



158

一之書叢科百釋經

法兒育驗經



縣 灤

館育教民新立縣

組覽閱

編秋爽陳

行發局書緯經海上

經緯百科叢書

應用技術智識

- 青年軍事基礎常識
- 國防戰時常識
- 防空與防毒
- 新兵器常識
- 螞蟻世界
- 實用急救常識
- 怎樣訓練兒童
- 農業害虫預防滅除法
- 安眠熟睡法
- 家庭日用常識
- 五百種食品烹製法
- 實用化粧品製造法
- 實用工藝品製造法
- 應用常識問答(一)
- 應用常識問答(二)
- 魔術戲法精華
- 上海常識
- 上海嚮導

中國字典辭典

- 雜解字典
- 英漢常用字典
- 詳解英文常用五千字
- 實用英文成語辭典
- 英漢略語字典
- 英文同義字典
- 科學小辭典

各科習題詳解

- 公民常識習題詳解
- 實用代數習題詳解
- 三民主義習題詳解
- 國學常識習題詳解
- 世界地理習題詳解
- 英文文法習題詳解
- 實用礦物習題詳解
- 實用動物習題詳解
- 實用植物習題詳解
- 世界歷史習題詳解
- 實用化學習題詳解

學生自修用書

- 實用算術習題詳解
- 實用幾何習題詳解
- 中國歷史習題詳解
- 實用三角習題詳解
- 實用生物習題詳解
- 實用物理習題詳解
- 中國地理習題詳解
- 生理衛生習題詳解
- 中學主要各科學習法
- 小學各科詳解(一)
- 小學各科詳解(二)
- 中學生的讀書經驗談
- 讀書講話
- 怎樣寫作
- 怎樣做你的文章

每册六分

年銷百萬餘冊

縣 民
館 育 教 民



3 1774 1516 7

mb
R174
22

一之書叢科百緯經

法 兒 育 驗 經

編 秋 爽 陳



行 發 局 書 緯 經 海 上

引言

國家的強感，全在人民身體健康與否以爲斷，所以東西各國，都有改良人種，和提高育兒能力的教育以普及。在我們中國政府和人民，在近年來，雖也相繼的急起直追，可是因教育的不普及，人民知識的薄弱，總是未見有相當的效果。

育嬰好如種瓜然。須有良好的種子，和適當的培植。如果種子不良，工雖巧也不能結到優良的果子。培植不當，種雖良也須要受着摧殘。我們中國人民的身體的不健，病因就在此點。

小孩身體怎樣的構造，病了怎樣的醫治，平時怎樣的養護？一切的一切，在在都須有合理的懂得和施行，方不愧爲一個爲人的父母。

此外，還須具有二大要件，方可養育小孩。其一是具有育嬰的知識。其一爲

對於所養育的小孩，有誠摯的愛悅，教之養之，不要過於溺愛，必須養成一個良好的國民的決心，切不要單養着「自然」的態度。

誰都知道小孩是最難養的，一切的事情，都是例外，單講到小兒病的難醫和難知，已能使父母的擔憂和忙碌。那麼，我們的養護小孩，最好是在防備病的發生，自然較病後的醫治好得多了。所以我們要知道小孩的怎樣養護，應該自己去研究和學得育兒法，一方再宣傳到鄉區去，倒比任何的方法有效力呢！

本書的編成，都是有關於上述的問題的，雖不能說是一本應有盡有很詳細的育兒法，可是自問對於社會上決無小補吧！

經驗育兒法目次

引言

第一章 初生兒

第一節	初生兒的狀況	一
第二節	初生兒的處置	六
第三節	早產兒的處置	八
第四節	初生兒常見的疾病	一〇
第二章	乳兒的生理	
第一節	乳兒身體的解剖和生理的特點	一四



第二節 乳兒身體的發育……………一七

第三節 乳兒精神的發育……………二一

第三章 乳兒的母乳營養

第一節 母乳營養的利益……………二四

第二節 乳汁的分泌……………二六

第三節 乳母的攝養……………二八

第四節 哺乳的方法……………三一

第五節 乳頭的保衛……………三七

第六節 哺乳的障礙……………三八

第七節 乳期中的乳房病……………四四

第八節 小兒病時的哺育……………四七

第九節 混合營養……………四九

第十節 雇用乳媪的注意點……………五一

第十一節 雇用乳媪的最良辦法……………五五

第四章 乳兒的人工營養

第一節 人工營養的概說……………五六

第二節 各種乳汁的比較……………五七

第三節 牛乳的營養……………五八

第四節 人工營養品的調製……………六一

第五節 煉乳與壞血抵抗性……………六七

第六節 人工營養的餵飼方法……………六九

第七節 哺乳兒的消化力……………七一

第八節 乳兒營養的成績……………七四

第九節 營養法中的惡習……………七五

第五章 乳兒健康的表徵

第一節 概說……………七八

第二節 生齒的徵狀……………七九

第三節 斷乳的必要……………八三

第六章 小兒的看護

第一節 居室的注意……………八六

第二節 衣服的注意……………八八

第三節 睡眠的注意……………九一

第四節	皮膚的保護	九三
第五節	起抱和外出的注意	九七
第六節	口腔的注意	九八
第七節	行坐的注意	一〇〇
第八節	種牛痘	一〇二
第九節	乳兒的教育	一〇五
第十節	玩具的注意	一〇八
第七章 小孩的疾病		
第一節	營養的障礙	一〇九
第二節	傳染病	一一一
第三節	消化器的疾病	一一九

第四節 泌尿器的疾病……………一二三

第五節 臍帶的疾病……………一二六

經驗育兒法

第一章 初生兒

第一節 初生兒的狀況

小兒一經呱呱墮地，就有維持其生命的本能。不過甫離母胎，身體抵抗力尚很薄弱；而在外界的敵害則很多。所以欲其安然生活，不能專恃其本能，必須於各方面有適當的愛護，方能維持其生活。

小兒的新生活，開始于分娩以後。他起初在子宮時，實似安臥於極適意而軟柔的牀鋪，雖是肢體屈曲，運動不便；可是包有肉壁，既能保持他的體溫，又能



避免外界的侵擾，可說是惟一的安樂窩。直到呱呱墮地，他的肢體已經不復彎曲，他的牀褥，也不如前的柔軟，一切的刺激，也相繼來侵凌他了，於是小兒的靈活法，也須起極大的變化了。健康的赤子，每於墜地的時候，就有強力的哭聲。有因黏膜不慣於空氣而咳嗽或嘔噎的，也有於鼻中或頸部流出黏液或胎水的，這時的呼吸，常作鼾音，或是氣喘。不過在哭聲高的小兒，差不多是沒有以上的症狀的。在小兒口鼻中流出的黏液，切不可用手指擦去它，因為指甲最容易傷損小兒的皮肉。

小兒墜地之所以必有哭聲者，這是多半因不習慣於周圍的刺激（如寒冷）的緣故。像這種不習慣的環境，不但可以使他的啼哭，而且能夠促其肢體的運動。小兒每於生後就能伸其肢體，且會手足亂舞，一似失其根據而另尋巢穴的樣子。可是在一定時間以後，運動會逐漸的停止，手足也相繼不動，然後再因刺激而運動。這是因他的精神很是敏捷，易受刺激的緣故。又每於生後常有

引其手指或手拳於口內用力吸啜者。成熟的胎兒，有即開其目，好似急須觀察大地的學物者。在肥胖的小兒，則因眼臉太大，難於即時睜開，就是目力方面，也很有限；直至第二日始稍佳，這是眼臉已經漸漸瘦削的緣故。

小兒的生理，在生後即有極大的變化者，首推肺臟呼吸和血液循環。因為人的生活，全恃那些養氣，肺呼吸即所以攝取空氣中的養氣者。胎兒在母體時，居於密閉的囊中，不能行使呼吸作用，所以肺雖然在妊娠第二期早經完成，可是仍無所用。在那時所賴以攝取養氣的，完全是胎盤的作用，即由於毛細血管的運血作用，而介紹母體的養氣於小兒。在小兒雖經離開了母體，仍不用此法維持他的生活，所以不得不開始他的肺呼吸了。臍帶被壓迫或胎盤早期脫下，那麼臍帶內的血流，在小兒未產出以前，即行斷絕。當時肺也開始呼吸，但因不得空氣的供給，所吸入的僅是胎水等物而已。於是氣管和肺都浸於液體，小兒遂因以溺死了。假如醫生能從其心音停止或其他症候而預先知得，并且很快

地速行人工分娩，那麼，在已成熟的小兒，尚有生活的希望。小兒在胎內因缺乏養氣而行肺呼吸，成假死而產下的，他的全體和面部每作青色的，并且不能呼吸，也不能啼哭或運動的。若用手或別的東西，摩擦或打擊了他，或用冷手巾刺激之，或在溫浴時，灌以冷水，那麼，可使其呼吸和啼哭了。

產下假死的小兒，若面部和身體不帶藍色，而爲蒼白色的，四肢弛緩下垂，呼吸全缺，心跳也弱的，大半是沒有希望的。在這時候，可不必用種種方法刺激他，祇要先將他杜塞於呼吸道內的黏液除去，隨後作幾次的壓迫其胸部，放之於溫水內。這樣的行使一小時後，或有救活的希望。可是非經熟練有經驗者，決難辦到。

初生兒常有一種吃逆症，每犯於食後，常持續至十餘分鐘之久的。胎兒吃逆有時，也能見到的，當發作的時候，在母體的腹部，覺有鐘擺狀的振動（每分鐘約二十次），其持續一日，每日約二三次。這種吃逆的發生，爲橫隔膜的痙攣，

並無何等的障害。初生兒常因冷氣的刺激即時放尿的，也有經時始放尿的。尿色澄清透明，在第一星期內，可於小兒的尿布上，看見些微的黃色粉，那就是尿酸。大便也常於生後即生排泄的。初次排泄的大便，是綠色的濃粥狀，黏稠而無臭氣。其大部分是濃厚的膽汁和腸黏膜的上皮細胞。又含有體表的毛髮和細胞，這是因為胎兒間或作嚙下運動，而嚙下含有毛髮等的胎水的緣故。初生兒的皮膚，常附着灰白色而黏膠的物質，這就叫做胎脂，由於皮脂分泌和脫落的上皮混合而成的。

發育完全的初生兒，平均體長約四十八至五十二釐，體重約二千九百至三千三百克。他的肢體很是圓滿，皮膚作玫瑰的紅色，上肢和肩部蔽着軟毛，頭髮約長三四釐，指甲很硬，而突出於指尖。他的運動很是靈活，哭聲也很高亮。頭的四周自額繞至後頭約有三十九釐，頭骨堅硬，各骨互相接近。在初產婦的小兒，普通每較經產婦輕而小。小兒的體重，常隨產母的生產次數而遞增，不過它

的增加額仍沒有過二十克的。直至第八次生產以後，體重又漸減輕。

第二節 初生兒的處置

當小兒墮地聞到哭聲以後，應立即用溫暖的布單或大毛巾包裹着，免致身體受冷。隨後用一定的藥液（百分之一新配硝酸銀溶液）每眼各點入一滴，以防膿漏眼的發生。點眼完了後，開始結紮臍帶。結紮完後，將小兒稍加清拭，放入浴盆內，行第一次的沐浴。沐浴完了以後，再去整理臍帶，隨後將小兒穿用適當的衣服而納諸牀上，初生的小兒，他的體表上，每有被覆着粘滑的脂肪物質，同時或有胎便血液等的附着。所以在沐浴以前，應先清拭一過。法用橄欖油塗抹全身，再用棉花擦去。小兒的浴盆須清潔，不能移作別用。浴水的溫度，在強壯的初生兒可用攝氏三十五度。在瘦弱兒或早產兒，則用攝氏三十七度。如有

體溫下降的傾向，可增高至三十八度或三十八度以上。在沐浴的時候，看護婦應先置左手於小兒的下側，臥小兒頭部於腕關節上，背部於開展的手掌手指上，並且用拇指示指稍稍的把持小兒的左肩部。於是再用右手握住小兒的下肢，徐徐的浸入浴水內。但頭部必須露出的。

在沐浴的時候，小兒的軀幹下肢，應持續的浸入水內，不可有一部分的露出。浴者應用軟棉花球，輕拭全身，在皮膚的皺襞的地方，尤應拭盡。不過動作應該小心迅速，切勿粗暴緩慢。並且不要將浴水沾及於顏面上，更不要將小兒頭部淹入在水內。沐浴的時間，以二三分鐘就是，過久易使小兒的疲勞。最好在浴盆的近側，預置一小桌，上舖數層溫暖潔淨的舊布單。等候沐浴完畢後，將小兒從浴水內提出，略加抖動，稍稍去水後，迅速地納入布單內，即用布單包裹小兒而拭乾之。在乾拭的時候，祇要輕輕地用布貼吸，如吸墨紙的吸水一樣。不可用力的搓拭，以防皮膚的受傷。拭淨以後，另拿潔淨的溫水，洗滌臉部，即用棉花或

紗布浸水，先由外眼角向內眼角洗擦眼臉，繼及於面。已經用過的棉花或紗布，不得再作第二次的用，這也是也宜注意的。

第三節 早產兒的處置

早產的嬰兒因尚未成熟，生命極其柔脆，生後大約在一年內必須大加注意。需要注意的程度和成功的希望須看分娩的時期而定。假如有一嬰兒在母腹中已居住三十六星期之久，比在第七個月末生下來的自然容易養育些，長發得好些。但和嬰兒的生活力也有關係，有些小孩在三十二星期生的，會得比三十六星期生的反有較好的生命的機會。

無論怎樣，凡是早產的，對於小孩必須十分注意，對於母親的精力也當十分保護。她必須溫暖，而且安息着，如需要時，分娩應當使他快。生下來的小兒，須

即刻裹在棉花裏再將他臥在預備好的溫暖的搖籃裏。在醫院等處預備有溫暖器，專供軟弱的和早產的嬰兒用的，但在家庭間要改造起這樣一個暖器也是不難，只要用一個普通的搖籃或適當的箱子便可改造。方法是將四邊鋪棉花數層，上面再鋪軟的新毛布。毛布和棉花間安放熱水瓶兩三個。如用箱子，則可用大瓶四個，各盛沸點下的熱水，立在箱的四角。如用搖籃則三面必須用遮蔽物遮住，但勿太高，上蓋毛毯，使其邊下垂，如幕帳的樣子，嬰兒不要穿衣，只要很快塗好油，裹好棉花，即放入這個暖器的窠裏，並且必須時時注意他的飲食，和除去排洩物等。大概這等小孩在三星期或一月之內，不要穿衣服和平常的洗浴。

早產嬰兒的哺食是很困難的。常有因母親的身體不良，沒有乳汁，即使能夠充分分泌，也許因嬰兒太弱小，不會吮食。如母親不能泌乳，那麼，嬰兒只好喂以胃液化的牛乳，格拉克淑，亞爾布拉克丁，或打過的蛋白，有些極微弱的嬰兒，

則於那些食品中須加白蘭地兩三滴。如果嬰兒能夠吮的，必須令他吮食，因為這樣食法，比較容易消化；否則只好用卵子形的小匙喂他；但必須十分注意，勿使啖的太多，也不可喂食太頻。對這種困難的事必須小心，忍耐，勉強的去，如果這小小的嬰兒能夠生存，報酬也就能夠大了。

第四節 初生兒常見的疾病

(一) 產瘤 胎兒通過產道的時候，他的頭頂先出之部，受陰壓作用，腫脹突起而呈紫藍色的，這叫做產瘤。產瘤在產後的數日內，自然的自會消失，無關緊要，所以也無需治療。

(二) 嘔吐 多數的初生兒，在第一日，或第二日，時時有嘔吐的情形，這是因誤嚥下污穢物質（如細菌）而起的黏膜反應，小兒在生後一時間內，已

吸吮帶有細菌的被服和手指等而嚥下其細菌。這種細菌，多是非病原性的，而且於消化方面似乎尚有益。但是初次寄生於胃腸，黏膜面不慣其刺激的緣故，所以有惹起嘔吐的情形。

(三) 黃疽 小兒在生後的第三日，他的皮膚，每每稍起變化，就是由紅色漸變為黃色。但是作定型性黃疽症，晝間呈佛手柑色的，則很是少見。這種皮色的發黃，約三四日後，即可漸消。在發黃期內，常現着瘦弱，以及飲食不良，睡眠不安等現象。皮膚發黃的原因，多是初生兒的生理驟變，膽質過剩所致的緣故。故幾是一般小兒所必發者。倘無其他病症的發生，那麼，這種發黃症，可說是無害之症，祇要注意其規則的營養和大便的排泄就好了。在發黃期內，皮膚表層的逐漸脫下，常在生後的三四日或八九日。他的皮膚脫落，或作大片，或作小片；假如脫落很多，則已近於病症，應該迅予醫治。

(四) 乳房腫脹 初生兒（不論男孩女孩）的血液中，每含有使產婦

乳房腫大的物質。所以在他自身方面，也受同一刺戟而使乳腺起了腫脹，它的腫脹程度，有顯明的，有不顯明的，大都在生後的第三四日開始腫大，持續數星期後，逐漸的消退。若腫脹非常的明顯時，可於乳房上，貼置清潔的棉花，以防壓迫或摩擦，切不可將乳房擠擠。因擠擠後，即易起乳腺炎而發劇痛。

