奶，这样在一、两个月内就可以完全把奶断了。断奶以后，有些孩子还闹着要吃奶，这时不要再给他吃奶，可按顿给别的东西吃，闹上几次都吃不到奶，慢慢也就习惯了；也可以把孩子送到姥姥家去住些日子，离开了母亲后就不会再闹要吃奶了。

有些妈妈给孩子断奶，不是用逐渐减去吃奶次数的方法，而是在奶头上涂辣椒水、黄连水或黑颜色来吓唬孩子，

使孩子不敢吃奶，这种办法不好，突然给孩子换别的东西吃，容易消化不好或闹肚子，所以不要用这种办法。刚断了奶，母亲可能奶胀，这时要少喝些水，先把奶水挤掉，再用布把奶绑紧；也可以用炒麦芽二两，用水熬了当茶喝，几天以后，奶就可以回掉。

(7) 断奶以后孩子应该吃些什么

刚断了奶，孩子嚼东西和消化能力还不那么强，如果和大人吃一样硬的东西是不太合适的，所以吃的东西要烂糊，要软些，菜要切碎，吃的时候要教给他细嚼慢咽。不要给太硬的东西吃。三岁以后，除了太硬或不容易消化的东西以外，孩子可以和大人吃一样的东西。

讲 卫 生



(8) 孩子饮食方面要注意什么

孩子的饮食要注意干净卫生。

要喝白开水，不喝生水。青菜要洗干净煮熟。生吃白薯、萝卜和瓜果要洗干净。吃的东西要盖好，不要让苍蝇叮。养成按顿吃饭的习惯。不是吃饭的时候用白薯、饼子等哄孩子，容易养成吃零食的毛病，对孩子消化不好。经常教育孩子不要用脏手拿东西吃，最好做到吃东西以前把手洗干净。

(9) 孩子睡觉和活动要注意什么

么

孩子睡的时间要比大人长，睡够了对身体有好处。睡觉时把孩子放到床上让他自己睡，不要抱着、拍着或摇着才睡，这样会把孩子养得娇气、胆小，一时也离不开大人。也不要让孩子含着奶头睡，这样孩子睡不踏实，一醒就吃奶，不能养成按顿吃奶的习惯，同时妈妈也休息不好；有时妈妈睡熟了，奶堵住了孩子的鼻子还会发生危险。屋子里面空气要新鲜，就是冬天也要开开门窗换换空气，用风斗也行。要想让孩子身体结实，从小就要注意锻炼，满月以后只要天气好，不刮风，不下雨，就可以抱出去晒晒太阳，多呼吸新鲜



空气，日久天长，孩子的身体就锻炼得比较结实，不至于一吹着风就感冒了。

(10) 孩子清洁卫生要注意什么

每天洗脸、洗手，常常洗澡，就不容易长皮肤病；常洗头，不容易长虱子；女孩子要常常洗屁股，免得泌尿系发炎。常剪指甲，吃东西以前最好洗洗手，以免吃下病菌或蛔虫子等得病。不要随地大便。衣服和被褥要常洗晒。

(11) 怎样保护孩子的眼睛

最好能给孩子预备一块小的干净布，眼睛痒痒时用布轻轻地擦。如果用手或衣袖去擦揉，就容易把病菌带到眼里使眼睛发炎。有沙眼或红眼的人，不要和孩子用一条手巾或一盆水洗脸，免得把眼病传染给孩子。孩子上学了要预防近视眼，最重要的是不要在不亮的地方看书、写字。

(12) 怎样保护孩子的牙齿

四岁以下的孩子吃完东西以后可以喝点水或漱漱口；四岁以上的孩子最好每天晚饭以后刷刷牙，如果早晨还能再刷一次更好。刷牙为的是把吃了东西后留在牙缝里的碎渣刷出来，免得长“虫牙”。上面的牙要由上向下刷，下面的牙要由下向上刷。



(13) 怎样预防孩子发生意外

孩子小，不太懂事，又喜欢活动，跑来跑去，东摸西摸，所以容易发生意外。大人忙着干活的时候，要注意把孩子安置好。会翻身和会爬的小孩醒着在床上玩时，炕或床边用被褥、枕头或椅子等拦住，免得从炕或床上摔下来。刚会

