

怎样使你的孩子更聪明

孙桂新 曹国文 著

陕西科学技术出版社出版发行

(西安北大街131号)

新华书店经销 陕西省印刷厂印刷

787×1092毫米 32开本 3.25印张 4.7万字

1987年11月第1版 1987年11月第1次印刷

印数：1—10,000

ISBN 7—5369—0036—8/R·9

统一书号：14202·202 定价：0.80元

前 言

科学的发展，促进了对各方面人才的需求。而人才的多少，正是一个国家兴旺发达的标志。

本书是从早出人才、快出人才的想法出发，向广大儿童的父母和将要成为父母的青年同志们，以及孩子的爷爷、奶奶们，详细地介绍从孩子出生到学龄前，这一阶段的生理、心理特点，以及怎样根据这些特点，进行抚养和教育。

本书将学龄前分为四个时期：新生儿时期，重点介绍科学护理，促进孩子的身心健康；婴儿时期，着重介绍对孩子的启蒙教育；幼儿时期，叙述怎样通过游戏开发智力；学龄前时期，讨论了早期教育的可能性、重要性和早期教育中存在的偏向。孩子的成长，不是按书本进行的。因而这种分法在一定意义上讲是为了叙述方便，希望不要生搬硬套。

此外，本书还根据不同时期的发病规律，介绍了常见病的预防和治疗措施，及对儿童有害的药物。本书中所用的方药，都是经过反复验证有显效的。在医

疗条件差的地方，可以按病抄方。在医疗条件好的地方，可以在医生的指导下使用。

我们是医务工作者，又是孩子的父母。因而，在编写的过程中，主要是从实践出发，而没有谈更多的理论。所以，在一定意义上说，是经验之谈，错误也就难免，希望广大父母读后提出宝贵意见，以便再版时给予修正。

著 者

一九八七年三月于西安

目 录

前 言	(1)
甲、新生儿时期	(1)
一、当好第一任老师	(1)
二、护理也是教育	(4)
三、母乳喂养好	(9)
1.可以早期恢复体重	(9)
2.可以保持安静	(10)
3.可以减少疾病	(10)
4.可以增进母子感情	(11)
5.喂奶对母亲的好处	(12)
四、怎样喂奶	(12)
1.开奶	(12)
2.定时喂奶	(13)
3.喂奶的持续时间	(13)
4.喂奶的姿势	(14)
5.及时断奶	(14)
五、怎样提高母乳质量	(14)
1.乳母的饮食	(14)
2.乳母的情绪对乳汁的影响	(15)

六、几种不合理的喂养	(15)
1. 不定时	(15)
2. 不定量	(16)
七、语言的萌芽	(16)
八、常见病的防治	(20)
1. 发 烧	(20)
2. 腹 泻	(21)
〔附〕 不宜给孩子服用的药物	(24)
乙、婴儿时期	(26)
一、器官的发育	(27)
二、语言的模仿和了解	(29)
1. 模 仿	(29)
2. 了 解	(39)
三、玩具的选择	(32)
四、玩耍的意义	(33)
五、营养对智力的影响	(34)
六、常见病的防治	(39)
1. 感 冒	(39)
2. 咳 嗽	(40)
3. 营养不良	(42)
(1) 贫 血	(42)
(2) 缺 钙	(44)
丙、幼儿时期	(48)
一、学话的黄金时期	(49)

1. 重复的语言	(51)
2. 重叠的词汇	(51)
3. 混乱的语言	(53)
二、 个性形成的关键时期	(53)
1. 任性	(54)
2. 善于模仿	(55)
3. 感情多变	(56)
三、 家庭环境的作用	(57)
四、 榜样的作用	(59)
1. 对孩子不能简单粗暴	(61)
2. 不要过份溺爱孩子	(62)
五、 常见病的防治	(63)
1. 麻疹	(64)
2. 急性流行性腮腺炎	(67)
3. 急性细菌性痢疾	(69)
4. 急性传染性肝炎	(70)
丁、 学龄前时期	(72)
一、 淘气的时期	(73)
1. 协调与统一	(73)
2. 混乱与协调的统一	(74)
二、 早期教育中的偏向	(75)
1. 单一教育	(76)
2. 只重视文化教育	(76)
三、 启蒙教育	(78)
四、 到处是课堂	(80)