(五) 眼病 初生兒的眼病（炎症）很是危險，這是產母的黃色惡露，在分娩的時候，或在分娩以後，誤入兒目而起的。所以產母的生殖器，必須在產時或產後都宜清潔消毒的。并且，使小兒除哺乳外，勿要臥於母親的床內。凡產母和看護婦的兩手，都須施行消毒法，切不可亂以手指擦及小兒的兩目。在沐浴的時候，也不可使浴水沾入於兒目，因為小兒的體表，都附有產母的惡露的緣故。——小兒眼病的發現，大概在生後的三五日內。當時眼臉脹起，流出一種黃色水狀的分泌物，尋變為濃性，眼臉往往在膠着不開，如將眼臉輕輕地使開，則見有內面腫脹發赤，被有濃汁。這濃汁若略為入於他眼時，即起同樣的眼炎。

這種眼炎的起因，多是一種細菌所傳染。眼炎重的可使角膜潰爛而失明，在平常小兒的盲目，大半由此而成，所以應該注意的。像這樣的眼炎，差不多是不能自愈的，必須請醫診治。如欲預防小兒的眼病，在母親方的白帶下，應先治愈，在生產時尤須將陰道消毒；在他方面，可於小兒墮地後，用百分之一五的銷酸銀液點注眼部。

第二章 乳兒的生理

第一節 乳兒身體的解剖和生理的特點

乳兒的頭部較大，軀幹四肢較小，睡眠或安靜時的身體姿勢，和在子宮內的位置相似，兩臂屈曲，握拳置頭側，下肢縮向腹壁。哺兒的全身，似較成人爲圓滿，皮下脂肪豐富而肌肉微弱，皮膚柔軟而色紅潤，頭髮較淡。在衰弱的初生兒，每在背部常見多數的毳毛，這種毳毛在稍長以後，即漸消失。乳兒的頭蓋較大，而顏面則相形狹小，鼻低，上下顎的發育很不良。頸短而寬，所以頭部好像直接坐於兩肩的樣子。

小兒的身體，較成人富含水分，年齡愈小，所含的水量愈多。成人身體所含的水量，約爲百分之六十七。初生兒約爲百分之七十五。六個月的胎兒，約爲百

分之八十五，四個月的胎兒，約為百分之九十一。六星期的胎兒，約為百分之九十七。

哺兒的體溫較成人易於變動，尤以早產兒和弱產兒為最著。如啼哭，運動，攝食，精神興奮，衣服過多，室溫過高等，容易使體溫的增高。如營養不足，饑餓，衣服過少，室溫過低等，容易使體溫的下降。但在健康的乳兒，若能適度保溫，則其體溫又很固定，每日早晚肛門檢溫，概升沉於攝氏表的 36.0° — 37.2° 之間了。

哺乳兒的脈搏數很多，而且容易變動。如輕度的受驚或興奮，在大人不介意者，而在乳兒方面，已可使其脈搏數的增多。所以如欲測量小兒真確的脈搏數，可在他睡眠的時候測量之。通常的初生兒的脈搏數，每分鐘約一百二十至一百四十次。直到一歲終約一百至一百一十次。哺乳兒的呼吸每不整齊。呼吸數在初生兒每分鐘約四十次。至一歲終了，即降為二十五次。

初生兒胃底很是狹窄，胃的位置，幾成一垂直。以後始漸次胃底擴張，位置

動移。乳汁在胃內消化和排泄淨盡的時間，在母乳兒平均約一時半至二時半，在人工營養兒約三至四小時。

糞便的性狀，在健常乳兒，也是種種不同。在初生兒一二日內所排出的大便，是黏稠是綠黑色。三四日後，綠黑色的大便消失，而替以正常乳兒便。在母乳兒的糞便，則呈卵黃色，排便的次數，每日約二三次。或有次數較多而帶綠色的。至於人工營養兒的糞便，差不多都是較硬而色淡。

乳兒的排尿次數很頻，每二十四小時內，約有八次或至十五次。如飲水量增加時，可以增至二十次以上。尿色很淡，無甚臭氣。尿量的多寡，一方固然和攝取水分的多寡相關，在他方也須視身體他部的排水量而有差異。在初生兒的尿中，富含尿酸，每在襁褓中，可以看見紅褐色斑點者，就是這個尿酸。

哺乳兒需要睡眠的時間很長。在初生兒，除哺乳時間外，幾乎終日睡眠的。直至第一年終了，每日的睡眠時間，遠有在十二小時以上的可能。

第二節 乳兒身體的發育

(一) 體重 健康足月的胎兒，在初產出時，體重平均約有五斤，但男性常較女性稍重。在初產出的三四日中，體重不但沒有增加，反為減輕約五六兩，這是因為排泄大小便和發汗的緣故。直至產出後的第八日至第十日，即可恢復產出時的重量。自此以後則體重逐日增加，最初三月中，每日約可增加八錢。其次的三月，每日約增加五錢，再次的五六月，每日約增三錢。一年之後，每日約增二錢。但至產出七個月以後，因有種種的障礙之發生，如生齒，斷乳等事，在這時的體重的增加，往往很是微薄，或者不會增加。但在健康的小兒，至生後六個月，必有二倍於產出時的體重。至滿一年後，體重必須達到產出時的三倍。茲將各月終末普通小兒應有的體重列表如下：

第一月末

約六斤二兩

第二月末 約七斤八兩

第三月末 約八斤九兩

第四月末 約九斤十五兩

第五月末 約十斤十二兩

第六月末 約十一斤六兩

第七月末 約十二斤十七兩

第八月末 約十三斤八兩

第九月末 約十三斤十一兩

第十月末 約十四斤六兩

第十一月末 約十四斤十四兩

一年終 約十五斤一兩

總之，小兒的體重，月月增加，小兒的強弱，即可由體重的判別。如發育良的，

體重的增加必加多。若體重不增加，反日見減瘦的，那就是有病的徵象，必須速請醫師診治。所以小兒的體重，在育兒法中很關重要的。

(二) 身長胸圍和頭圍 初生兒的身長，平均男性約一尺五寸另，約一年終了，約增長五寸七分。至於女性則稍差點。胸圍和頭圍，在初生時平均約一尺，或頭圍較胸圍稍大。但胸圍的發育很快，頭圍則很緩，直至半年後，如胸圍尚小於頭圍，那麼，這個小兒必定很虛弱的了。

(三) 顛門 在平常的初生兒，祇有大顛門開張着，小顛門早已閉鎖了。若在初生兒的小顛門尚未閉鎖的，這是化骨緩慢或早產之證。大顛門在產後的前半年，已經漸漸地自會縮小，大約在第十三月至第十五月始可完全封鎖。若在縮小的期內，反形增大，或不到一年即完全閉鎖的，都是病症。

(四) 生齒 在這嬰兒時期中，係包括初次出牙期在內的，兩個下門牙，大約在第七個月間即綻露出來，兩個上門牙跟着很快的也出來了。隔若干時

後，兩側的門牙也出來了，常常下面的比上面先出。第一白齒生於將近足歲的時候，再過許多時候，犬齒也生出來了，這大約在十五個月和十八個月之間，約到兩足歲而二十個乳齒完全出生了。（生齒的詳情，容續下章再說。）

（五）體溫 小兒初產出時的體溫，較成人爲高，約有三十七度八九分。在洗浴後，約降下一度，反較成人減低。一晝夜以後，復上昇至三十七度三四分，以後常較成人爲高。須至七八歲後，方和成人相等。小兒的體溫，每較成人容易昇降，這是因爲小兒的皮膚薄弱，并且皮膚中的血管，也較成人爲多，容易放散體溫於體外的緣故。但在健康的小兒，體溫變化很是微弱，其在昇降多的，這個小兒必很虛弱或有病的。小兒的體溫，往往因輕微的感動，暫時或上昇或下降。例如啼泣運動，哺乳等的時候，則稍上昇。浴後和饑餓時，則稍下降。睡眠的時間稍長，往往下降五分以上。故暫時降下至於三十五度八分（最低），和昇高至於三十七度六分（最高）之間的，不得稱謂痰病。

(一) 皮膚 初生兒的皮膚，色微紅而滑澤。若是顏色深紅的，則非健康的小兒，定是有遺傳性的梅毒等。產出後三四日而皮膚變黃色者，則是初生兒的黃疸。不過這種黃疸中是常有的，在百兒中約有八十兒，大概都患着的，約二三星期後，即能自愈，毋庸顧慮。

初生兒的臀部，腰部，肩，脊，腕，脚等的地方，常現着青色的斑點，大小很不一律，這是無足介意的，待小兒長大後，自能逐漸消退，至十五六歲後，大概已可消滅無遺了。

第三節 乳兒精神的發育

(一) 視覺 小兒的諸感覺中，以視覺為最弱。眼球的運動，也未能活潑。所以初生兒，概不能認人，也不能識別物件。直至三個月以後，開始能識別他人，有時且會嬉笑了。初生兒的兩目，並不真不識別，實則因構造尙未完全，祇能區

別明暗吧了。在產出後的第一日，必定是怖光的，所以在明亮處不能開眼，經過二三日後，怖光消滅，漸喜適度的明處。不過在最初的十日中，顏面在光明之處，尚不能夠迴轉着頭，看見各物。須經過三星期後，始能在明處時時迴轉，以看各物，可是仍未能識別。至四星期以後，眼的構造已經完全，由光體的移動，目光也會隨之而移動了。至三個月以後，始能辨明各物，並且已能常注目光於一物，而能識別了。

(二) 聽覺 初生兒在最初的一二日中，無所謂聽覺的，可是聽覺的發達程度很是迅速，在數星期以後，差不多已很敏利。所以在小兒的近傍，不可高聲叫喊，否則有傷聽覺。雷鳴，或放礮，以及有大聲震動時，應掩其兩耳以保護。

(三) 言語 小兒的言語每以啼聲爲先導。在三個月以後，已能逐漸學喊「爹」「姆」等最簡單的言語。在九或十個月以後，始能橫仿拍手，舉手招人等言語的動作。至二年以後，漸能說出完全的言語了。

(四)

啼哭

在健康的小兒，每日也須時時啼哭。因爲啼哭也是小兒的一種運動，能使腦力活潑，消化暢利，大便也可因之而調順。每在啼哭的時候，呼吸深長，肺葉膨脹，所吸的養氣必多，血液遂受養氣而鮮潔。不過健康小兒的啼哭，多因受了驚恐，飢餓，或襁褓濡濕，或因過寒過熱，或因衣服不適，或因不便，結種種的緣故。小兒如患着病，那麼，他的啼哭必很激烈着，而且連續的不斷的。如遇腹痛的時候，則哭聲震動，必須待到痛處停止，或是疲勞而後已。又如小兒的不時啼哭，並且泣聲不絕着的，而現出一種悽慘的狀態的，這是多在消化的不適的緣故。因爲飲食合宜的小兒，鮮有啼哭的。且健康的小兒，每多肅靜，喜玩弄，帶着笑容；至於處理失當的小兒，抱之則靜，置之則哭，因其啼哭，並非因身體的不適，完全是一種惡習慣了。像這樣的啼哭，無須加以治療，祇要緩緩地施以良好的教育，矯正了習慣自然會好的。

第三章 乳兒的母乳營養

第一節 母乳營養的利益的

在產後最初的幾日，嬰兒吮乳，乳汁開始出來的時候，母親會得覺到一種痛苦，這名叫產後痛，這痛係因子宮起不完全的收縮而起，初次生產的產後痛，比後來生產後痛得輕一點。子宮的縮小，照例必須內部健全而沒有積血停滯着。如果母親能夠專心攝衛，并每天平和地按摩腹部數次，回復能夠快些。哺乳却也有相似的功效。因這能間接的刺激子宮，幫助他保持健康的。

婦女如不是自己哺乳，乳房不能遂其官能，常是很喫苦的。兩乳必定許久的脹着而且疼痛，她的體溫和脈搏很容易起變化，在許多人，還須經很長久的困難，乳汁纔停止不來。就一般的健康說，哺乳的母親常比自己已不哺乳的得到

很大的利益。她更能得到身體的安息；食慾；消化；和一般的健康得益也多；又可以免掉用乳瓶哺養的許多憂慮。如果母親得到很大的利益，幼兒所得的利益自然更多。每一種哺乳動物的乳汁只適合於自己的幼兒的，別種乳汁代替，利益決難和自己的乳汁一樣。牛乳不單是成分和人乳不同，以這哺養小孩，還有極大的損害，因小孩不能像在母親裏的直接吸食，擠在受乳器中的時候，容易混入汗物和灰塵，又常須經過長途的運送，和經過許多時間之後纔可送到育兒室。牛乳一經擠下立刻發生微細的變化；這本是不可免的，但如弄得在小心到小孩吸食的時候，不僅小變化而已，多種微生物隨時會得發育繁殖其中的，有時則隨汗物混入，又這牛乳是已經過不同的溫度和振盪的；這樣容易腐敗的牛乳，經過這樣各種的變化，是否能保存適於作軟弱的幼兒的養料的狀態，實在是很可疑慮的。

又在許多例裏處置牛乳的方法是不充足的。家庭的貯藏牛乳的方法也

不良。盛牛乳的壺和杯等常須緊蓋和避開蟲豸及塵土。舊式病乳造的不能各處洗濯乾淨，最壞的是有一支橡皮管，竟無法洗它。因為這個緣故，每年死的嬰兒總有數千；多數的死於嬰兒霍亂病，發炎的痢疾，消化不良及榮養不良；近來對於擠乳和貯藏的方法已在改良，樣式合理的乳瓶也在通用了。但是無論那個母親要求自己安心和顧慮嬰孩的健康，必須決定，而且聰明地用嬰兒的天然品來養育他。

第二節 乳汁兒分泌

在大多數的婦女，胎兒不生出的時候，乳房早已有乳汁分泌出來，但這時分量常常極少，乳部並不脹滿，也沒有別種體質上的變化發生。泌乳時的各種特有現象，普通見於第一次生產的婦女。這時乳部發起這個官能，常常受着一點困難，但下次生產時，泌乳就很容易，不會有局部的不快或全體的反應了。照

例產後第三天的晚上要感到不舒服，但再經三十六或四十八小時後，乳部便已適應於這新官能，脹滿和苦痛消失，發熱的反應也除去，乳汁能夠自由地流出來了。

人的乳房就某種意義說，是乳房的貯藏所，他實在是貯新乳時的貯藏所，新乳是間隔若干時候很快的下來的，大多數婦女遇到新乳下來時，自己完全知道的，在平時乳房本不十分脹滿，乳汁下來時乳部忽然膨脹，有些人食得十分脹滿，乳汁會自然地流出來。乳汁容量的多少，各人極有變化。考得酒徒的女兒，往往乳汁缺乏，少有能做優良的育兒母親的。究竟是否如此：如果一個健全的婦女，乳汁分泌的多少，是否能隨嬰兒的需要而定？一個壯大強健的嬰兒，食量強大，普通見乳汁也多。一個母親常見能哺兩個小孩，只要她多食優良食品，並無困難。只是食品的供給和乳汁分泌相關的事，育兒的母親和她的朋友，多不注意，她們只知道節省哺乳。於是乳房就減少用力了。又有一種極普通的誤

解是：以爲初生兒每隔二小時必須哺乳一次。其實乳汁的增加沒有這樣快又健康的嬰兒需食也並不這樣頻促。一個嬰兒只要身體乾燥，溫暖，舒服，可以隔三小時，或者甚而至於每四小時一度哺乳都可以。嬰兒在睡眠中不要因爲可以哺乳了而使他醒來，母親得長時間的休息，於全體和局部都有利益。近年纔知道許多婦女四五星期後漸漸無力哺乳，這並不是因全體的衰竭或分她的精力到家務或別種事情去，他的重要原因只因局部的衰竭，生理上不會預備好便要哺乳的緣故。

第三節 乳母的攝養

(一) 飲食 乳質的良善與否，可說是和飲食大有關係。不知的人，往往節制乳母的飲食，以致乳質欠佳，對於哺育上大受其影響。如婦女通常胃口很好，每餐的饌餚又很豐富，一旦產後受了限制，則不但不能增加乳汁的分量和

美質，而且妨害於嬰兒不可勝言。所以限制產婦的飲食，實是重大的錯誤。祇要選擇了易於消化的食品，就是一種良好的食品，依其平時的度量，給以相當的食品，不必加以限制的。不過，飲食固然不應加以限制，但也不宜分外的增加；因常為有許多的乳母，平時的體格精神和乳質非常良好的，為了希望他分泌佳美的乳的緣故，不惜巨資的，每餐饗以盛饌。那知這種乳母，平時蔬菜淡飯，很是適合，一得盛饌，狂食不絕，以致消化不良，大便失常，不久兩方都受其害。因為哺育，乃是一種自然的作用，愈合自然則愈佳，不必以人力強變天功的。不過，為母親的，一方要養自己的身體，一方又須顧到嬰兒，他的飲食，當然要較平時增加些；增加的東西，最好是有流質性的食物，如牛乳等，可隨意飲食，例如每日下午飲牛乳一杯，每晚睡眠時再飲牛乳二七公分，外加麵包一二塊，或米粥一碗，不過這樣的食物，很是不適於食慾的，不要勉強飲食，祇要揀擇食慾與食物適合的，概能消化的，就好了。如牛乳、鷄卵、肉類、魚類、雞、鴨、粥品、青菜和已經煮過的

水果等，都是乳母適當的食物。

(二) 便通

在產婦最是重要，最易忽略的，就是大便。普通人的大便，差不多都是每日排泄一次的，如有閉塞，即須醫治。至於治療的方法很多，我們所常見的：(一)按摩腹部，(二)灌洗直腸，(三)內服藥劑。不過按摩法在現在已經鮮用，灌洗直腸則很普通，凡乳母經過二十四小時尚不排大便的，可勸其灌洗一次，以晚間為最宜，如以上的方法，尙未見效，可再服瀉藥了，可是須請醫師處方，不可自己隨便服用。大便閉塞的原因，當然也由於飲食不調所致的，所以在這時候，有主張變更其食品者。但是變更飲食，和乳母的乳質，大有妨礙；飲茶也是大便閉結的重大原因，應設法減少，每日以二三杯為度。