走路的孩子更要随时注意，不让他走近有危险的东西，象火炉、开水、水井、电门、机器等，也不要给他硬币、顶针、钮扣、小珠、发夹、刀子、剪子、缝衣针、锥子等东西玩，同时注意不要放在孩子随手能拿到的地方。如果发现孩子嘴里含着这些东西，不要大声吓唬，免得孩子惊慌，反而把这些东西吞下去，要慢慢哄着让他吐出来。瓜子、花生和豆子，不要给小的孩子吃，免得吸到气管里，发生危险。大一点的孩子，要经常对他讲明注意这些事情的道理，让他明白了以后，不仅可以保护自己，还可以帮着保护小的孩子。

打 预 防 针

(14) 打预防针有什么好处

有些传染病的传染力特别强，孩子小抵抗力弱，容易得病。打了预防针，身体里有了抵抗力，孩子就可以不得或少得传染病，即使得了病也轻得多。打一种预防针只能预防一种病，比如，打百日咳预防针，只能预防百日咳，不能预防别的病。有时候，几种预防针可以合在一起打，象百日咳、白喉、破伤风就可以这样。按时给孩子打预防针，孩子可以少得病，对大人生产劳动很有好处。但是，打预防针防病只是一个方面，同时应该注意喂养、锻炼、搞好日常卫生，全面增强孩子的体质。

(15) 打预防针有没有反应

打针有点疼，有时候还有点反应。比如，打百日咳预防针以后，孩子常有些发烧，打针的胳膊还有些肿疼，这些反

应一、两天就过去了。虽然有这么点反应，但和得病以后的痛苦比较，就算不了什么，更不用说孩子病了，父母多么着急，又耽误生产，还要花钱给孩子治病。为了保证安全，预防针要在孩子身体好的时候才打，身体虚弱或有病时就暂时不要打。比如说，有湿疹或其它较重的皮肤病就不可以种牛痘；发烧时，不可以打百日咳预防针；泻肚时不要吃小儿麻痹疫苗。要把孩子的病情告诉医生，问问能不能打预防针。



小孩容易闹病，不知什么时候就会来病，有时候赶巧在发病前几天打了预防针，有的人就错怪是预防针打坏了，其实这些病和打预防针没有关系，不打针也会得病。有些大人心疼孩子，怕打针疼，怕有反应，看不到以后得病的痛苦，不愿意让孩子打预防针，这种作法对孩子是没有好处的。

(16) 孩子应该打哪些预防针

咱们常说的打预防针，实际上并不完全都是打针，因为有些预防并不打针，例如，预防天花种牛痘，预防小儿麻痹吃糖丸疫苗都不是打针，所以叫预防接种比较好。六个月以内的孩子就可以种牛痘预防天花、种卡介苗预防结核病、吃糖丸疫苗预防小儿麻痹。六个月到一岁可以打百日咳、白喉、破伤风和麻疹预防针。此外，还可以用流脑、脑炎和伤寒疫苗预防这几种严重传染病。因为预防针的作用特点不同，有的只需要打一针，就可以产生预防作用，有一些预防

接种象百日咳和伤寒需要连打三针，不打完三针是没有用的。预防针的防病时间长短不一样，有的每年要打，有些预防接种可以管几年。各地的卫生所会根据当地的情况，布置



打预防针的工作。做父母的要懂得它的好处，除了按时带自己的孩子去打针之外，还要把它的好处向别人宣传，动员生产队所有社员都让孩子能按时打预防针。孩子的病少了，身体更结实，大人也可以安心劳动生产和学习，这对个人、对集体、对国家都有好处。

孩子容易闹的一些毛病

(17) 孩子发烧怎么办

孩子很容易发烧，很多病差不多一开头就是发烧。不论是什么病，发烧的孩子最好能躺在床上休息，屋子里面的空气要新鲜。多给他喝点温开水，吃稀的、软的、容易消化的东西。大孩子每天可以漱几次口。出了汗要随时擦干，不要受凉。如果孩子发烧高，身上烫，很不舒服，可以在脑门上放一块冷的湿手巾，还可以用温水或者白酒擦擦后背、大腿和胳膊。如果孩子发烧来得急，病比较重，要早一点找医生治；特别是在本地正闹传染病的时候，要立刻找医生看，免得耽误了。发烧的孩子要尽量和别的孩子分开，免得传染。