五、成才的三要素	(82)
1. 兴趣是良好的开端	(83)
2. 鼓励可以激发热情	(84)
3. 专心是成才的条件	(85)
六、上学前的准备	(86)
1. 熟悉环境	(86)
2. 准备必要的知识	(86)
七、常见病的防治	(87)
1. 急性扁桃体炎	(88)
2. 急性肾炎	(89)
3. 缺 锌	(92)



甲、新生儿时期

一、当好第一任老师

父母对孩子的影响，要超过任何一个人。俗话说：“什么种子出什么苗，什么样的葫芦开什么瓢。”前句话是说遗传的重要性，而后句话是说后天培养对

孩子将来成才的影响。在对孩子进行照料和接触中，把自己的语言、行动，以及思想反映暴露在他们的面前，孩子便在这种环境中慢慢地模仿和学习大人的一举一动。所以说，父母是孩子的第一任老师。因此，父母应该当好第一任老师，使自己的语言、行动成为孩子的楷模。

孩子的教育应当从什么时候开始？有人给学习，下了这样一个定义：学习就是在两件事情、两个动作，或者两样东西之间，建立起新的联系。人们常常以为“孩子年幼无知”而忽略了对孩子的早期教育。等孩子长大，不务正业，“木以成舟”才悔之不及。因而给他们创造丰富多彩的生活环境，进行早期教育，对早成才、成好才，十分重要。古今中外有成就的人，大多数都是从小就受到良好环境的影响和熏陶的结果。传说我国唐代大诗人李白，小时候就很调皮。有一次，他去河边玩耍，看到一位老奶奶，拿了很大一根铁棍，在石头上磨。李白便问老奶奶：“做什么？”老奶奶回答说：“要磨成一根绣花针。”李白惊奇的说：“这么大一根铁棍得多长时间，才能磨成针啊？”老奶奶回答说：“只要功夫深，铁棍就能磨成绣花针。”李白从这位老奶奶那里，受到深刻地教育和启发，从此发奋读书、学习，后来成为我国历史上

一位伟大的诗人。大发明家爱迪生，小时候很淘气，经常在课堂上发问，有时弄得教员“瞠目结舌”，以至把爱迪生撵出教室。他母亲发现后，放弃自己的工作，回到家里，为爱迪生创造良好的学习和生活环境，使他成为世界闻名的大发明家。相反，也有自幼天资聪明的孩子，长大了功不成，业不就。成功和失败的原因，虽然是多方面的，但家长，尤其是父母——孩子的第一任老师，教育的如何，起着关键作用。

孩子的学习，应该说从他降生的时候起，就开始了。所以，孩子的教育，也就要从他第一声啼哭时起。做过妈妈的人都知道，当第一次喂奶时，乳头放在孩子的嘴里，孩子并不知道吸奶，必须用手轻轻地将乳汁挤在嘴里，这样，反复地喂几次以后，孩子的嘴唇一接触到乳头时，马上就将乳头衔在嘴里，甚至在他们饥饿时，就出现吸奶的动作。这就是学习的结果。

在喂奶的过程中，母亲毫无表情，一声不吭；和在喂奶过程中，反复呼唤，或轻轻拍打，或逗引他们，所收到的效果，是不一样的。这种呼唤、拍打，好象是许多母亲的自然行动。然而，这确实是教育的过程。把喂奶和呼唤，或者微笑，联系起来，使孩子

在大脑皮层里，形成了一个印迹。这样，反复多次以后，母亲的呼唤，就可以使因饥饿啼哭的孩子，暂时停止哭泣。这就是母亲教育的。

从吸奶的过程中，可见孩子的学习，从一生下来，就开始了。

二、护理也是教育

护理的过程，是培养母子感情，早日开发智力的过程。刚来到人世间的生命，象刚出土的幼苗一样，十分娇嫩，适应环境的能力较低，防御机能较差，抵抗疾病的能力弱，能否生存和健康的成长，全依赖母亲和护理人员的正确护理。刚出生的正常婴儿，体重只有3—3.5公斤。由于环境的改变，在最初的几天里，体重还要下降百分之十左右。如果护理得好，大约经过十天左右，就可以恢复到出生时的体重。在护理新生儿过程中，要注意以下几个方面。