(三) 定氣和運動

吸收新鮮空氣和戶外的運動，影響於乳母，與常人相同。但一般的婦女，一經分娩以後，加以看護嬰兒的勞頓，對於這種事項，每每無暇能顧及，殊屬憾事。如得良美結果，對於乳期的運動，決不可如尋常的劇烈，

應有相當的限度，總以不使疲勞爲度。爲母親的，在夜間每受小兒的紛擾，對於睡眠的時間，自然減少了許多，所以在減少的睡眠，應於日間補足。平均在每二十四小時內，應睡足八小時。凡是煩擾憂慮焦急等，都是產婦所不能免的事，醫生應絕對的勸曉產婦和家人，如欲得美滿的哺育，在母親的一方面，務求安靜，在哺乳時期中，不要以別種的緣故，使她憂慮或煩悶。

第四節 哺乳的方法

(一) 哺乳應有定時 哺乳應有一定的時間，否則，乳汁的分量和性質，都要受莫大的影響。哺乳的時間，關於乳汁的分泌和乳的消化性變化性的影響，很是重大，不可不注意及之。

(二) 每天代乳的利益 嬰兒對於母乳既然相合，即身體也日見長病而無病狀者，則每天應代乳一次，所獲的利益有二：(一)如遇母病或外出，或有

其他的原因時，欲令嬰兒不領母乳，則可以牛乳更替；(二)每天代乳一次，可減少母親的担負。

(三) 哺育得宜的現象 在前章已經說過，小兒的重量，每星期至少須增加一一三公分，若重量不能增加，或僅增加三、四十分公分，那麼，對於哺育上已經是有弊了，這大約因受母乳的不良或不足的緣故。如小兒的哺乳有一定的時候，而乳汁又富多而完備，則哺乳後，對於身體必定是非常安適的。在三個月以後，哺乳過十分鐘或二十分鐘後，也可安然睡眠的。如哺乳時間有時延誤了，則必放聲大哭，一啜乳頭，如魚之得水，表示非常的快意。每日必須大便二三次，其色淡黃而光澤。這種小兒，每星期的重量，必可增加一七〇至二二七公分不等。

(四) 乳質的不良或成分見佳的現象 我們在理想上，以為小兒的吸飲平常母乳，斷不致有病患的理。其實未必盡然，大概小兒口中所含的乳頭，雖

爲時已過，然一使其嘔吸，則必涕哭不休，可是在未哺之時，他的饑餓的態度，已很難形容的了，何以爲其哺乳，反而會哭着不休呢？這就可證明母乳成分見佳的現象。乳汁中根本的養料，不外有三種，就是脂肪，米類和蛋白質，但是乳質的良否，不惟關於乳中是否含有這三種成分，最要的，還是在乎這三種含量的比例得當與否。在正常的母乳，大概是含有乳脂百分之三四，乳粉百分之七，蛋白質百分之零五。如與這種比例相差的乳，給小兒飲之，就難以消化，而即會發生瘦弱的現象的。所以乳質的良否，必須經過檢查的手續。因乳脂的含量，有高達百分之五六或低至百分之一或以下的緣故，像小兒平時多泄瀉，色如青豈水；在大便時，肛門作痛，食後嘔吐兼帶酸辣的氣味的，都因所飲的乳中的脂肪含量太多的緣故。如大便祕結，或不常流通的，那是乳中脂肪含量太少之故。至於乳粉，與小兒的消化無甚關係，且其成分又係固定，不易變更，尋常乳中所含的乳粉爲百分之五六。至於蛋白質含量的多寡，也能影響於小兒的健康的。如蛋

白質含量過少，則小兒所得的營養料，就感不足；過多，則使小兒有腹痛和大便秘結之弊，且在大便中，常現有不消化的乳凝塊，並且，時常會泄屁的。

乳質的成分比例不定，固然足以左右乳兒的健康，就在泌乳的盛衰，也是一樣的。如小兒每次應需乳汁一四二至一七〇公分的，現在祇能得着八五公分時，那麼這個小兒斷不能如以前的發育了，所以除檢查乳中三種成分含量的比例外，又須檢查乳量的多寡。檢查的方法，並不困難，祇要每次在哺乳前後，秤其小兒的重量，其相差數就是所飲的乳量。至於檢查乳質和成分的比例，方法很多，應由醫師行之。

(五) 哺乳的回數 每日哺乳幾次？何時哺乳？每次哺乳多少時間？都是

母親應該知道的事項。雖然在正常的乳兒，有自己調節的能力。設若不依規則時，母親應加以矯正的。如每日哺乳六次的，可於午前七時，十時，午後一時，四時，七時，十時，各哺一次。每日哺乳五次的，可於午前七時，十時，午後二時，六時，十時，

各哺乳一次。夜間休息的時間，至少須七八小時。像這樣的習慣，如不在最初的時候養成他，至後恐難更改了。

(六) 必須的乳量 小兒每次哺乳時，在最初時，乳汁排泄量很是豐富，吸乳一次即嚙下一次。如是的二三分鐘後，乳汁的排泄量，逐漸減少，吸乳二三次始嚙下一次。在嚙下的時候，喉頭向上移動着，故可用手觸或目視知。以嚙下次數的多少，證明飲乳量之多少和速度。若用秤秤定，更為確實。

每次哺乳的乳量，須視小兒需要和母乳分泌力而不同。通常母乳的分泌量，每和小兒的吸吮力相比例的，如吸吮強的，分泌必定增多；吸吮弱的，分泌必定減少。每日之中在早晨第一次的哺乳量較多，這因母子兩方，都是在夜間經過長時間的休息，有以致之。

(七) 不良乳的治法和哺乳法 若乳汁已經檢查過，知其太濃或太薄，

或者所含三大成分之分量比例，不和尋常乳相同時，都須立即設法矯正它。又

如乳脂和蛋白質的減少，也須設法增加之。大概乳婦身廣體胖，飲食豐富，而很少運動的，則其分泌的乳質，時或過濃。若能限制她的飲食，每天僅准其喫鮮肉一次，又如有酒癖的，應絕對禁止她，並且每日應營散步的運動，如能這樣的辦理，那麼，她的乳質，自然會復原的了。可是鮮效的，也很多。因為有一部分婦女的生活和習慣，已經難以改變了，一旦叫其減少飲食，多行運動，確難辦到，故其治法，又當變通了。方法是每在哺乳之前，叫其飲清潔沸過的水或小麥湯一六至三一公分。水中加石灰水一小茶匙。如檢查其乳中所含的脂肪和蛋白質太少，則使母親多食鮮肉，如牛肉、鷄、鴨、魚肉等都可。多食麵包、米粥、麥粉及牛乳等，或飲少量的酒，也足增加乳中的脂肪。不過仍有不見效的，故又不得不以代乳法補足它。在前章所述每日一次代乳的功用，以兒愈七個月後，宜代乳至二三次，因滿七個月後，乳中所含的脂肪已經逐漸的稀薄，而脂肪又為小兒在這時發育所需要者，所以也不可輕視的。

第五節 乳頭的保衛

在上面述過，嬰兒須每隔三小時哺乳一次，然如晚間十時至翌晨六時，正是小兒酣睡的時候，不可驚醒他。直至三月以後，每晨二時三十分鐘的哺乳，已可不必再行了。更有多數的小兒在此期內，已無哺乳的必要，在哺乳的前後，乳頭應以硼酸水洗之，再用棉布輕輕地拭乾。若乳頭破裂，切不可使小兒吸吮，因這時乳頭已經疼痛，若再經小兒的吸吮，那麼，破裂處更要深刻，恐生乳癰之虞。如乳頭破裂時，應用護乳器接着，使小兒吮吸護乳器的膠皮製乳頭。如用這種護乳器，必須用至乳頭全愈為止。在多數的小兒，都不慣用這器，故應使其多多練習，不要因一次的失敗而厭棄了。如因護乳器不能再用，或者乳頭又硬，則當用吸乳器，吸乳於乳瓶中哺之，在這時乳汁一經流通，則乳頭乾硬之處，自會減少。如用吸乳器吸乳時，每日須以溫暖的橄欖油輕擦，這種破口處自然易愈了，而

且不至患乳癰的。

倘乳房過大而且下垂，很不便利，應以潔布纏圍它，至於乳頭破裂的治法，除上述方法外，也可以下法治之。在哺乳的前後用硼酸水洗後乾燥，並以下列的軟膏塗敷患處。魚骸膏十五公分，凡士林十六公分，氣化鋅軟膏十六公分。每日於哺乳之時，當用橄欖油拭去這軟膏而洗乾之。在哺乳以後，再用前法塗敷，很是有有效的。

第六節 哺乳的障礙

(一) 乳汁不足 乳汁的足用與否，須於分娩十日或十四日以後，方可確定。因為初產婦的乳分泌，往往須在四五日以後的，或有遲至七八日的。又有其初乳汁很少，到後來逐漸增多的，也有在第一日的乳汁分泌很佳，至第二星期後，反漸減少，至乳兒的吸吮力強時，又漸恢復的。

不得胞食的乳兒，平常雖無疾病的現象；可是時常哭鬧，不能持久的睡眠。就在身體一方面，也多不良狀態，面色蒼白，肌肉弛緩，排泄物又很少，襁褓反可久保其干淨，腹部平坦或陷入。不過如欲確實的診斷，必須有詳細的觀察，並且時須檢驗乳兒的體重而比較之。

小兒在哺乳的時候，每以口作吸吮運動，將已吸來的乳汁，即行嚥下，隨後又行吸吮。在乳汁旺盛的時候，每於吸吮後，泌繼續的嚥下。若乳汁的排泄量少時，則須作數次的吸吮以後，始行嚥下。這時小兒常因疲於吸吮而睡着，可是在睡前未曾飽食的緣故，所以醒來時又欲繼續的求食。平常的哺乳時間，約十分鐘至二十分鐘就胞的，可是在這種狀態之下，雖至相當期間，仍有不肯舍去的，就是勉強的將其摘下，也要啼哭不休的。

檢查乳分泌的方法：可以手擠乳，看其排泄的狀況如何，即可知其乳分泌的良否。如乳汁在擠乳時僅僅滴出一二點的，不能成爲噴射的弧線，或其弧線

很是稀的，那麼，這就是乳汁的分泌力微弱的明證。在難於排泄的乳房，雖是乳量很是充足的，可是也難使其成爲噴射線。不過在這種狀態之下，她的乳房多是緊張飽滿，足和乳汁不足的，大可區別的。如乳汁真正不足的時候，必須察其原因的所在，設法補救的。大概在新產後的乳汁的缺乏，多基於哺乳的不得其法。在此以後，則多半是飲食和生活方面的不得其宜；或者是服用薄劑的不妥當。若能將這種情形，事先或事後，加以指導和矯正，則乳汁也往往會自然的增加的。又有因乳兒的吸吮力太弱，以致乳汁的排泄不充分者。如換以強壯的小兒，則未嘗不可使其一飽。像這種的情形，可用假乳頭吸乳以幫助之。再乳母有因身體發熱的疾病時，醫生常有令其停乳數日，以致乳汁往往因以乾涸的。若隔二三星期未曾哺乳的，則已無繼續哺乳的能力了。此外如精神的感動，也足以影響乳汁的分泌，所以乳母應絕對地須忌驚愕憂懼等事。又如月經的再潮，妊娠的重來，都是足爲乳線分泌的障礙。

(二)

乳汁不良 乳汁的成分和性質，在上面已經述過，頗有討論的價值。我們在平時常看見許多的健康的乳母，乳量很是適宜，生活飲食也都有一定的規則；可是返觀其乳兒，則發育不良，常患着消化器病者。那麼，我們應該想到這種小兒，除出有特別疾病者外，當然也要連帶想到乳汁的成分究竟是否正常。並且，竟有因哺乳母親的乳而起的消化障礙，一旦換以乳媪或以人工營養，頓見其症候有消退的可能，發育日佳者，不過我們也須顧慮到乳兒的患着這種症候時，往往因乳汁的分泌太盛，以致乳兒食之過飽而起的。所以祇要限制其乳量，也可收到治療的功效。倘僅認為乳汁的不良，而隨便的雇用乳媪，或人工營養，那麼恐怕是錯誤呢？

當乳母月經來潮之日，乳兒往往起消化障礙的症候。在月經一過，仍是恢復常態。由此可見月經時的乳汁，它的性質略有變更。但除小兒的障礙太甚外，不必在月經時暫時停止哺乳的。

乳婦再懷孕時，誰都知道這是有害於乳兒的，有的仍是繼續的哺乳，有的即行斷乳了。無論怎樣，我們都不能認其為不適當，因為乳婦再度懷孕，能否繼續的哺乳，有無影響於乳兒，並且，能否有供給二子的能力，全視乳婦的體格和乳汁以為定，在經產婦的再度懷孕，她的自信力，更是適當，所以對於斷乳有延至妊娠的半期的。

精神感動，也能變更乳汁，足為乳兒的障礙。這雖是暫時的，不能因此而即行斷乳；若長處着苦惱悲哀的生活，在乳兒方面，也須受到長時間的障礙。

(三) 乳汁過多 在擠乳的時候，乳汁的放射很易，流出的乳汁也太多，這是乳汁過多的表示。於小兒初行哺乳，還不能多食時，常見有乳汁過多的現象，後來即自消退的。若持續着並不消退，則可減少乳母的飲食，利其大便。塗油類於乳房部，也能減退乳房的膨滿。又可於哺乳的時候，用吸乳器吸出其少許的乳汁，或以手擠之，每日行，使一二次。若乳汁能自行流出的，這是乳汁過多的

自然療法。乳汁過多，也有屬於疾病的。如乳房的緊張，無弛緩時，且并，無論用着何種的方法，也不能止其乳汁的無故外泄，這是能使乳母的身體衰弱，在小兒有營養過度之弊。應即令其斷乳。可是在無識的乳母，每於乳汁過多時，常為自己減輕苦痛起見，常常使乳兒哺乳的。像這種的舉動，既害乳兒，又害己身，應該切戒的。

乳房過於飽滿，在平時又不自行流出，以致乳汁過多，往往會使乳兒過食。乳兒的消化器很是薄弱，屢次的過食，則必起消化障礙。所以乳兒因患着消化器病，每有頻頻的哭鬧，不能安眠的。其必有的症候，就是吐乳。不過，在這時的吐乳，必須和無病的吐乳互相區別的。若在消化障礙時的吐乳，每起於哺乳後半時乃至一時後，吐出的量又很多，常混有黏液，帶着強酸氣的，并且吐出力很強，當時乳兒的顏面現出不快的狀態，往往伴着放屁和大便異狀的症候。若無病的吐乳，則偶在哺乳後立即嘔吐的，不過所吐的，都是滿口的水狀略帶酸氣的

乳汁而已。這因初行消化而生的氣體，膨滿於胃內，和因氣泡的上昇，使胃的內
 容物溢出的緣故。這樣的嘔吐，多是在變更乳兒的體位的時候。又因為不是病
 態，所以小兒並沒有何等不快的表示，活潑一切如常。我們不必加以注意的。凡
 因乳汁過多而致乳兒有病時，祇可就醫診治，決不限制哺乳量。

第七節 乳期中的乳房病

(一) 乳漏 當乳房在未哺乳的時候，而乳汁自然的流出着，這是叫做
 乳漏。乳漏雖非真正的病症，可是很足嫌惡。因乳汁的不斷滴出，每致皮膚衣服，
 都被透濕着，不但不會乾淨，而且乳房皮膚持續着的浸潤刺激，容易引起炎症
 或皮疹。乳漏無確實的有效療法，普通的僅用容易吸水的紗布貼置於局部，以
 減浸漬不障害。

(二)

乳結節

乳結節也不是真正的疾患，多因乳汁的鬱滯而起的。症

候是單獨或多個同時的存在，概在乳房的上方邊緣部，不過沒有如核桃的大，可是很敏，易因壓迫牽引而發疼痛。如哺乳有正規時，能排泄充分的乳線，決無發生這種乳結節。治療法：可用輕輕的按摩，催促其吸收，并高掣乳房，以減少疼痛。

(三) 乳頭小創傷 乳頭的創傷，大都是細小不易見的皮膚裂隙。也有形成較大的創面的，且有延及全乳頭的。像這種病變，在哺乳休息期中，無甚痛苦的。若一哺乳，那麼，立發劇烈的疼痛，有痛到不能繼續哺乳，遂至乳汁鬱滯，乳腺分泌停止者。有時由乳兒自創口吸出血液，和乳汁一同嚥下的。如血液嚥下多量，每復吐出，每使家屬驚駭。此外乳頭的小創口，容易被細菌的侵入，續發乳腺炎，最爲凶險。

乳頭的裂創，治療很難，預防則較爲容易。若能於妊娠期中，已使局部的皮膚強固，哺乳期中又行適當的保護；如行水洗，塗油，和塗擦單寧酸甘油精混合

液等都是預防本症的發生。如已發生了裂創，則因小兒時時的吮吸，這是不易治愈的；如將病側的乳房停止哺乳，則又恐乳線的分泌停止。治療的方法，可於每次哺乳以後，試用單寧酸甘油塗擦，或於哺乳時，乳頭戴用橡皮小帽。如是仍無效果，祇得就醫診治。總以治愈創口和乳汁分泌的不停止為標準。在必要時，可暫時停止哺乳，仍將乳汁時時擠出。