(18) 孩子嗓子疼怎么办

大些的孩子嗓子疼时他会自己嚷嚷嗓子疼，小的孩子如果发现他不愿吃奶或喝水，或者往下咽的时候哭，就可能是嗓子疼；这时就要看看嗓子。小的孩子哭的时候就可以看见嗓子，大的孩子可以叫他张大嘴，连续说“啊……啊……”。就可以看清楚。如果嗓子很红，小舌头两旁都有一个红肿的小肉球（医学上叫扁桃体），有时候上面还有小白点，这就很可能是扁桃体发炎了。可以吃几天“小儿安”或消炎片（吃法见第52问）多喝一点温开水或者用银翘解毒丸（片）发烧高的可以吃小儿退热片（吃法见第51问）如果嗓子有小白膜，喝水也冲不掉，那就可能是白喉，要赶快找医生看，治晚了会发生危险。

(19) 孩子咳嗽怎么办

孩子咳嗽的原因很多，最常见的是感冒或支气管炎。如果孩子精神好，咳嗽不重，可以不吃药。注意休息，多喝点温开水。屋子里面空气要新鲜，最好不要在病儿屋内抽烟。咳嗽比较重的，可以吃通宣理肺丸，也可以吃小儿正咳糖浆，每天三、四次，五岁以上的每次吃一格，二到五岁的每次吃半格，二岁以下的再少一些。如果孩子精神不好，发喘和憋气，可能是得了肺炎，要赶快找医生看。如果咳嗽很多天，一咳就是一大阵，那就可能是百日咳，也要早一点找医生看。

(20) 孩子抽风怎么办

孩子生了病比较容易抽风，特别是两岁以下的小孩更容易犯。抽风的原因很多，有些孩子发高烧就会抽风，两岁以上的孩子抽风一般都有较重的病。遇见孩子抽风时不要惊慌，也不要大喊大叫，让他躺在床上，先把衣服松开一点，使孩子喘气顺当些，再找块布包着筷子，压着舌头，不让舌头往后卷，免得影响喘气，也免得咬伤了舌头。如果发高烧，可以用冷的湿手巾敷在脑门上，用温水擦擦身子。抽得厉害的，可以用手指甲掐人中。抽风的时候不要喂水、灌药，免得呛着。抽风大多会自然停止，但常常再发，要尽快找医生检查、治疗。

(21) 孩子吐怎么办

孩子吐的原因很多。小孩子吐奶，多数是因为吞咽了空气，所以喂完奶以后，要把孩子抱起来，轻轻拍背，让他打几个嗝，就不容易吐奶了。大的孩子吐可能是吃得不合适，这时就要暂时少给他吃一点。孩子吐的时候，不要让他仰着躺，要把头转向一边，免得把吐的东西吸到气管里去。吐了以后要随时把皮肤和耳朵擦干净。如果孩子吐得厉害，或者

还有别的症候，象发烧、头疼、泻肚、肚子疼、肚子胀等，要赶紧找医生看。

(22) 孩子泻肚怎么办

孩子容易闹泻肚，两岁以下的小孩更容易泻肚。泻肚有轻有重，轻的，拉几天稀就好了；重的，一天拉一、二十次，每次拉很多水，有时候还发烧，吐得厉害，不想吃东西。吐泄厉害的，不要多久孩子的眼窝就凹下去，有时候昏迷不醒，这种情况有危险，要赶快找医生治。有的孩子拉得不厉害，可是拖的日子很久，越来越瘦弱，也应该抓紧治。预防泻肚就是要经常注意吃得合适，吃得干净。

孩子泻肚时要少给他吃，吃的东西，要烂糊，容易消化。发烧或泻得比较重的，可以吃几天消炎药，也可以用藿香正气丸。如果大便很稀，眼窝也凹下去了，除了多给喝温开水之外，还要给孩子喝一点盐水（一小饭碗水放一点盐，稍有咸味就行），两岁以下的孩子第一天可以喝一到两碗，以后少喝一点。孩子不喜欢喝盐水，要耐心地喂，水里放点糖也行。如果病不见好要赶快找医生治。如果泻肚时拉的是脓血，可能是痢疾，可以给吃止痢片（吃法见第42问），同时找医生看看。

(23) 孩子肚子疼怎么办

孩子肚子疼有轻有重，有来得很急的，也有慢的。肚子疼的原因很多。小的孩子不会说话，哭起来是不是因为肚子疼不容易知道，如果留意，还是大致可以判断的。比如，孩子哭得很急，两腿弯着，肚子胀气，这种情况大多就是因为肚子疼的缘故。有时肚子疼是因为吃得太多，消化不了闹的，就要少给孩子吃点奶，多喂水。大点的孩子如果常常肚子疼，要注意给他吃容易消化的东西，吃的时候让他多在嘴里嚼