保持温度：温度，不但是世界上所有生物生长发育的重要条件，也是人赖以生存的基础。子宫内的温度，是比较恒定的。新生儿出生后，环境发生了改变，保暖是十分必要的。保持室内温度的相对恒定，是一种比较理想的办法。在一般的情况下，室内温度以零上20—30°C为宜，过高或过低，对母子都不利。

温度过高，又不通风的房子，不但气味难闻，而且，时间久了，氧气减少，二氧化碳气体增多，产妇和婴儿容易发生呼吸道传染病。温度过低，不但容易“感冒”，还可发生新生儿硬皮病。所以，既要保持室内的温度，又要注意空气新鲜。

产房的门窗，要适当留些空隙，以保持室内空气流通。但不可将新生儿放在直接通风的地方，以免风吹着凉。有呼吸道传染病的人，如感冒、咳嗽、肺结核等，不要进入产房，以免将病传染给产妇及新生儿。

凡室内温度，低于 20°C 的，应酌情用棉被或棉毯，直接对新生儿采取保暖措施。如温度低于 10°C ，应以热水袋或热水壶（也可以用其它小口瓶子灌上热水，用橡皮塞盖严）放在婴儿的脚下（棉衣或单被外边）。我国北方，特别是东北各省农村，冬天以烧炕或电褥子取暖的较多，新生儿不可睡在过热的地方，而且，要注意更换所睡的位置，以防慢性烫伤。

衣服要合适：新生儿的皮肤娇嫩，活动又少，穿的衣服不可过紧过硬。一般以旧衣服改做为宜，既柔软，通气又好，而且不易磨破皮肤。下衣最好不穿，为了减少新生儿的活动，以襁褓包裹为好。这种办法，不但可以使孩子安静，还可以矫正四肢畸形。

使用襁褓时，应注意以下三点：

1. 不要包的太紧，以防止阻碍血液循环。要将两手露在外面，经常注意孩子手的颜色。如果发现手的颜色变深，说明包的太紧，应该松一下。另外，在每次喂奶或换尿布的时候，都要打开活动一下，将腋下及其他皮肤皱纹较多的部位擦干后，重新包好。

2. 上肢手心朝里（呈立正的姿势），使两肩微微挺起。过高过低都不好。过高，可能使孩子成为“耸肩”；过低可形成“柳肩”。

3. 两脚尖向上微微外展，两膝关节处包裹松紧适当。如果脚尖过度向里，将来可能形成内“八字”脚；过度向外，则可能形成外“八字”脚。所以，要根据生理特点，经常矫正在包裹中的姿势，以给孩子造就健美的体型。

保护脐带、防止感染：脐带，是胎儿从母亲体内获得营养的通道。出生后，腹壁外余下的一段，一般在4—10天，才能慢慢干燥、脱落。在脐带没掉，或刚掉不久，洗澡时，不要让水灌进脐带里，以免感染上细菌化脓。刚脱落的脐带窝（肚脐眼），有时稍潮湿，可上点消毒过的滑石粉，或婴儿爽身粉，以保持局部干燥。如果日子长，老不干，甚至长出新的嫩肉（医学上称肉芽组织），要用高渗盐水（温开水加入

少量食盐也可以)清洗,然后用消过毒的纱布,或新白布盖好。如果脐窝有黄水,可涂些紫药水。

经常洗澡,增进健康:洗澡可以清除污垢,调节体温,促进皮肤血液循环,增进健康。同时,还可以刺激皮肤感受器,促进脑细胞的活性。尤其是新生儿,大小便都在尿布上,洗澡还可以减少尿臊味,减少皮肤感染。新生儿的皮肤娇嫩,反应温度的痛觉(受热的感觉)较迟钝,妈妈稍觉水热,就会烫坏孩子的皮肤。洗澡用的水,以温开水为好。洗后,一定将腋窝、会阴,以及有皱纹的地方擦干,然后,再上些婴儿粉,或胭脂粉,以防发生湿疹。

口腔的护理:新生儿,自己不会向外吐唾液和其它分泌物,特别是吃奶后,口内存奶发酵产生的乳酸等,容易发生口疮、舌炎和损坏牙齿。所以,每次喂奶后,都应该给温开水喝,以达到清洁口腔的目的。发现口腔内有分泌物时,要用软布轻轻揩出。