(四) 乳腺炎和乳腺化膿 發生乳腺炎或化膿的時候，在病變部必定是潮紅而堅硬，乳腺緊張，全身發熱，時有戰慄。這是因輕微的乳頭部創傷而傳染的。如能平時能加意保護，就不容易發生本病。在發生之時，乳房每於哺乳時發生劇痛，產母往往因此而停止哺乳；可是這時在這時的停止哺乳，很覺不安。因為哺乳一旦停止，每致乳汁鬱滯，反使炎症和疼痛的增加，並且輕度的乳腺炎，也因此而發生。所以在這時一面應繼續的哺乳，一面在哺乳的休息時間，就醫療治它。

第八節 小兒病時的哺育

大凡小兒一經染了病，他的消化力每多減低。然其減低度，須視病的輕重和年齡的大小而有差異。年長的大約不如年幼之甚。如患着支氣管炎，而熱度每較尋常增加一二度的小兒，他的消化量每須低減，所以對於哺食品也須較平常減去百分之二十五。如患肺炎症的時候，那是爲最危險的時候，他的消化力幾漸減止，故在此時，就是容易消化的食品，也不要輕易給與。至於哺乳兒若患了癩疹，猩熱，和支氣管炎，或白喉症最烈的時候，其食物也須較平常減去一半。如患不甚重要的病症時，其體濕又在華氏一百另一度者，則可減其尋常食品的四分之一，或是三分之一。從之，小兒一經臥床不起，不論是疾病，或是受傷，都以少喫爲宜，且須令其多飲水料。在小兒的發熱，必定是多口渴，而思多飲，尤以患夏日痢的爲最甚，所以應該增加水量，而減少乳量。在這時候，不但要使小

兒少食還須在規定哺乳時間之外，和哺乳以後，使飲多量的水。如在哺母乳之時，則使其哺乳時間縮減一半，或三分之一，并且嚼乳以後，令其再飲少許的水量。如能行走的小兒，在二歲以上的，則可給以牛乳一半，和米粥一半，倘能照此以行，大可免傷小兒的消化力。在患傷風，或腸胃卡他兒時，切不可哺乳，應行下列的方法：

(一) 注射營養品 如小兒患病劇烈至於不能下嚥，或是神經失覺，或是昏瞢，口不能食的時候，應當以他法代哺的。或由肛門注射，或以膠皮管由胃輸送，或由皮下注射，都是很好的方法。

(二) 引誘的使食 小兒一患了病，食慾每多不良，不願多食，如加以強迫，絕少效力，不如以他法引誘他。因為小兒的心理，與成人大有差異，如四五歲的小兒，應給以光滑可愛的銀幣，或玩物，他一旦看見了這可愛的東西，自然而然的勉喫了。不過須以平常親近的人如母親或乳媪哺育的，因小兒的習慣，最

怕是生面的人，就是病兒對於平日的食器，或食品的形式，也多厭惡之心。倘改用新式的食器，或改製食物的形式，都能使小兒的歡迎。這是不可不注意的。

第九節 混合營養

在特別情形之下，除哺人乳外，再給以牛乳，這叫做混合營養。其原因和方
法如下：

(一) 在婦人一方面，從前時素因種種關係，不是自己哺乳的，現在又會了他種原因，分娩了以後，決心自己來哺子了，可是乳汁很是稀少，不足以供給於小孩，所以迫不得已，祇得於每日哺乳之外，再補給以牛乳。但是每日若祇授乳一次，則乳汁的分泌終於不能維持。大約哺人乳的次數至少須等於給牛乳的次數。即如每日六次給乳，三次人乳，三次牛乳。在初產婦之感於乳汁不足的，不要用這種方法。祇要能如第一次的忍耐着的自己哺子，那麼，在下次就無問

題了。

(二) 小兒尚未到斷乳的時期，而母乳的分泌，就大減或竟至沒有了，於是不得不用混合營養。

(三) 乳母有下列的原因而不能哺乳的是：(一) 產後出血太多，身體過於衰弱，可暫以牛乳哺子，俟身體稍健後，仍可自行哺乳。又在產後最初數日內的不能多次的哺乳，在間歇時，也可以牛乳補充的。(二) 患着熱性病足以傳染於小兒的，必須代以牛乳。(三) 乳頭和乳房發生炎症時。(四) 產後數日內不能分泌乳汁的，也可暫時給以牛乳；不過仍須使其哺乳。(五) 混合營養，可一乳母兼養二子。(六) 乳母須持續長時間的睡眠，則可於早晨五時和晚下十一時，以牛乳代之。(七) 乳母有時因他故外出的，則可於未出門前，代以牛乳。

乳母的乳汁分泌有不良的，雖可以牛乳補充。但在瓶中易於吸收，小兒因此而成了習慣，每每不能吸出人乳的危險。所以必須將假乳頭的孔，十分細小。

行使混合營養的期間，必須觀察乳兒的狀態爲標準。如別無障礙，仍可續行。又牛乳和人乳，應絕對的互相調換，如早晨，日中，以及晚下，可與以人乳，此外可與以牛乳，最須注意的，在兩乳之中，不可使任一乳間隔了過久。在哺乳時，必須使乳汁完全排出，若在哺乳期間不能使小兒哺乳時，可以人工排出的。這樣的辦法，則混合營養可久行無礙了。就是在哺乳的障礙已經除去要回復純粹的母乳營養時，也決不致有乳汁不足之虞了。

第十節 雇用乳媪的注意點

母親因爲種種的關係（見上節），不能自己來哺乳，則不得不雇用乳媪了，或謀人工的營養。兩相比較，自然以雇用乳媪較好了。但是雇用乳媪的問題，雖然解決了，却不能算圓滿，並且常是不幸的。第一，爲乳媪的自己的小孩生活計，雇乳媪是不應該的，她既被雇，必須離開她的家庭，丈夫和她的小孩們了，她

給富人的小孩哺乳，自己的小孩多半是死亡的，因為不特小孩失却天然的食品，和母親的愛護，兼且照他的環境，要得到純粹的乳汁，和充足的注意是極難的。青年婦女是有着重大的責任心的，過失所至，決不止那苦小孩的。乳媪大概常常要憂念那放棄的家庭和小孩，她的憂慮很能影響於她的健康，遂致乳的質和量也減了價值了。

另外的真實的危險是：即使醫生檢查她的體質是好的，乳的量也足夠，質也優良，但不能決定她自身的健康怎樣，和她是否從健康的祖先遺傳下來的。十分精細的檢驗，不單要查考她的自身，即她的丈夫和小孩也要檢查的。如三者之一見有花柳病，便不中選。簡單說，第一要緊的是乳媪的小孩的大小和重量必須和年齡相應，眼睛和頭髮必須有光亮，全身皮膚必須都健全，口和肛門的四週沒有腫起的東西或痂，又她的身體必須多脂肪和筋肉，一點沒有可疑的情形存在。

又也須乳媪是健全而適合的，但性子不好，她的氣質性情會得絕對不適於擔任這事的，她在家庭裏的地位也很困難；她因為和小孩關係密切，和要照看他，她的飲食和環境不能不與族人接近；同時她又屬於僕役階級，同情大概屬於他們的。如果她時時和他們去周旋，則忽略了小孩的照顧，否則便要失他們的同情而引起妒忌，結果他們必待她不好，使她不快，做事也不好了。為乳媪的安全，各種考慮，必須記在心頭，她的食品雖然須質佳而量足，但不必太豐富，她應當有充分的運動，然不可過倦，她應當注意小孩，和幫做關於尋常養育上的事情。現在再把選擇乳媪的注意點，摘要錄述于下：

(一) 健康的注意 乳媪的營養狀況，務須佳良，但過於肥胖的，也不相宜。至於有精神病，梅毒，肺癆，喘息，腳氣，癩病，白濁，畸形，近視，重聽，傳染性眼病，以及各種慢性皮膚病等，都不能用。

(二)

乳房的注意

乳房須大，乳嘴須突出，因為乳房小的，乳汁概不多。

乳嘴過小或陷落的，小兒難于哺啜，都不相宜。

(三) 乳汁的注意 乳汁應濃厚，稀薄的滋養分很少，很不適合。

(四) 性情的注意 乳媪的性情，必須溫和而精細。粗暴的和浮薄的，或是陰險的和好酒的，都是在摒棄之列。

(五) 產期的注意 乳媪的產期與生母的產期，逾相近則愈佳。如相差稍久者，乳汁的性質，頗不適乳兒的營養，往往要誘發胃腸病。

(六) 乳媪所產兒的注意 乳媪所產的小兒，健康與否，也須加以切實的調查。若已死的，並須調查其致死的原因或是病症，因恐蹈其覆轍。

(七) 年齡的注意 乳媪的年齡，以二十歲至三十五歲為最適宜。經產婦比較的與初產婦為佳，因為曾有育兒的經驗。

選擇乳媪的資格，要這樣的嚴密。欲求適當的乳媪，豈不很難。所以生母非有不得已的故總以自己哺乳為妥。

第十一節 雇用乳媪的最良辦法

在上面已經述過，選擇乳媪的多麼嚴密而困難。所以最好的辦法，祇有託醫師作詳細的檢查。如哺乳量的多寡，須等數日間經小兒哺乳前後的秤定而後知得。他如性情的觀察，發作性精神病的有無等，都非一時所可探問診察的。（乳媪對於已往疾病的詢問，大都不肯實說。）那麼，祇好託育嬰所，小兒病院等處介紹乳媪。一方凡願為乳媪的，都去報名於育嬰所，小兒病院等處，由院內的醫師，詳細檢查。並且，令她於院內，受一定時期的服役，在這服役期內，關於乳媪臨時不易檢得的種種事項，醫師都可從容的考察了，並且，可以教導關於清潔以及哺乳規則的大略。他方如欲雇用乳媪的，可將自己的小兒的年齡，體重，和向來營養方法的大略，報告於育嬰所，小兒病院等處，經醫師的考量後，撥給相當的乳媪。

第四章 乳兒的人工營養

第一節 人工營養的概說

產母因有特種原因，確實不能哺乳，或是不能繼續哺乳，而同時又無法應用乳媪，那麼，祇有替用人工營養，以維持小兒的生命。在本書所說的人工營養，是專指人乳以外的一切人工的營養方法。不過人乳是造物賦與小兒的養品。故其成分和配合，對於小兒都具有最優美的性質。無論人工營養作如何的調製，總是不能巧奪天工的。就在今日號稱人工營養法最進步的國家，其人工營養兒的患病率，死亡率，依然是遠過於天然營養兒。何況以科學落伍，人民醫學常識缺乏的中國，去試用人工營養而起的危險，當然是不難想見了。故就目下而論，我們應該在可能的範圍內，積極的提倡母乳營養，限制人工營養較為妥

當。

在哺乳兒的消化力，和他的身體抵抗力，都隨年齡的增長而增強的。在較長的乳兒，或者雖取了不甚適應的營養品，也能有相當的調節而無害的。所以年齡愈是幼小，他的調節力，也愈薄弱。若在不得已而使用人工營養法的時候，也當在可能的範圍內延長母乳營養的時期。

第二節 各種乳汁的比較

在沒有人乳的時候，必須決定那一種家畜的乳最是適當。即刻自然要說到牛乳，因牛乳容易得到，價也不很貴，然而它的成分和人乳差異很大。它比較的濃厚，特別富於蛋白質即製造筋肉的質料。如果只有這一點的不同，本來只要稀釋就好。但是牛乳所含乳酪和粉都比人乳少，所以應當添加乳汁和乳粉。另外還有小小的不同。牛乳凝結起來比人乳厚，消化也較難。這種不同，是不能

用稀釋的方法減少的，在有些例裏，牛乳凝結起來太硬，嬰孩難以消化，那麼，可以用百布頓，先使他消化其一部分。

驢乳的成分和人乳很相像，也容易消化，可惜不容易得到，尤其在市鎮上難以得到。山羊乳在英國是少用的，但別處用的也有。在決定以這乳去餵小孩之前，必須確實查知那乳羊不致將馬爾太熱傳到小孩來纔對。山羊乳的成分，蛋白質和脂肪都比人乳多，所以應加水稀釋。大人飲山羊乳常加茶或咖啡以偃沒其氣味，但這在小孩是不甚憎惡的。

第三節 牛乳的營養

牛乳的成分，因近於人乳，而且容易得到，所以我們多利用之。但須與直接吸自母體的乳汁相彷彿時，必須具有下列的兩種條件：

(一) 由牛的乳房以至小兒的口腔，其間都應保持着清潔。

(二) 將其化學成分的不合於人乳的，竭力矯正之。

牛乳的不潔，首在厩欄的污穢。不潔牛乳的弊害最大的，就是侵入的細菌。我們所常見的牛乳凝固，都因侵入醱酵而起。醱酵菌雖然不能直接致病，不過致牛乳於腐敗，也是一種弊害。最危險的，是牛乳中含有傳染病的細菌，如萬一飲了這含菌的牛乳，那麼，必致發生傳染病。在牛的乳房如無疾態，又於榨取的時候，能夠顧到清潔的注意，則直接所榨出的乳汁，決不致有細菌的可慮。可是放置少許的時間，接觸了空氣，則細菌也能漸漸的侵入的，這是不可不設法預防的，預防的方法，祇有行使殺菌法。殺菌法的第一個方法是燒煮，但燒煮以後，也能使營養價值的減低，所以應有一定的時間，以營養價值減少到一定程度為止。

當牛乳在燒煮的時候，具有一種特別的性質，就是其容積因溫熱的作用而增大。牛乳的沸點是攝氏表的一百另一度！而至八十五度時，已能見其增大

量了。上層的牛乳，因凝固和蒸發結成了被膜，蒸氣又因被膜所阻，不能全量的透出，於是將被膜抬起，從表面觀之，宛像牛乳的容積增加了許多，祇要將被膜攪碎了它，就不見這種現象，不過不久又將此膜復結了。

如牛乳已煮到達沸度時，再使強度沸騰到二三分鐘以後，則所生活的細菌，一定可以殺滅了。但是細菌的種子的死滅，決非這短促時間，所能為力。它的抵抗力是很大，須遇一定的溫度，始可復成爲細菌。但細菌的種子存在乳汁中，尚無大害，因它不能行其新陳代謝的工作，一俟細菌再度的發生，非經過一二日不可，到了這時，乳汁早已被小孩喫完了。

牛乳的消毒，煮沸，爲時須十五分鐘，方可達到殺菌的目的。煮沸以後，可放入於冰箱內，如無冰箱，祇可隨煮隨用。如能用特製的牛乳消毒器則更佳。至於牛乳加水稀釋的限度，也須依小兒的月分而異。在生後一月內，牛乳一分，加水三分，每次用六十公分。生後二月，牛乳一分，加水二分，每次用九十公分。生後三

月至五月，牛乳一分，加水一分，每次用一百一十至一百二十公分。生後六月至七月，牛乳二分，加水一分，每次可用一百八十公分。直至第八個月以後，方可用純正的牛乳哺給了。

牛乳的優劣，有簡單的方法，可資辨別的是：（一）新鮮牛乳，每有一種香氣；如有一種不快的氣味時，就是腐敗的證候；（二）在外觀上，牛乳如不平均的瀰濁着，有若干的豆腐樣的凝物時，不可哺兒；（三）牛乳煮過靜置以後，除上面的凝膜以外，倘尚有凝塊，也是腐敗的證候；（四）以牛乳一滴，滴在爪上，如為良乳，則仍保持着原有的滴狀；（五）牛乳滴於兩指之間，有黏性的，就是良乳；（六）取杯盛水，滴三滴牛乳於杯內，直沈的是良乳，分散的為已經和水的牛乳了；（七）如滴一滴碘酞於牛乳之中，而發青色的，這牛乳必和有粉質無影。

第四節 人工營養品的調製

甲，無營養分或營養分缺乏之飲料

(一) 糖精水，一立特水中加入三——九瓦的食鹽，煮沸後，加入糖精片三五個即得。

(二) 茶 取一二咖啡匙的茶葉加入四分之一立特的水中，煮沸後，再加開水共成一立特，食鹽和糖精加法同上。

(三) 蘿蔔湯 取五百瓦的蘿蔔，削皮切碎後，加水煮沸，至全液約二百瓦爲止。再將這蘿蔔湯用細篩濾入一立特的肉湯中，再加六瓦食鹽即得。

乙，應於配製牛乳的各種液體

(一) 糖水 一定量的糖，溶解於一定量的溫水中即得。

(二) 黏滑液(穀粒煎汁) 取米粒或大麥粒或燕麥粒三十乃至四十瓦，加水一立特，食鹽三五至五瓦，煮沸一小時。如煮沸中的水分蒸發，液體過稠的，可時時加水以補充之。最後將液體用毛篩濾過，濾過的液中，再加以開水，須

補充全液至一立特而攪拌之即得。

(三) 穀粉湯(穀粉煎汁) 取二十乃至三十瓦的麥粉或米粉，用冷少許攪拌混和，使略呈稀粥狀，隨後再傾入約一立特的沸水中，加以食鹽三五瓦，煮沸十五分鐘，最後全液成一立特即得。

(四) 乳清 將生乳加溫至四十度後，放入凝乳酵素少許，不久即見乳汁凝固，靜置半小時後，將其乳清傾出。

丙、特種人工營養品

(一) 凝乳酵素乳 這是凝乳酵素粉末的販賣品，它的包裝內，附有小匙子一個。將牛乳煮沸後，冷卻至四十度的時候，於每五分之一立特的乳汁內，加入一小匙的凝乳酵素乳而攪拌之。數分鐘以後，乳汁凝固，再將這凝塊振盪或攪拌，使之細碎即得。本品不能煮沸，如一經煮沸，則凝塊變粗而沉降於器底了。當小兒飲用前，也須小心加溫。

(二)

脫脂酸乳

本品可直接向大城市的商店購置的，近來并有脫脂酸乳的乾燥粉末的販賣了。如其不能或是不願購置，也可自己調製的。即將純牛乳或富脂乳，依前述的酸乳製作法使成酸乳後，放入小型黃油製造機中，再將已成的黃油塊，用篩分離。這樣所製得的脫脂酸乳尚須於一立特的本品內，加入十五瓦麥粉，六十瓦蔗糖，方可應用於哺乳兒。其操作法取一立特的脫脂酸乳中的小部分，和十五瓦麥粉攪拌着混和，再傾入於其餘的脫脂酸乳中，又參加六十瓦蔗糖後，於不斷的攪拌着，在火燄上滾沸三次即得。在參加脫脂酸乳內的營養物，於必要時，也可以斟酌變更的；也可以改加富脂乳，或僅加入百分之五的玉蜀黍粉而應用的。

(三)

黃油麥粉食

先取黃油七十瓦放入鐵鍋中，在火燄上不斷的攪拌加熱，使之發泡。經過三五分鐘，待黃油中脂肪酸揮散淨盡，不復嗅其酸臭味時，加入小麥粉七十瓦。再是充分不斷的攪拌着的煮沸，及至全液較稠且略呈櫻

色爲止，大約四五分鐘已夠。於是加入六百瓦熱水和五十瓦的蔗糖，再煮沸一次，用毛篩濾過後，加入三百乃至四百瓦的煮沸後，復冷却之牛乳即得。

(四) 麥芽湯 取百瓦的麥芽湯抽出汁，溶解於三分之一立特的乳汁中。再在其他盛器內，取五十瓦的小麥粉，加水三分之二立特，用普通方法煮沸之。將以上的二液混和着，再煮沸一次即得。

(五) 蛋白乳 取牛乳一立特煮沸後，冷却至四十度時，加入凝乳酵素乳一匙或是固有凝乳酵素錠一個，於是將乳汁放置室內半小時；這時因乳溫已降至三十二度的左右，不起凝固。再將乳汁復加溫至四十度左右，則可於數分鐘內形成極細的乾酪素凝塊。次再加入冷却至四十度的煮沸水一立特，攪拌均勻後，靜置半小時，則乾酪素塊均沉降於器底了。於是將上的清液除去一立特，它所遺留的液質就是蛋白乳了。不過在調製本品時，應注意乾酪素凝塊的粗細，其過粗的，仍用攪拌打擊等法而細碎之，蔗糖也可酌量的參加。

丁，哺乳兒的附食品

(一) 麥粉粥 百瓦的牛乳中，加入七乃至十五瓦小麥粗粉和二三瓦糖所製成的。含有百分之七的小麥粗粉之粥，是稠厚的液體。含有百分之十乃至十五的小麥粗粉之粥，是凝固漿糊狀。它的製法是：取小麥粗粉，糖和食鹽少許，傾入於煮沸的牛乳中，繼續的煮沸五乃至十五分鐘即得。同時也可調製米粉，大麥粉，西貢米等粥。

(二) 玉蜀黍粉粥 是由百瓦的牛乳，五瓦至十瓦的玉蜀黍粉，和二至三瓦的蔗糖所製成的。製法是先取一小部分的冷牛乳和玉蜀黍粉等的混和，再傾入煮沸的牛乳中，經煮沸數分鐘就可成就。

(三) 黃油穀粉粥 在百瓦的牛乳中，加入七瓦的穀粉（米粉麥粉都好），五瓦的糖，和五瓦的黃油，經煮沸後，即成爲黃油穀粉粥。

(四) 麥粉肉湯 在肉湯內加入百分之五的小麥粗粉，煮沸半小時後

即得。如液體蒸發過多的，可加入水小許。

(五) 菜 將新鮮的青菜（菠菜、白菜、芥菜都好）洗淨煮沸後，（煮沸時水內加食鹽少許）搗碎之，於是取原有的菜湯，與菜共煮成粥狀或稠液狀。再由細篩中濾過，加入微星的黃油就好。最緊要的是原來的菜湯不要傾去，因其大都分含有植物鹽類的緣故。

第五節 煉乳與壞血抵抗性

人造的鮮乳替代品，最先當講各種煉乳，這類煉乳的新種類是層出不窮的。煉乳係用良好的鮮乳，仔細地製煉而成。水分減少許多。有些種類，例如納斯德爾牛乳係仍為液體，不失牛乳的性質，但又有些是乾製的。所含水分盡被驅去。煉乳有的加糖，有的是淡的，兩者都好。大約在小孩以甜的更適用些，如果是淡的，不消說須加糖或乳粉。在許多例裏，小孩喫煉乳很滋養，壯滿，但如果可能，

不要專喫此一物，也不要在一個時期內喫的太長久。煉乳含有適當的食品的各種質料，如有了小變化，則他的價值不特比人乳低，不及鮮牛乳了，如果鮮乳真能製備得好時。但有些小孩似乎不能消化通常的牛乳或煉乳，那麼必須有代替的食品，至少喫一時期，用在一種近代的製品，如何爾布辣克丁或格蘭素或依舊法做的蛋白水。以上兩種是專賣品，小心地，可信託地做成的，可以替代一時期小孩的天然食品。蛋白水多用在疾病上的時候，係用打爛的鷄蛋白，和沸過而已冷却的水混合而成，成分是蛋白一分和水三分到六分。在這蛋白水裏，照排爾羅說，可以加一點乳脂，這是很有益的，因為蛋白中沒有脂肪的。

天然的乳汁，不經製過的，如人乳，或從牛擠下來的鮮乳，自含有一種能抵抗壞血病的性質，但一經消毒，或用巴斯德法製過，及各種人造的食物，這種性質都多少失却。如救治這種缺點，最好的於每次食物時，或一天兩三次的食物中，加入鮮肉汁數滴，或者用橘子汁二十滴到六十滴於水中，一日飲一兩次。以

上兩種方法都於營養有幫助，肉汁用在貧血或衰弱的兒童尤其適宜。

第六節 人工營養的餵飼方法

乳瓶內面應圓而無凹角的，以便洗滌時不易遺留污物。瓶的容量，不得超過二百瓦。瓶上所刻的劃度，必須數量精確，不要模糊着的。如瓶頸過長，或用玻璃管，橡皮管頭結的乳瓶，都是不合於用。在市上販賣的橡皮乳頭，多是未經穿孔的。所以當在應用以前，應將橡皮翻轉，用灼熱的縫針，在乳頭上穿孔一二個。但所穿的孔，不宜過大，以防飲用時，瓶內的乳汁，過速的流入於小孩口內。

當小孩哺食的時候，先將乳瓶放入盛有熱水的罐內，約加溫至三十五度的左右。其溫度不必用寒暑表的測量，祇要用手或將乳瓶貼着於眼瞼上，覺有溫暖者就好。如欲嘗試乳汁，應滴入匙內或手背上嘗之，切不要直接自乳頭孔吸啜着。

小孩每次哺食以後，須立即將乳瓶和橡皮乳頭在自來水下，或淨水內充分的洗滌。乳瓶的內面，可用長毛刷掃除衝洗。隨後再倒置瓶架上，以使水容可以流出。橡皮乳頭經洗滌以後，應乾燥放置着，切勿被塵土所污染。並且，每日須煮沸一次，以免細菌的繁殖。其他的人工營養品調製時所用的各種桶罐，都須於應用後用開水洗淨，並將口向下的放置潔淨的地方。

當餵飼的時候，以小孩睡在牀上，或是在母親的膝上，母親或是看護者須自持乳瓶，餵飼到小孩的喫足方可。切不要在乳頭塞入小孩的口內後，即將乳瓶放置牀上，任小孩的自己去啜喫。就在小孩的飲食的速度，也須有相當的限制。如飲食過速，不但有妨他的消化，並且易致飲量過多。所以在人工營養兒的每次哺乳的時間，也須如母親的一樣，仍以十五分鐘左右為適度，不要在數分鐘內被一氣的飲盡。

哺乳終了以後，每有許多小孩未將乳瓶內的乳汁喫完的，或者是喫完了，

小孩仍有啼哭着的好似不足者。前者的原因，不外下列的四種：

(一) 小兒有營養障害，或他種疾病，在這時不宜勉強的食盡。

(二) 交換新食物時，小孩大都厭惡拒絕的，這時應漸次的增量，反復的應用，以使成其習慣。

(三) 有神經性的小孩，每有哺食怠惰，忽然要食，忽然停止的情形。這時應用種種的方法，引導其依規哺乳。

(四) 小孩食量減少的原因不明時，或有疾病的現象者，須就醫診治。哺乳以後，應令小孩安睡。如在哺乳中，因同時嚙下多量的空氣，容易發生噎氣吐乳的，可於哺乳直後，將小孩暫時豎立，稍稍地搖動其身體，那麼，胃內的空氣易於逸出了。

第七節 哺乳兒的消化力

哺乳兒的胃壁，已有分泌鹽酸的能力。所以當乳汁自腔經食道達於胃部後，就因凝乳醱酵而凝乳了。凝乳以後所析出的乳清，則迅速地輸入於腸內。它的凝塊，則由胃液徐徐的液化後，逐漸的輸入於腸中；不過乳汁凝塊的胃內消化，人乳和牛乳稍有不同的。牛乳的凝塊，是粗而堅實的；在人乳，則很細軟。所以牛乳在胃內的消化較難，消化的時間也較長，約須三——至五小時。人乳的消化時間，祇要二三小時已足。又，食物自胃入腸後，再由腸內的消化液，如胰液膽汁，腸液等繼續的消化着。而在乳兒，則除這種消化液外，其存在腸內的細菌，也為消化上的重要分子了。在健康乳兒的腸管，他的小腸內容，含菌很是稀少，直至小腸的下端，細菌始漸漸的增加。到了大腸後，差不多已經很是發育了。

腸細菌的作用，是能使腸內容的分解。它的分解法不外：(一)為穀粉糖類等含有水炭素的分解，就所謂醱酵者是。(二)是蛋白質的分解，就所謂腐敗者是。醱酵的結果，能夠發生酸性物質。所以在醱酵很顯明時的大便，多呈酸性反

應的。否則，腐敗機轉旺盛時的大便，則呈中性或鹽基性的反應。在普通母乳兒的腸內容裏，醱酵很多，故糞便也多量酸性的。人工營養兒的腸內容，醱酵作用較弱，故其糞便的酸性反應也不明顯，甚且祇呈中性或鹽基性反應的。

母乳兒（特母乳兒）的小便，多是澄清而無臭氣。若小孩的襁褓尿臭很著明時，這完全是看護不周，襁褓不被時時交換，排尿分解所致的緣故。應該加以更改！

母乳兒的大便的次數，以及性狀的觀察，關係於小孩的發育很大。在健康母乳兒的大便，多是金黃色的軟膏樣，略帶酸氣，人工乳兒的大便較硬，色也較淡，它的酸性反應，也不明著，或直中性的，大便每日一二次。如小孩患着病時，可使大便的次數增加，便性稀薄不平等，或帶綠色，或含黏液。

不過應絕對注意的，是母乳兒的大便，每在正常發育之中，時要變性，如色綠，分散，內含白色的小塊，有時且混有黏液的。所以在母乳兒一時性的大便變

常，不可即指爲消化起障礙，必須同時觀察身體有無他症，以爲定奪。否則，在人
工營養兒，遇有大便變性時，概是病的現象，應當嚴重的看待他的。

第八節 乳兒營養的成績

我們都是明瞭的，營養乳兒的目的，是使乳兒健常的發育，無疾病的現象，
身長體重等的增長，都須和年齡相當；並且，要對於外來的刺激，具有強大的抵
抗力的。

要判斷小孩發育的良好與否，不要僅依體重爲標準。在許多母親中，每有
以小兒的肥胖，即指爲滿足，而不顧其他的身體狀況的，實是一種很大的謬誤。
因爲同年齡同體重的小孩，其健康狀態不必要相同的。往往甲兒緊實有力活
潑；乙兒則疲乏弛緩，精神不振，而其體重則仍相同的。又甲兒不易感冒，食物稍
差也不會起什麼障害，毫無發疹，淋巴腺，腫脹等情事的；而乙兒則對於各種的

外感容易引起病變，並且治愈也很緩慢，其體重兩者又相同的。再甲兒骨骼粗厚，肌肉強固，皮下脂肪組織緊實；而在乙兒則肌肉纖弱，骨骼細薄，皮下脂肪組織又富有水分而呈着海綿狀，可是兩方的體重也是一樣的。我們由上面看到這種緣因，就可以知道欲得健全發育的小孩，不能專指體重為正常的標準，必須連帶的注意其身體狀況有無薄弱的異態為一定的標準和成績。

第九節 營養法中的惡習

在母乳營養的時候，每每可以見到種種的不清潔。例如母親每用唾液塗抹着乳頭後，送入小孩的口內；或是母親將食物咀嚼後，餵飼小兒等。如這樣的餵飼，不但不潔，而且易傳疾病。

又如哺乳的次數，任意增加，並且每多不規的哺乳。平常不問其小孩的啼哭原因，祇要與以母乳，以為己身的責任已盡。像這樣的方法，當然是要營養過

度；在過敏的小孩，容易發生嘔吐下瀉，以及全身不安等的病象；在母親方面呢，也是終日的忙於哺乳，得不到休息的時間來並顧家務，并且，乳頭也易受傷。夜間的哺乳，也是常有的習慣。在最初的時候，僅以小孩的啼哭，藉哺乳以止哭，次數不及一二次，倒也不關緊要的；殊不知一經試用，成了習慣，就難更改了。所以欲使小孩的夜間停止哺乳，或是少數的哺乳，應當在最初時，即行糾正。

在我國施行人工營養的，到了現在尚不能多見；即使偶一試用，也是不能完全合理的。或者是牛乳性質的不良，或是配合方法的不當，或是飲用量的過多過少，或是哺乳時間間隔的過短過長，種種的弊端，屈指難計。所以如施行人工營養的父母，應該絕端的注意糾正纔是。

又在鄉野之區，因交通的不便，知識的淺陋；多是用着米粉，麥粉糊，而來餵飼乳兒的。在這種的小孩，或是迅速的發生了障害，或暫時的稍見身體肥滿，不久仍歸消損的。所以也須絕對的禁止。

近來交通便利的城市，又盛行着一種代乳粉，或是其他罐頭乳汁的應用了。報章傳單，竭力宣傳。用戶每惑於聽聞，或因一時的便利往往樂於購用。因而危及小兒生命的，在所多有。例如日本的煉乳，含糖竟至百分之五十以上，絕非小兒所可應用。其他不加糖的濃縮乳汁，也都用着高熱滅菌，乳汁變性的破壞。故久用之後，小孩易發一種壞血症。就是自命為最適當的各種代乳粉，除價值昂貴外，也無特異的優點可言。所以在不得已時，代乳粉尚可暫時的應用，罐頭乳則絕對的不宜。

自知求食的乳兒，在母親往往不加檢束，隨小孩的要求，每投以難消化的食品，以致續發胃腸的障害。這是為普通所常見者。要知一歲以內的小孩，祇能限於流動性的食品，對於一切的硬固食物，肉類等，都是不適用的。粉食也不要使乳兒的多吃。

第五章 乳兒健康的表徵

第一節 概說

小兒的健康與否，祇要一觀他的外表就可明瞭。如小兒的顏面肢體的肥滿，皮膚滑澤而無瑕，肌肉的緊張，面色的鮮明，目光的活潑，都是健康的明證。健康的小兒，每於生後的二月間，食後即行安睡，至第二次哺乳的時間，自會高聲啼哭的求食，他的睡眠，很是安穩，食慾和消化極有規則，每日大小便約十數次。他的腹部是稍膨隆，不過並不膨大過甚的，也不弛緩的凹陷。當他醒來的時候，精神爽快，手足活動，現出一種極可愛的天真。

營養的狀況如何，由其大便的排泄如何，也可知其一切的。在乳兒每日必須大便一次到三次，排便的次數，常隨其月數的增加而減少的。乳兒排便的次

數所以較多於年長的小兒者，實有許多的原因：（一）乳兒的營養物本是流動性，在消化既易，輸送也便。（二）腹部的運動，因就食的次數較多，易於興奮。（三）食物的營養價值很高，無須長久的停留於腹部。（四）肛門的閉鎖力尚弱，不能擔負多量的大便。

關於小孩的發育上，尚須注意囟門的化骨以及牙齒的發生。囟門的因化骨而縮小。始於生後的六月。至八月到十五月之間，差不多已經完全閉鎖了。

當小孩出生的月數既久，發育也快，牙齒也陸續的生出來了，那麼在可能的範圍，已可予以斷乳了。

第二節 生齒的徵狀

第一個小兒的出牙，母親常要覺得可怕，誠然，在出牙的急性期確是有多少紛擾的。但這困難並不在於生牙時所起的發育上的變化，和因嬰兒的生活

狀況是處於平衡不穩定的狀態而來，只是在嬰兒期中，因脊髓比腦更容易受到影響，所以稍微受一點刺激，便會起氫擊的。幸而嬰兒的氫擊並不像在後期兒童或成年人的利害。染急性傳染病時，在成人只發生寒悚，在嬰兒便要氫擊了。

我們必須知道，第一次的牙齒，所謂乳牙的，當嬰兒生下來的時候早已在牙床骨上發育，舊觀念以為嬰兒到那不安寧的時期纔生牙齒的，這是完全少根據的。不過嬰兒初生的時候，牙肉堅硬，非到後來，牙齒看不出來罷了。