孩子的舌面上,有一层白色的东西,叫舌苔。正常的舌苔,是薄薄的一层。舌根多些,舌尖没有。如果很白很厚或发黄,多数是消化不良,就是大家常说的食积,吃点乳酶生、胖得生,或调整一下喂奶时间,一般会好的。如果发现舌尖鲜红,甚至有裂口,吃奶时哭闹,这是舌炎,涂点碘甘油,吃点维生素B₂

慢慢就会好，或者找医生治疗。

眼睛的护理：婴儿的睡眠时间长，尤其是新生儿睡眠的时间更长，眼角容易发炎。所以，每次喂奶或醒着的时候，要用温水洗眼，睡觉时用眼药膏点眼。一般以红霉素眼药膏为好，这种药膏，不刺激眼睛，孩子容易接受。

睡眠的姿势要正确：新生儿骨头里钙质少，因此软而松，护理不好，容易变形。尤其是颅骨（头的形状），常随睡眠姿势的不同而发生改变。

头的形状，在很大程度上，决定脸的形状和五官是否端正。如果头前后长，脸可能窄（刀条子脸）；脸面窄，五官就显得十分拥挤。如果头左右宽，脸就太平（大饼子脸），这样的脸，当然也不好看。为了使孩子五官端正，头形好看，必须注意孩子的睡眠姿势和枕头的高低。

新生儿以仰卧为好，这样，可以使枕骨枕在枕头上，时间长了头就会扁一些。但也要适当两面侧卧，防止太扁或偏头而影响大脑的发育。醒着的时候，要经常更换孩子所放的位置。如今天头朝南放，明天头就要朝北放，以防一个方向放的久了，孩子的眼睛常看一个方向引起斜视。除此之外，枕头的软硬也要适合，有的地方用粮食，有的地方用石头之类的硬东西

做枕头这样不合适。一般以稻糠或荞麦皮装枕头较好。

枕头的高低也要适中，太高了孩子长大容易低头；太低容易仰头。因此，新生儿枕头，应以5—10公分左右为宜。也就是枕了枕头后，使孩子的头和背，保持在一个水平线上为宜。

三、母乳喂养好

一个刚出生的婴儿，究竟采用什么方法喂养，要根据母亲的具体情况而定。母亲有奶，就自己喂；没奶，就喂牛奶。也有作母亲的，自己有奶又有时间喂孩子，却只图自己安逸和清闲，而将孩子推给老人，或找保姆喂。因此，了解哪种喂养好，是很必要的。

1. 可以早期恢复体重：采用哪种方法喂养，孩子无法选择，但是，不同的喂养方法，对孩子确实可以产生不同的结果。为了研究哪种喂养方法好，有人做过这样一个实验：把十个早产儿分为两组，每组五个。其中五个，采用人工喂奶，只有在喂奶、换尿布，或打嗝的时候，大人才接触他们。另外五个，24小时都有人在他们的身边，喂奶、换尿布的时候和他说话，睡觉、打嗝的时候，轻轻拍打他们的背部，或抚摸他们的手、头等部位。十天以后发现，24小时，都有人在身边的婴儿，很快恢复了出生时的体

重，并且比较活泼。而人工喂养的要到十五天，才能达到出生时的体重。此后，对这十名婴儿，开始采用同样喂养方法和生活条件。七个月后检查：24小时，始终有人照料的，比人工喂养无人照料的要活泼，而且，身体也健康。由此可见，有人在旁照料，精心喂养，对婴儿的影响是重要的。

2. 可以保持安静：婴儿刚一来到人世间，神经系统还不健全，大部分时间，是在睡眠中渡过的，婴儿对母亲有着特殊的依赖性。母亲喂奶时的接触，睡眠时的体温，对孩子都是最大的安慰。同时，因为母乳中所含的营养和婴儿体内所需要的物质极为相近，尽管婴儿吃母亲的乳汁不太饱，看来也很安详。因而，孩子在母亲的怀抱里，容易安然入睡。充分的睡眠，可以减少活动中的体质消耗，保持和增加婴儿的体重，不但对正常的婴儿有好处，对早产儿和先天有缺欠的婴儿，尤其重要。

3. 可以减少疾病：人乳，历来被认为是：“最有益于健康的养料。”它可以给婴儿带来许多生理上的益处。母乳中，不但含有人体生长发育所需要的最基本物质，如蛋白、脂肪、碳水化合物，而且，还含有婴儿必需的各种维生素和多种微量元素。由于母乳新鲜，容易消化和吸收。因而，能增强抵抗腹泻的能