當牙齒長大起來，頂住牙床的組織的時候，在前面的組織遂被牙齒吸收。這過程是很不爽快的，這時牙肉腫脹，發熱，變軟，吸乳也無滋味，睡時也不能熟眠，並且困倦。身體遂微微發熱，食慾減退。這時應當任嬰兒自由飲水，如果便秘，水中可和入格里西林少許。出牙的急性期中，常常要引起便秘的。必須小心注意，因為受乾硬的糞便的刺激外，再加上從腸裏吸收來的毒質滲入血內，小孩

遂更其不快。食物中加點橘汁或麥液每每有效。如果夜間不曾服瀉藥，早上可服一中調羹的養化鎂液，大便自然下來。如果停積是在腸的下部，則只要肛門中放入可可白答油坐藥，或注入一大調羹的橄欖油或葦麻油就好了。

在健康強壯的小孩，在生牙齒時，並無何等障礙。也有因齒牙的刺激齒齦，致牙牀鬱血，唾液增多的一齒的茁出，於不知不覺之間忽然發現的，殊不多見。往往先數日間，先見流涎，或兩腮發赤，小孩因之不快，常有插其指頭於口內，間或全身全身興奮不安，睡眠不良，食慾減退的。但有在頰部或他處發生紅疹，面部或他部發生水泡，膿泡，和厚皮狀的皮疹的。並有鼻腔咽喉間或發輕度的炎症，伴以咳嗽的。在頸部常因此而有癰巴腺腫脹，消化器則少有起消化障礙的。

生齒的次序：在第七八月間，下頷的中央有二個門齒出現着；此後上頷的中央，又有二門齒的出現，直到一歲之終，上下八個門牙已經齊出。到了十五月至十八月間，又發生四個第一小白齒。自此三五月後，於二十至二十四月，始生

四個犬齒，直至二十八乃至三十四月，又生四個第二小白齒。至此，所謂二十個的乳齒已經可以齊全了。

乳齒和永久齒有顯著的區別：乳齒細而嫩，咀嚼面小，色則較白。乳齒至七歲以後，換為永久齒。換齒的次序，也好像生齒的一樣。又於四年中發生第一大白齒，十二年中發生四個第二大白齒。至四個最後的牙齒，所謂智齒的，則往往在二十歲以後始見發生的。

乳齒中極易發生細菌，尤以在白齒的表面為然。這種細菌都因唾液的培養，而會繁殖。細菌自相分解，產生酸類。齒質又因酸類的作用，漸至頹敗毀損。如細菌侵入深部，則下達於永久齒，就為將來的虫牙之原基。欲防細菌的發生和繁殖，必須使齒牙的清潔。大概三歲以上的小孩，即可日日用小刷牙了。其初僅蘸以熱水，隨後逐漸的改用牙粉。食物中每以粘膠的糖類，為最有害的齒牙，因長久粘着於齒牙，易因分解致為細菌的培養基。口腔在日間有自然的消毒

作用，而入夜則作用停止，所以在臨睡前，尤其不要給以糖食。最好在一年二次的，就牙醫檢查其有無齒病。

第三節 斷乳的必要

俗語說：「懷胎九月，哺乳九月。」我們已經知道九個月的懷胎，是確實的事；那麼九個月的哺乳，當然也要有相信的可能。如在九個月以前的斷乳，小孩的精力，似乎有不足的弊病，不過逾九個月者，小孩也是柔弱而少血色的。所以斷乳的時期，最好是扣足九個月（患病的例外）。

(一) 斷乳的性 斷乳的性，全視母子的體質而定。曾在上面說過，大約以第九月為正規的斷乳期。如母親的身體很是柔弱，則雖哺乳六個月也好了。若小孩是多病柔弱的，則可哺至十月；若母子雙方很是健全，仍就是繼續的哺乳，非但無益，且有大害，尤易有損於母體而容易患病。小孩過九個月而仍哺乳

的，常起貧血，柔弱無力；在母體則多起精神病，子宮病等。再小孩哺乳期過久的，多起彎膝彎腿，屈踝，雞胸等病。這是日後的佝僂病的起點。佝僂病爲小兒最普通的病，不可不注意的。

(二) 斷乳時的步驟 斷乳不是偶然性急的事，應該假以相當的時日。起初是每日減少哺乳的次數，而給以其他的代替食物，直至逐漸的完全改食他物爲止。這是最妙的方法，如斷乳過急，則小孩易患胃腸病，又有一個方法，是乳汁乾涸法。可以大手帕纏包着乳房，結其兩端於肩部。一二日後乳量減少。如仍不止，可用兩方塊的倍拉敦那硬膏，大如帽頂，中剪一孔，使乳頭穿入，兩乳房各貼一塊。

既經斷乳後，乳房不可使其下垂着，下垂則乳汁仍是要分泌的；如胸間覺着膨脹不適，須暫時的忍耐着，此後自能逐漸的輕減的，最後直至乳液乾涸了。以上的方法，大約在五、六日後，即可無乳，如一二日後膨脹不舒的，則硬膏宜揭

去。每隔四小時以橄欖油和花露水輕擦着，另外用手托着乳部。乳母如能依法的施行，當然可免無數的痛苦。在斷乳時，母親應該禁飲節食，有時並可服和平性的瀉藥以減少乳汁，晨間再服瀉鹽，參以溫水半杯，這樣的服二三次，很是有效的。

(三) 必須斷乳的徵狀 在乳母不能再繼續的哺兒時，其徵狀大概是：耳鳴，目眩，眼痛，神精過敏，臟躁症，寒戰，昏暈，食慾喪失，心悸，消化不良，大便秘結，胃灼熱，左肋痛，腰酸，面色蒼白，氣促，足腫等。不過哺乳時，不必要有上述的多數症狀發現時，才開始斷乳的；祇要有二三的發現，即可詢問了醫師就可斷乳了。如不留意着上述的諸徵狀時，那麼，在母子兩方，都要得到危險的結果。此外如乳部發生有障害的病症時，也得即日斷乳的。

第六章 小兒的看護

第一節 居室的注意

小孩的居室的講究，在小康階級當然沒有什麼困難：一間寬暢；安適，朝南或是朝西，又有一二個窗門的房子是容易得到的。牆壁須作淡紅或淡綠色，天花板須用紙裱糊，地板必須是密合的，如有隙縫，應當填好。上面舖科克地氈，但顏色勿要太黑。絨氈也是需要的，其中一塊方而大者，可以供小孩在上面坐和玩耍。如果能夠，室內須用電燈。電燈不特比煤氣燈清潔而且少熱，并且少危險，因他不會像煤氣的逸出，少有發大的危險。但必須注意，電線每年必須檢查兩次，因它很容易濕爛，外面包的一層東西也許要剝落，這是要引起火險的。

居室的器具必須非常的簡單。可置堅固的桌子一頂，又須置給看護者和

小孩坐的椅子，看護人自己用的椅子約兩三把，小孩須各有自己專用的椅子。坐板須低，使小孩的兩足可以踏地，並且須有安適的靠背。低矮和小椅子相適合的桌子，是小孩很歡喜的，但這只有在較大的居室中纔能置備。高不過三尺，二隔板，平頂，有緊湊的門和適當的分隔的碗櫃是很得用的。一部分可貯藏布帛，又一部分藏小孩的器皿什物，又一部分再分作幾小格，每一格給一個小孩藏他的書本和玩具。火爐須火的燒燃不會太猛，爐心敷磚的。外圍須用鉄絲的高欄，網眼不宜太大，以能夠阻隔小孩的衣服和手的伸入爲度。壁上一點不掛圖畫，也不相宜，可選名畫的在孩兒有智慧上的興趣的弦掛。火爐的橫檻上，可掛取材於新舊約的故事的畫片。

夜間的居室也應寬大通氣，和日間的相同，陳設也務求簡潔。房內置的是眠床，看護者的洗手台，鏡台。嵌在壁內的壁櫥，比大衣箱或衣櫥合用。一兩個給小孩用的洗面台也是需要的。如果能夠，更須預備一間隔離的浴室給小孩洗

浴。洗槽不必用板壁圍住，因其間空隙處的塵土是不容易弄去的。洗室中須有掛衣服的鈎，又櫃或架，以置氈子之屬。洗室的一角置一專供小孩用的洗槽，槽的磁質部分座入木框中，高低也須適度。這洗槽可以直用到嬰兒後期。

第二節 衣服的注意事项

衣服的目的，是在保護人的體溫而不使散放着的。所以在冬季須用不易傳熱的物質，如法蘭絨等柔軟的毛織物，最是適宜，其次是棉布的棉衣。在夏季衣服的目的，不重在保護體溫，而重在能吸收汗液，須用棉織或麻織（夏布）的物質。如絲織物在冬季既不能保護體溫，夏季又不能吸收汗液，除了美觀外，衛生上很不適用。

小孩的衣服，務宜寬大舒適，決不要緊縛他的身體，以阻其發育。如衣服緊小，在換衣時，時間需久，易受感冒，且有折斷手足的危險，緊縛身體的帶或是鈕，

也不要，不但皮膚易受壓傷，且要妨礙其血液的流通，容易要發生種種的疾病。如緊縛其肺部，每致呼吸不暢，爲害很大，製備小孩的衣服的材料，質地務須柔軟，粗硬的容易擦傷皮膚，切不要用。色澤在襪衣必須白的，稍有污穢即可看見。否則，改用淡色。他如深色和污染皮膚的顏色，無論內外衣，都不宜用。小兒衣服，都宜以適宜如度，過薄固然是不好，過厚也屬不宜。常人每以爲小孩的皮膚薄弱，容易受到感冒，往往着以過厚的衣服。實行小孩的感冒，由衣服過厚而來的，較由於衣服過薄的反爲多。這是因爲衣服過厚，發汗必多，這多量的汗，當蒸發時，從皮膚奪取多量的熱度（物理學上叫做蒸發熱），以致皮膚頓覺寒冷，而受感冒了。並且，發汗如過多的，他的身體自會漸漸的虛弱起來，所以衣服過厚之害，甚於過薄。我們祇要看着貧民階級的小孩，每有終年裸體，而身體仍很強健的，這是已成了習慣，他的皮膚抵抗力增強，所以終年無感冒之患了。在中等社會的小孩，萬萬不能與之比。可知苟能鍛鍊皮膚，那麼，抵抗力自能增強，

不但能免感冒，且有預防各種疾病的效果。不過，鍛鍊之法，須由漸而來；若進行急速，反受其害。

小孩在居室的時候，除了冬季以外，可以無須戴帽。因頭部已有頭髮保護着，若再與以戴帽，則未免太溫暖了，易致腦中多血，發生頭痛，頭暈等症，且於智識的發達，也有妨礙。所以西洋各國的男子，在室中時，無論是冬夏，概不戴帽的。如女子的帽子，不過是一種裝飾品，並不過暖。但在新生兒的第一年冬季，因頭髮尚未濃生，應有戴帽的必要，直至第二年的冬季，如在居室時，已可不戴帽子了。

小孩冬季的帽子，應用毛絨的編織。冬季的帽子，則目的在防日光的照射，應用輕質的草帽，都不要多用金銀等的裝飾品，以致重量增加，小孩在夏季外出時，除戴草帽外，還要遮以陽傘。小兒的衣帽，都須用新製的，若不得已而用舊物，必須預先煮過以消毒（就是殺滅附著的微生物），草帽可多晒以日光，因日

光也大有殺滅微生物的效力。

第三節 睡眠的注意

睡眠是小孩發育上所必要的一項，我們未可輕忽的。大凡在健康的小孩，他的睡眠，每是酣睡着的，如睡眠不安，多是消化不良的緣故。在無病的小孩，每於初生的數日內，除掉哺乳的時間外，差不多都是睡眠終日的。小孩生出一月後，每日約睡二十二小時，自二月至三月，每日睡眠的時間，已經減少了小半。至六月以後，除哺乳以外，須由晚上六時睡至翌晨的六時，除哺乳外不要驚醒他，此外每日上午應睡二小時，下午二小時，總計一晝夜須睡十六小時。然在下午睡眠，最好是在三點鐘以前。由晚六時至早六時共十二小時的睡眠，非至六歲不能減少的。至於日間睡眠的時間，不妨逐漸的減少，在一歲內的，上午可減一小時，下午仍須二小時。一歲半至二歲的，上午可以不必睡眠了，下午至少須睡

一小時，或一小時半之久。直至六歲始可停止。如小孩身體孱弱的，則可延長至六歲以後。

小孩的睡眠，完全是一種習慣，如能管理得法，且飲食有定時，決無睡眠不酣，或睡後不安的情形。倘睡時紊亂，或是不安定，這是一種惡習，原因或在食品的不良，消化的不良，或是雖有疾病的緣故。又有一般小孩每有日眠夜醒的，這是對於父母和小孩方面，都有弊害的，像這種的惡習，必須糾正除去，方法是在日間與之遊戲，須在光明的居室，如是日間多勞動，晚間自然會感着疲倦而安眠了。如身體孱弱，或是血氣虛薄的小孩，應使他多睡，因小孩在醒覺後，每多嬉戲勞動，勞動一多，則消化量也因之而大。這種能力來自食品，孱弱的小孩，消化往往不良，所吸的滋養分也有限，於是供不應求，如使之多睡，則得多靜，靜時一多，那麼，所需的能力，也可減少了，所以在孱弱的小孩，應令其多睡，則容易恢復強壯。

至於床上的被褥，須輕而軟的，重則小孩呼吸不舒。褥單，被單，被面，和枕衣，都應用白色的，容易使保護者的看到污穢而更換。小床的被褥，須厚薄適宜，在冬季很冷的時候，更須用湯婆子於被中以暖之。哺乳兒常要吐乳，應令其側睡，因為側臥，乳汁可以容易流出於口外，不致誤入氣管，不過須時時變更其臥位，否則，他的頭部自會漸成不正形的，這是不可不注意的，又，小孩的枕，質料也須柔軟，不可過高，夏季當備蚊帳，以防蚊蠅的騷擾。

第四節 皮膚的保護

皮膚是人體中重要的排泄器官。如溫熱，汗汁，皮脂等，都可由此排出的；惟其排泄的機能，僅在清潔健全的皮膚，得以正常的工作。若皮膚的污垢損壞，則孔竅閉塞，排泄障害，都非衛生之道。茲將皮膚的保護法摘述如下：

(一) 每天的沐浴 小兒在臍創治愈後，即令每日溫浴一次。因沐浴一

事，不但可以清潔皮膚，且可以補益於全身。沐浴的時間，在幼稚的乳兒，可於上午第二次哺乳之前行之。在較長的乳兒，則因日間下牀游玩，身體易於穢污，可在晚間行之。在冬季因沐浴後，小兒外出，容易受着感冒，也以晚間爲妥。沐浴時的準備，可和初生兒的沐浴同法。浴水的溫度，在健壯的小孩，可用攝氏三十五度就好。（軟弱的小孩可較高。）浴時將小兒的全身迅速地塗以胰皂，而後用水洗滌着。若小孩身體清潔的，可不必每次都用胰皂塗擦。被髮的頭蓋部，也當同時洗滌，以防頭部脂痂的堆積。又小兒沐浴所用的浴盆，切勿他用。或給別人的沐浴，以防病菌的傳染。

顏面不要用浴水洗滌，應該另盛與室溫（攝氏二十度）相當的水，用煮沸後的臉布或棉花輕拭着。至於耳鼻口的諸腔，切勿洗滌或塗擦，尤其不要用堅利的器械，或是棉塞洗刷耳鼻腔。至於擦鼻涕的巾布，應清潔柔軟，切勿另取母親自用的，爲小孩擦涕之用。小孩的皮膚，柔脆易傷，應當小心地輕拭着。上下肢

和頸部皺裂之處，常多污垢。所以當每次沐浴時，勿要忘記洗滌。不過女孩的陰唇間，則不必揩拭的。因為這種無益的動作，每每可於神經質的小兒，誘發莫須有的快感，成爲手淫的誘因。沐浴的時間，不得超過三分鐘。如過於長久，易使小孩的疲倦。當沐浴的時候，室內應預將窗戶緊閉，以防感冒。沐浴完後，迅速地將小孩抱出，包以溫暖的浴布而乾拭着，乾拭穿衣之後，并須剪除小孩的指甲，所用的肥皂，以富有脂肪，純中性反應，不含遭達，不加香料的爲最宜。不過使用肥皂，祇可限於每日沐浴之用，不要隨便的濫用，免傷小孩的皮膚。

(二) 換衣和撲粉 當小兒排尿之後，應當在他的臀部用襟布的輕擦部分吸乾，除去溼布，換以乾布。如排泄糞便後，則用室溫水洗過，乾拭，敷用撲粉，交換尿布，就是手續完了。若過於勤謹，在每次大便以後，都是將局部塗用胰皂洗滌，或每次小便以後，用水洗滌，則陰部反因多受刺激而易起紅腫。在女孩的臀部，應該自前面向後方的擦拭，以防陰部黏膜的刺激，和腸內細菌的逸入尿

道膀胱，而發生了膀胱炎。

小孩襁褓的更換，不要過於頻數。有每隔短時間，例如半小時，將小孩自溫暖的臥狀抱出，以裸露其身體者，反使小孩的感受不快，而不合於衛生。好在大小便究非毒物可比，暫時的放置，決無妨礙的。所以如臀部沒有紅腫時，最好是在每次哺乳以前，更換一次。其他祇要看有小孩的異常的不安，並且可以證明這不安的原因，確是由尿布的汗溼而起的，那麼，方可與以更換。撲粉祇宜薄薄的敷用，不要過多的濫用。過多則粉容易團結着成塊，而會留存於皮膚皺襞中，以刺戟皮膚的，又在女孩，切勿將粉撲入陰部內。所貯的粉盒或用玻璃製的，或用金屬製的，而具有篩形穿空的蓋者為最適當。

汗溼的衣布換出後，應該即時洗滌平熨。并須在再用之前，就要完全乾燥的。若尿布未經洗滌，即行再用，或僅置於火爐上烘乾馬上再用的，每使小孩室內空氣汗濁的不快，并且是引起皮膚病的原因，自應絕對的禁止。

第五節 起抱和外出的注意

小孩產出後，在最初的二星期中，應當令其長日的安臥於小床中，不要隨便的起抱。在哺乳的時候，當然是要抱至母傍，哺乳完了，即須抱回小床。母親在這二星期內，也不要起坐，應該臥着的哺乳，直至二星期以後，方可輕輕地的抱起，以圍裙從後面包着，稍稍的可以出室外無風的地方了。但在抱時，須以手自後支其頭部，決不可令小孩的頸力自支着。稍停片刻，仍須小心的抱回安睡。滿了一月以後，起抱的時間，已可漸漸的增長。滿三四月以後，可載之在不搖動的車上，推行於住宅的近傍，或是空氣清潔道途平坦之處了。

負着小孩於背上，容易壓迫其胸部，每致呼吸的不舒，弊害很大。這種陋俗，務宜革除，在力未強大的幼年人的擁抱小孩，容易跌到，危險也大。起抱小孩，不可過於搖動他的身體，否則每易吐乳，所以小孩不宜乘長途的舟車。

小孩的外出，必須選擇天氣晴暖，無烈風的時候。如嚴寒盛暑或風霜雨雪的時候，都不宜於外出，在夜間更不適用。外出的時候，衣服應稍增加，顏面不可受日光的直射，在人多嘈雜之處，都不宜令小孩的到達。

第六節 口腔的注意

初生兒的口腔，須保護其清潔。在成人的口腔，能堪器械或化學的刺激，即受太熱太冷的刺激，也不致有若何的損傷，也因為口腔黏膜的抵抗力很強，不致受細菌的侵害而致病。並且他的唾液不但有制菌的能力，也能使口腔的濕潤滑澤，以免去齒牙的損傷黏膜。在小孩則略有不同，他的黏膜是非常的嫩弱，稍有不適的器械，或化學或溫熱的刺激，就會損傷的。又初生的時候，唾液尚未分泌，他的口腔又很乾燥，舌的運動也很薄弱；又因長久的睡着，口腔也多靜止。若因乳頭，或是人工授乳器和指頭等接觸細菌於口腔，則細菌就逗留而繁

殖了。像這種細菌的侵入，雖是不必是有毒性的，但是也是致病之由，鵝口瘡的細菌，每喜寄生於小孩的口腔。若有這種細菌的寄生，在口內處處可以看到黃白色的斑點，大小不等，這就所謂鵝口瘡了。乳汁的作斑點狀附着者，常和鵝口瘡相像的；可是鵝口瘡的斑點，不能如乳斑的易於拭去。鵝口瘡多發於未有唾液的分泌，而口腔又太不潔淨的初生兒。在稍大的小孩，也因口腔的不潔致患鵝口瘡的。但至四月以後，小孩的唾液分泌增加了，舌的運動已較活潑，睡眠的時間也減少，細菌的附着和繁殖也不容易了。

如要免避鵝口瘡或是他菌的弊害，一方必須防口的損傷，一方也宜防細菌的侵入。茲述其當注意的事項於下：不要將硬物放入小孩的口腔。在人工營養時，必須將乳汁釋稀，並且不要太熱。乳母的乳頭或是假乳頭必須清潔着，又假乳頭的孔，不可作着裂隙狀。絕對禁止乳兒的手指插入於口內。每在生後常有黏液自口內流出的，並無弊害，直至小孩自能活動而哭喊時，就會消失的。倘

若我們不知原因，隨便的以手指插入而除去了，反足以損傷口黏膜，弊害很大。在食後或浴後，不要以布拭其口腔。如在食乳以後，刺激了他的口腔，還要引起嘔吐，不過在有病或身體太弱時，每有殘留乳汁於頰黏膜也有惹起腐敗的弊病，那麼，不妨以淨布覆於指頭上拭擦它，可是總屬益少害多。

第七節 行坐的注意

在七八星期的小孩，已能於平臥時自己會抬起頭部了。如小孩於坐起時頭部尚不能自支的，須多多使其平臥。至於他的上身和頭部如能自行用力，或自能起牀的傾向時，可輕輕扶之令其坐地，這時的頭部已無須代為支扶了。但是這種現象，於四月以前的小孩，尚不多見。每在小孩坐起時，可暫時放手，以增其自動能力，不過如在初起時，不要多試。又當坐地的時候，可脫去了衣服，令其裸體運動於軟褥中，每日約一二次，每次五分至五十分鐘。這是因為運動而生

熱，決不致有感冒之虞的。

幼弱的小孩，不要勉強令他步行或是站立。當他能兩手扶着牀椅等而站立時，須防其跌倒或足部的扭轉。至其下肢能支持身體的重量時，方可無須代為擔憂了。因為這時他的骨質和肌肉已富有一種彈力性，不容易再會傾倒或撓屈了。在這時如因跌倒而號哭，也須是受驚的緣故，如我們看他無關緊要，可以不必鍾愛太甚，急急地懷抱着而安慰他，祇要以言語或動作引開其注意就夠了。

站立和步行，須俟天然的動機，不要勉強的嘗試。在健康的小孩，大概九月至十二月之間，已經開始了，在第二年的起首，即可自由的步行。健康小孩的學習坐立和步行的遲早，多因遺傳體質有關，但肌肉常因動作而強壯，體力常因練習而進步，所以善於扶持小孩的，則小孩的坐立和行走，也必較早的。

第八節 種牛痘

反對種牛痘的人，必須思想，如果生二或三粒的膿泡，便覺可怕，那麼要生二百或三百粒的天花，并且有許多是生在面上或眼上的，更是可怕了。我們必須知道，天花是要猛烈地傳染的，人與人能直接傳染，從空氣，蠅，塵土也能從病者傳到健康的人。天花既發生，我們現在還不知道有什麼方法可以促他好的快點，只有重復的種牛痘是差不多可以防止的，所以為小孩和社會的利益，凡小孩生後幾個月必須引種。照美國法律，小孩生後六個月內必須種牛痘，除非有醫生證明因健康上的關係，這時不適宜引種，但這證明書只有兩個月有效，如果再延期，須再得醫生的證明。做父母的為謹慎起見而反對牛痘，全因為他們相應種牛痘是於小孩會得發生危險的，應從行政官處得到許可免種；但是只要將牛痘和天花一比較利害關係，他們為什麼要反對，實在使人難解。

發生這種錯誤的意見的根據有好有壞。有些人反對牛痘的理由是因為相信從牛痘漿能傳染梅毒或肺癆等重症的。又有些人因見了幾個人種牛痘之後，手臂腐爛，或者甚至生病。現在對於第一種意見的解答是：近來種牛痘所用的痘漿盡是從牛取來，牛是不傳染梅毒的；又從牛取來的漿不混一點血液在內，所以那純粹的痘漿內，除去所需要的痘苗外，並不能傳遞疾病。對於第二問題的回答是：如果種痘時先將種處洗拭得十分乾淨，種後即罩上牛痘罩或別種適宜的保護物，以防避摩擦和從衣服、灰塵、虫豸偶然帶來的汗物，那麼腫爛的事情就沒有了。只是施種牛痘的人也須一樣仔細。裝痘苗的管子必須到臨時折斷，用的針或小刀須在酒精燈的火燄上灼過兩三次以消毒。這是無疑的，反對種牛痘的起因，常由於因拿手臂上收來的痘漿種到別人去，和施種的人及父母對於小孩欠清潔，以致發生疾病。但這種過失都是容易改正的，如果不給小孩種牛痘，却足以造成民族上的危害呢。

牛痘應當種在左手的上臂。有些愚蠢的人都喜歡種在腿上，在無知的小孩，腿上比上臂更容易染着引起腐爛的物質，並且在已能行走的小孩，種後第七、八、九日間要保兩腿的安靜也很困難。這時已經生漿，而四週正紅腫發炎的時候，摩擦大不相宜。

小孩種牛痘後的管理法極簡單，種後的四五天可以不必注意，第五六天種處纔有如珠子般的小胞起來。這小胞不久便很快的大起來，接着四週發生紅暈，到第八、九天，小胞張滿，微作黃色，週圍的紅腫也增加了。這時小孩會得略發熱。不安靜，便秘或食慾不振。以上各種不快在第九、十、十一這幾天最甚；隨後膿胞破裂，蜜狀的漿液流出；發炎便驟然減退，瘡胞即變成棕色，終成灰黑，小孩這時各種擾亂都除去，根盤也收小，約到三星期末，痂便脫落。只留一盤痕在肘上，直徑大約三分之一吋或半吋，或者更大一點。在種牛痘的時候，小孩的手臂必須保護，免受損傷和汗物。食物應當比平時稀薄點。水和大麥水可盡量給

他飲，腸腑必須注意，如小孩發熱，不安，可服草麻油一次，再繼續服養化鎂液二次或三次。種牛痘後，不快是總有一點，但和天花的危險和不幸比較起來，竟沒有什麼一回事了。必須知道，牛痘種後抵抗量強的時期約在種後的七年間，隨後能力漸漸減退，所以在青機發動期以前須再種，又到青年期後也須再種。

第九節 乳兒的教育

小孩的教育，應當自幼開始，不要必俟其長而後教之。像在哺乳期中，就可教以守秩序，知清潔，能服從等。至於教育的成績，一方固然和教導者的靈智，和方法有關，他方也須視小孩的秉性而異的。

秩序的訓練，在產後數日，便須開始。例如：每次的食事，必守時刻，不要因小孩的啼哭而加改變。如能這樣的行使，小孩即可養成有規則的哺乳。他如睡眠

時間，更衣沐浴，以及其他的看護事項，也須一一的整然有序。如能久長的訓練，不但有益於小孩的身體精神，就是在母親工作上，也有莫大的便利。

清潔的教訓，在產後的第五月初，已可開始了。先於每次小孩睡醒後，——即哺乳以前。——迅速地抱至便桶之上，令其排尿。在幼稚的乳兒，可置尿盆於牀上，手提小孩而令其放尿的。在較長的小孩，則可置尿盆於鋪有地氈的地上。在排尿的時候，可將窗戶關閉，以防感冒。一方在尿盆內預注熱水，以使尿盆的溫暖。因為溫暖能催進排尿，寒冷能抑制排尿的緣故。又排尿時，切勿與小孩以玩具，以防他的注意力轉向別方。排糞也應早期學得，能知在便桶內排泄，且須有一定的時間。

小孩的服從性，也應當自幼稚時開始的。一般的父母，每以為小孩的能知服從，必須待有理解能力後，方能學習的，所以並不加以注意，實是大誤。因為在理解力發達的小孩，同時他的意志力也漸發達着的。求東討西，一向如願的驕

子，忽然限制了他的欲望，而使之服從父母，則小孩精神上必大受打擊，以為世上何以忽有這樣不如意的事了。若至三四歲，或是長大後，開始教訓，那麼，父母的意見，易與小孩的意見發生衝突。於是心理的戰爭和事實的戰爭，時時散布於家庭之內，最後的結果，對於小孩都是有害。如父母勝，則小孩埋沒了本有的性質；兒勝，則不信任父母的主張，而永久處於無指導狀況之下了。這都是在最初時，不行教訓和指導的弊害。

如要避免上述的危險，當自最初始。凡是日常普通的事件，例如哺乳，玩樂等等，一切都須以合理為標準，而加以訓導的。勿要過於隨從，也勿要過於嚴酷。如能行之過久，能使如夢的小孩，漸漸成了習慣，以為服從父母，是件當然的事，而不會有專橫自用的野性了。此後並且有隨知識的增加，能知一身為羣衆的一分子，而無『有己無人』的觀念。對於家庭邦國，都知有應盡的義務了。

第十節 玩具的注意

小孩滿了半歲以後，就能歡喜玩具了。玩具雖是小事，可是和小孩的律性和知識，都是有密切的關係的，這是不可不注意及之。(一)玩具不宜過小，因小孩每要將玩具放入於口中，小則易於嚥下。(二)玩具的質地，不要過硬，因小孩至生齒時期，往往將玩具會吞入口內而嚼着的，硬則齒和齒齦易受損傷。(三)玩具如着色的，不要有脫下性的，因顏色多有毒性，恐小孩的嚥下。(四)玻璃和磁製的玩具，每易破碎，並且又有割傷皮膚之慮，切不要給小孩玩耍。(五)銅有毒性，所以銅質的玩具和銅元等，切不要給小孩。(六)玩具必須擇易清潔的。時時用開水洗之，以除去附着的污穢和微生物。(七)我們在幼時印入腦中的物像，往往是及長不忘的。所以玩具的形像，實為小孩教育的基礎。必須選擇小孩的知識上有關係的，切切不要給以迷信的玩具，以致養成種種的迷信。

第七章 小孩的疾病

第一節 營養的障礙

(一) 嘔吐 小孩生後一二的嘔吐，似因細菌的初入胃內而發，並非是營養障礙，詳細已如上述。多數的乳兒，每於哺乳後即嘔吐的，或是祇有小量的乳汁得徐徐口角流出，似從胃內溢出的，或在噎氣，輾轉，提抱時，忽然的由口內噴出的。如這種的嘔吐若因給食過多而起的，必須將每次的乳量減少，次數增加，間隔的時有一定，每在小孩噎氣和胃內充滿時使他安睡，有即可達到治療之目的，不過大多數是仍無濟於事的。可是並不因消化障礙而起的嘔吐，雖然時要發作，而對於他的身體的發育是無影響的，過六個月後，自會痊愈的。如上所述的嘔吐，雖說無甚害處，但不加以調養，那麼，他的自動保衛力必將減退，

胃內容物的積滯太久，必至引起病的嘔吐。每有在哺乳後的長時間後，吐出含有胃液和粘液的凝固乳汁，小孩因之食慾減退，身體逐漸衰弱了。除了這種嘔外，尚有發生其他消化不良的症候，如便色變常，下痢，便秘，多屁等。

對於乳兒的嘔吐，須注意改良營養法以治療之，他方面又要勿使其過飽的餵飼。否則，祇有就醫診治了。

(二) 便秘 一般的母親，以為健康的乳兒，每日至少必有大便一次的。否則，即當給以瀉藥而使之充分的排便了。這實在是另一個原因。在發育佳良的母乳兒，每有因其所飲用的母乳，充分的吸收，至隔二三日，方能排便一次的。并且是毫無障害的；所排出之便，又是正常的粥樣。如這樣的小孩，漸次的長大起來，直至食附食菓菜和五穀時，就會每日排便一次了。所以在母乳兒而僅是排便的次數減少的，不必都是便秘。我們所謂便秘者，必是全身障害，便通久時不去，并且排出多量堅實塊狀的大便時，方可稱之謂便秘。

榮養不足，榮養過多，各種腸刺戟，腸弛緩狀態，都是本症的原因。治療的方法，也須視原因而不同。所以總是就醫爲妥，不應自己隨便的處置。而尤以不要隨便的服瀉藥。在醫師未診治以前，只可用少量的溫水灌腸，或用相當的坐藥。

(三) 鼓腸 腸內氣體的蓄積過多時，叫做鼓腸。臨時可用菊花茶少量的內服，或灌腸；或用甘菊花罨包：都可使鼓腸減輕的。罨包的方法是用熱水浸漬的菊花，擠水以後，包入於襪布內，放在小孩的腹上，不要過熱，上面又包以毛巾。每半小時交換一次，直到小孩安睡爲止。若無甘菊花時，可替以炒熱而包入袋內的食鹽，也能保溫較久的。

第二節 傳染病

(一) 膜毒症 膜毒症一名白喉。在從前視白喉是極可怕的病症，因它是足以致死的疾病之一。誠然在前幾年三人患這病，大約還要死一人，直到現

在，賴抗毒注射的力量，死亡數纔大減；患這病而死的不過百分之七了，在實際上，如果發生的第一天即行注射，一個也是不會死的。因此白喉的診斷非常重要了。但不幸這病初起時很難斷定，因此高價的時機往往失去。

這種病的初起時只是面色蒼白，喉嚨覺痛，此外別無引人注意之點，體溫並不怎樣升高，脈搏也不十分加快。這時候喉嚨似乎有點發紅，和有種咽喉炎衝相像特別的膜。這時還不起來。只有沿着從骨底到鎖骨的兩根大筋的腺，照例必定腫脹，又常常要惡心或嘔吐。到數小時或多至一日，白膜方纔起來了，初時作乳白色而極薄，但不能用駱駝毛刷成棉花拭去，因它是生在黏膜裏的。隨後白斑增大增厚，顏色轉黃，再後，因溢出血之故，顏色變為鈍黑灰色，或差不多成爲黑色。其膜在喉間各部都會蔓延的，白斑常生于扁桃腺和懸壅垂上面，疾病既進行，小孩遂格外蒼白而沉重。這時體溫未必那樣升高，但如果於白喉毒上再加上腐敗性傳染症時，體溫會得昇進。這樣，生命乃發生危險了。在病勢猛

惡的時候，那薄膜蔓延開去到鼻孔，喉頭，氣管等處，於是生命極其危險了。

白喉襲來的可憂慮之點有二：一種是機械的危險，因薄膜擴張到喉頭，窒息而死；又一原因是因白喉細菌分泌出來的毒質使生活力銷沉下去。這時候救治的方法是須施用氣管切開術以免窒息，治生活力銷沉則須用刺激劑和強壯劑。然而根本治法總在亟早用抗毒注射。總之，見病有白喉的嫌疑時，應用棉花向喉嚨黏膜上一蘸，將這棉花用病理學的方法查驗。診斷後，再用抗毒素治療，方有回復的希望。此外沒有別的方法可以替代，減少死亡只有抗毒注射的一法。看護的人必須知道白喉是非常容易傳染的疾病，病人和一切用物，都能很廣的傳播這病，所以必須十分注意，一切都須隔離着。

白喉治愈後，有時能遺留極惡的影響，其毒能傳達到心臟，使它長久不能恢復。新鮮的空氣滋養的食物和心臟強壯劑是實際上的治療法；最需要的，病人須靜養不動，一切疲倦和操勞的事，非到心臟回復常態之後都應禁絕。別有

些例，毒質能傷害神經系；或將眼睛的筋肉有一兩條麻痺，而使眼睛斜視，橫隔膜麻痺而死的也有，或者四肢麻痺，使病者成爲廢人，直到幾個月久。愈是能早先用抗毒性注射，病後的後發病也愈少。

(二) 氣道黏膜炎 乳兒最多見的氣道黏膜炎。多由於傳染而發生的。傳染的部位，大都是只限於鼻腔和鼻咽腔；但是也能波及到隣近黏膜（耳，眼，喉頭，氣管），甚有至於毛細氣管枝和肺臟的。其症狀的輕重，則須視病原的性質，和患者的體力而不同。如流行性感冒性黏膜炎等的症狀，較爲劇烈些；常要發高熱，頭痛，四肢病，嘔吐，下痢等的現象；可是在乳兒期，就是單純性的鼻感冒，也不可不注意的。因此不但要發生呼吸困難，而且也要起哺乳的障害。所以凡有氣道黏膜炎的患者，應當嚴禁與乳兒的接近。又小孩也不要和任何人的接觸，如已發生的，應急就醫診治。

(三) 麻疹 麻疹多發於二歲至六歲的小孩，有時成人也能傳染，患過

一次以後，大概不會再患了。它的傳染力很強，在未患過的小孩，如入麻疹病人的病室，無有能免傳染的，傳染的徑路，大概直接和病人接觸而傳染的最多，次以病人的淚涕痰血，衣服，器具，等爲媒介而傳染的。亦復由少。在本病將愈的時候，脫下的皮屑，由風吹散各處，也能傳染。

小孩傳染後，約經十日左右，就開始發現出來。症狀是，先多噴嚏，流鼻涕，完全與感冒相似。次即發生眼臉紅腫而流淚，朝氣時多眼滓，作痛。繼則咽頭也紅腫而痛，發咳嗽，呼吸不舒，鼻涕和痰，都漸增多。後即全身發熱至三十九度左右，口內即生米粒大的白斑。發熱至三四日後，熱稍低降。間隔半日或一日，再能發較前更高的熱，而全身發現紅色的細疹。先在顏面發生，次是頸胸，後及全身。這時病勢最劇，發熱至四十度左右，咳嗽不絕，口渴頭痛，往往有譫語，食慾全無，咽腔和眼臉的紅腫也增劇很痛。如此四五日後，熱漸低降，發疹也漸消退，疹子既退，體質強者，一切的症狀，都漸輕減，全身的上皮，都落下如糠屑。發疹之處，留有

褐色的斑點，這斑點約經二星期後，也可消退，於是始稱全愈。自初發至全愈，約有三星期之久。

以上所記，爲普通的經過情形，此外尚有出血性麻疹與黑色麻疹二種，症狀更是凶險。每在發病一晝夜後，往往即發痙攣或是昏睡而死的。本症的平均死亡數，大概百人之中，占二人至四人。若眼臉內面也發有疹，色又紅腫的，往往要繼續發生眼病。應該常用精製棉花（藥房中有買）浸濕藥水或清潔的冷開水，清洗眼內。本病的症狀雖輕，若併發支氣管炎或支氣管肺炎，則咳嗽如犬吠，呼吸又困難。若不及早請醫診治，切開氣管，往往食窒息而死的。在麻疹全愈以後，又往往要繼發肺癆等疾病。

一般的人，多以麻疹爲極輕的病症，不加醫治，而且又以爲麻疹爲小孩必發的病，患過一次以後，可免將來的傳染，故也不爲預防。實屬大謬！

（四）百日嗽 百日嗽在產後數星期內的小孩，即可發生。初期的症狀，

和普通的黏膜炎相同；不過這種咳嗽很是頑固，不久就要變為痙攣性咳嗽。患者每有連聲咳嗽，直到氣促臉紫，隨後繼以帶嘯聲的吸氣而終止的。咳嗽的時候，每起嘔吐或是排泄大小便，夜間尤較日間為甚。小孩愈幼，危險愈大。有因痙咳發作或衰弱，或合併症而死亡的。

(四) 猩紅熱(紅痧) 猩紅熱在三歲至六歲的小孩發生最多。成人也多患之，比較麻疹更是危險。它的傳染媒介，與麻疹一樣。患過一次後，無免疫性，下次仍能傳染。

小孩傳染猩紅熱以後，約經三日至五日即開始發病。它的症狀分為前兆、發疹、落皮等三期。前兆期不過數小時。先覺着寒冷戰慄，次發三十九度至四十二度的高熱，全身疲倦，往往嘔吐，扁桃腺紅腫，嚥下時覺着痛。次即入為發疹期。發疹更為增高，頸部和肩胛前側，先現出鮮紅色的疹子，次及顏面。惟在口脣和頤部，發疹較少而呈蒼白色。其餘都是全紅如酒醉狀，這是本症的特徵。顏面發疹

以後，經三日至五日，疹子會蔓延四肢，此時可說是極盛期。隨後熱勢漸漸的下降，而入於落皮期了。即全身的皮膚上，成爲一層的薄屑，而漸漸的剝脫，多不是一種糠屑狀，而爲極大的片狀。所脫下的皮中，每含有發生本病的微生物，很能傳染於人，須棄入石灰水中，不可亂置，免害家人或別人。

預防猩紅熱和衛生法，都是與麻疹相同的。可是本病尤較麻疹危險，所以益宜注意。本病的傳染力很強，病人應該送入醫院療治。病人的居室和衣服器具等，都須用沸煮法或是石灰水，嚴密的消毒。凡是和本症病人接近過的小孩，須經二星期不發現症狀，方可任其入校。輕症的也須靜臥四星期，以防併發腎臟炎。病人的口中，應常用藥水或食鹽嗽口。如在發熱極高時，須置冰袋的頭部，以防併發腦病。

以上所述的種種傳染病的危險，如能看護周到，在可能的範圍內，不要使乳兒與患有傳染性疾病的小兒或是大人相接觸，則傳染的機會大可減少，如

能早期治療，那麼痊愈的希望也大大增高了。

第三節 消化器的疾病

(一) 口腔炎 口腔炎為小孩的常病，雖無危險，而患着的小孩，每因哺乳困難，妨礙營養，很是不淺。大概是發生於痧子重傷風等之後的，也有因生齒，哺乳器不潔和飲食物過熱過冷而起的。患有腺病的小孩，尤易發生是症。

口腔炎的症狀，是齒齦和口內黏膜的紅腫，且有更生濃疱，而漸漸的腐爛，口中常覺發熱而痛的，在飲食時痛更增劇，食物有鹹味或酸味者為尤甚。故患着口腔炎的小孩，應該與以淡食物。本病的預防法是在哺乳前，須清潔乳母的乳嘴，或是哺乳器。哺乳以後，清潔小孩的口腔，方法可捲清潔的布於指頭，浸濕溫沸水，中加小蘇打少許更佳。清拭口內。稍長的小孩，可令其自己嗽口，本症雖無危險，可是在有妨哺乳時，也須請醫診治的，以防營養的衰弱。

(一) 鵝口瘡 哺乳兒患有消化障害，或是其他使身體抵抗力減退的疾病時，即易發生鵝口瘡菌，而起鵝口瘡。本病初起時，僅在舌上發炎，或是在頰黏膜上，形成纖細白色的斑點，狀爲蔓草。至後可漸次的發展，甚或滿布口腔黏膜上了。本病的進退，和小孩的身體抵抗力，也有密切的關係。例如：消化障害時的鵝口瘡，消化障害增重，鵝口瘡也要加劇。消化障害治愈時，鵝口瘡也就消退。所以鵝口瘡的治療，除局部處置外，更當注意小孩全身的狀況。

(二) 腮腺炎 腮腺炎俗名鰻鯉頭脹，也能傳染於人。它的症狀先有頭痛嘔氣，次則一側的耳邊，腫脹疼痛，全身發熱。一二日後，他側的耳邊，也是腫脹疼痛起來。輕的四五日可愈。生膿的很少，如已生膿，非請醫生切開，決難治愈。故發生後，必須及早醫治。否則不但不易治愈，并且愈後易留癥痕。

腮腺炎雖是極輕微之症，可是傳染力很強，生膿的更甚。所以患有此症的小孩，絕對應與健康的小孩隔離。極小的小孩，患腮腺炎的很少。患過一次後，概

可免除第二次的，不會再傳染了。本病的原因，爲有一種微生物侵入該部的腺體。最奇的，如男性患着本病時，睪丸往往會腫脹，女性患着本病時，卵巢往往會腫脹的。

(四) 疫痢 小孩如患疫痢，很是危險，其原因是微生物侵入腸內的緣故。這種微生物的類別，有的說是和成人痢疾的微生物不同的，有的說是相同的，到了現在醫學發達的時期，尙未能確斷其究竟。患本症的人，以三歲至六歲的小孩爲最多。患疫痢的症狀，輕重無一定，輕者只有腹痛泄瀉，嘔吐有時也有，的大便是有黃白色的黏液，或混血液而帶赤色的。重的須發熱至四十度以上，神識昏朦，往往不及醫治而死。

疫痢的預防法：當流行的時候，不要和有泄瀉的小孩接近。未經煮過的飲食物，都不可喫，水菓尤應暫時禁絕。此外可和預防消化障礙的方法相同。疫痢的療法：因有微生物存在小孩的腸內，所以也須用灌腸法，將腸中的微生物盡

行洗出。疫痢增劇很快，每有欲恃服藥以治愈，而藥性未到病已不及救的。

(五) 寄生虫 嬰兒期到兒童年齡，極其容易患寄生虫病。蟲有三類：蟯虫，形狀如破碎的白色棉花，用於肛門裏面或肛門口；蛔虫，形狀和蚯蚓相像；蟲，這又分三種，形狀是節節湊成，如狹帶，長的有數碼。蟯虫的治療方法是每日灌注括失亞浸液，用量在小孩爲二盎斯，青年爲四盎斯，須清晨起來，腸沒有什麼動作以前便灌注，每日不間斷的灌注三個月，如果間斷，又須從新做起。在女小孩，蟯虫的撲滅極其重要，因它能從肛門爬到腔內，遂感到不快的刺激，於是要求用手搔摩，會得引起手淫後惡疾的。

治蛔虫須用散多寧，用量二英厘到五厘，拌白糖少許，早晨空腹服下，接連三天，到第三天服後，再服瀉劑。隨後取糞少許在顯微鏡下窺驗，沒有虫卵，則已瀉盡。

蟯虫的卵侵入人體，係從吃不熟的牛肉，豬肉，和魚肉而來，服藥的前晚，病

者須少喫東西，次日早晨即服草麻油令瀉，經過兩三小時後，服一點綿馬，再過一回可以喫點流質的食品。如腸還是精不甚活動，須再服輕瀉劑一次，並且注意瀉下來的糞中的虫體。絛虫在腸內係用頭吸住腸壁的，如頭留在腸內它便很快的又生長起來。頭和頭的幾節都極狹小，辨認很是困難，所以必須將各小片擗入病理實驗室查驗。

第四節 泌尿器的疾病

(一) 腎臟炎 腎臟炎有急性和慢性二種，不過很不多見。急性腎臟炎概發在猩紅熱，膜毒症，麻疹，水痘，流行性感冒，傷寒，腮腺炎，流行性腦脊髓膜炎，丹毒，天然痘等病之後。小孩如患猩紅熱或膜毒症時，最易發生是病。患猩紅熱時，概發生於罹病後的第三星期。患膜毒症時，多發生於發病後的第四日至第八日。小孩患有溼疹，膿泡等的皮膚病或扁桃腺炎時，也往往要繼發這病的。

至於慢性腎臟炎，概由於急性腎臟炎遲延不治而成，也有發生的自然的。此外有遺傳性梅毒的小孩，也往往會發生這種慢性腎臟炎的小孩。患急性腎臟的症狀，大概是先發冷，次發熱。腎臟部覺着痛，從顏面起皮膚漸漸的浮腫，尿量減少。從顏面而起的浮腫和尿量的減少，就是腎臟炎的特徵。尿中又含有蛋白質，這須由醫生的檢驗後方知的。

患腎臟炎必須浮腫的原因：因為腎臟為尿的製造所，在腎臟健全時，我們的身體中無用的廢物和水分，都變了尿而泄出。若腎臟一旦有病，那麼尿的製造量就要減少，我們的身體中的廢物和水分，不能盡行的泄出。於是過多的水分，滲出於全身的皮肉中，而會浮腫起來了。它的浮腫大概都自顏面開始，漸及四肢，以致皮色蒼白無血色。如以手指壓之，就生凹窩，殺那間，即行消失。顏面的浮腫，不但是患腎臟炎時就有的，如夜間睡時不用枕頭，則翌晨顏面也須浮腫，但不及四肢，且不久即退，易與腎臟炎相區別。若顏面四肢，都現浮腫，應該速請

醫師診斷，如醫師於尿中驗出有蛋白質，那麼確是腎臟炎了。

患腎臟炎最適當的食物是牛乳。牛乳中雖然也含有蛋白質，而其食量最是適宜，並且有利尿的功效，若病人不嫌惡時，不妨多飲。此外如溫暖也為患腎臟炎時不可缺的衛生法。所以應該常令病兒靜臥於棉被中的。因為身體溫暖，則發汗必多，可補泄尿的不足。腎臟炎的療法中，本有用發汗藥的一法，這就是助發汗的方法。患有腎臟炎時，必須把小便逐日請醫生的檢查，以定本症的輕重。所以凡是一晝夜中排泄的小便，應集於一器內，而側其量的多寡。在早晨泄出的小便，須另貯於玻璃瓶中，送至醫師處，請其檢查。

(二) 膀胱炎 膀胱炎的起因，也是因微生物侵入膀胱的緣故，女兒較男孩稍多。微生物以大腸菌最多，它的侵入膀胱的媒介，大概是因大便後，以草紙從後方拭向前方，致微生物附着尿道口，漸漸的侵入膀胱。它的症狀是：全身發熱，食慾減少，皮膚變為蒼白色，小便濃厚，都含有蛋白質血液等。重以可以致

死。

膀胱炎的預防法，大便後不要以草紙自後方拭向前方，須自前方拭向後方。在泄瀉時尤須注意。若既經發生了這病時，那麼可以與腎臟炎一樣的攝衛。若有疼痛，可用浸溼溫水的布，常覆於臍下膀胱部，一方速請醫師療治。

第五節 臍帶的疾病

(一) 臍炎 臍炎是因處置臍帶時的不潔，和臍創未全封鎖前的早期沐浴，把病菌引入了創內，即可惹起臍炎。臍炎發生的時候，臍部潮紅腫脹，和排泄濃汁，且有全身發熱，和臍部發生臭氣。所以在初生兒見有上述的症候時，或是類似的，應該急速就醫診治。

(二) 臍脫 小孩持久的啼哭，咳嗽，或努責（便閉或包皮狹窄）時，在結締組織封鎖不固的臍輪，每每易於突出而生臍脫。臍脫除有時因脫出部內，嵌入

腹內臟器，可發疼痛外，其餘尙無何種的痛苦。在細小的臍脫，雖可自然治愈，若是大者，須請醫師處置。

這一冊小書，原不是專講兒童疾病的，不能講到他們的各種詳細的疾病，所以上述的各種疾病，都是小孩的普通疾病，順以說明。

經緯百科叢書

已出百餘種尚有陸續出版

國學詩文名著

- 唐詩三百首
- 宋詩三百首
- 清詩三百首
- 精選名詩五百首(一)
- 精選名詩五百首(二)
- 李白詩選
- 杜甫詩選
- 白居易詩選
- 蘇軾詩選
- 陶淵明詩文集
- 白蔭詩存
- 足本古文觀止(一)
- 足本古文觀止(二)
- 足本古文觀止(三)
- 足本呂氏春秋(一)
- 足本呂氏春秋(二)
- 歷代駢文精選
- 王本顏氏家訓
- 王安石文選
- 王陽明言行錄
- 搜神後記
- 搜神記
- 山海經

謎語故事格言

- 字謎精選(一)
- 字謎精選(二)
- 新編謎語五百首
- 精選謎語五百則
- 謎語五百則續編
- 幽默笑話集
- 奇異的故事
- 對聯標語格言彙編

各科基礎智識

- 什麼是哲學
- 什麼是倫理學
- 什麼是論理學
- 什麼是心理學
- 什麼是科學
- 什麼是文學
- 什麼是社會學
- 什麼是政治學
- 什麼是法西斯主義
- 什麼是法律學
- 什麼是財政學
- 什麼是經濟學
- 什麼是教育學

內售

客價

充低

實廉

每冊

六分

外埠

郵費

函在

購內

年銷百萬餘冊

04
 75296



郵發上

價八分實價六分

發行
 交通路口
 六十七號

必究