

農村家庭



人與花爭艷

(張榕採)

兒童保健新觀念

吳宗賢

兒童的許多嚴重疾病，常常由於父母的不關心，或是診治時間的耽誤所引起，做父母的養育小孩，平時如能够多加照顧，不但很多疾病可以避免，也可以保持兒童健康，促進正常發育。

台灣的一般知識水準，近來雖然已提高很多，但在小兒保健方面，還有不少迷信或沒有科學根據的古老習慣。小孩不能得到應有的營養、照顧與防護，就會影響正常的發育；不能在重要的嬰幼兒時期，奠定良好的健康基礎。

生活在科學的新時代中，我們需要檢討舊的錯誤心理，打破迷信及不正確的習慣，吸收新的進步觀念。

下面是父母常常提出的幾個問題，現在就新舊觀念不同的地方加以說明，並提供正確的知識，給本刊讀者參考。

孩子很健康，何必上醫院？

舊觀念是有病才上醫院，沒病不要看醫師，認為醫師只是治病的。小兒特別怕打針，看到醫師就會哭。可是病發了才上醫院，實在是太遲了。

預防重於治療，最好要定期的接受健康檢查。如有疾病潛伏在體內，即可早期發現，在症狀發生前就預先治療。同時，還可以測量身長、體重及知識測驗，來判斷小兒的成長發育是否正常？營養是否足夠？並可接受各種定期預防注射，家長也可以獲得養育嬰兒的知識。

未滿一歲的嬰兒，應該每月一次做定期健康檢查，一歲至六歲的兒童每六個月一次。許多醫院及各衛生所，都設有健兒門診科，專門辦理嬰幼兒保健工作。

新觀念是健康時候看醫師，以達到「早期發現早期治療」目的。健康檢查時，也可以向醫師提出有關小兒健康的問題，討論適當的處理方法。平時保健，是增進小兒健康最有效的處方。

多大可以斷奶？何時添加食物？

很多老人家相信，嬰兒斷奶以前，不可喂奶以外的食品，例如蛋黃、青菜、肉類等。實際上，無論母乳也好，牛奶也好，所含的營養份，只够六個月以前嬰兒的需要，以後就不够了。

在台灣養育的嬰兒，一歲前很少添加其他食物的。據統計，我國嬰兒發育和歐美國家比較，六個月以前幾乎相同；但從六個月後開始，便有明顯的發育障害。雖然斷奶後小兒就開始攝取成人食品，但一旦發生發育障害，終生難以恢復。所以我國五、六歲的兒童，體格比歐美人相差很多。

營養學家研究，嬰兒在一個月左右，已有完好的胃腸發育，並分泌各種「消化酵素」，有完全消化吸收各種營養成分的能力。為什麼老年人認為嬰兒不能消化添加食物呢？可能因為喂了奶以外的食品，嬰兒常會腹瀉的關係。這還是衛生的問題，不消

原裝進口 普遍供應

石原農藥

神奇的藥效 鐵般的事實

●蕃茄多旺 トマトトーン
防止落果、增大果實、增加收成47%，減少畸形怪果。

●柑桔多旺 シトルトーン
減少落果、增大果實、提高品質、增加收成26%。

●根多旺 ルートン
促進蔬菜種子、各種果樹、園藝作物之插苗，插木之發根。

石原 2,4-Dソーダ塩 除草劑
防止水稻倒伏、更能增收20%

(說明書備索) (登記農藥)

總代理：大豐農藥股份有限公司
台北市襄陽路13號3樓 電話：337858-334703-337831

現貨供應處：台灣吉本農化企業社
台中市柳川西路152號

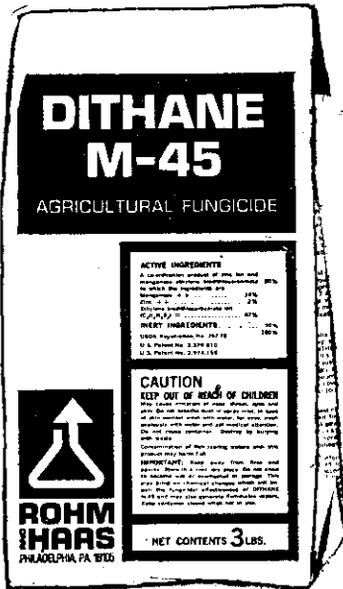
植物保護技術審議會推廣

ROHM AND HAAS
PHILADELPHIA
PHILADELPHIA PENNSYLVANIA 19105 USA



大生* 四十五

(DITHANE* M-45)



農藥登記證第七二二號
三磅紙袋原裝
■現貨供應■
民豐化工股份有限公司
台中縣大肚鄉中和村中山路10~6號
電話：烏日局一〇六號
台灣總代理：
青象貿易有限公司
台北市漢口街壹段壹肆號柒壹壹室
電話：三三六一七七
◎說明書函索即寄
*美國賓州費城羅門哈斯公司
登記商標

每個人一生中都要出一次麻疹。老人家的說法是：嬰兒體內有一種胎毒，胎毒發出來就是麻疹，如果不出反而損害健康。有科學知識的人都知道：麻疹不是胎毒，而是由於一種過濾性病體傳染所引起。嬰兒出生五、六個月後，先天性的免疫能力消失，就會感染麻疹。也有少數人抵抗力特強，雖受傳染並不發生麻疹症狀的。

麻疹是否胎毒？ 可否注射疫苗？

淨的食品喂給嬰兒，就會引起腸胃炎。還要注意的：成人吃的食品不能直接喂嬰兒。嬰兒添加食品必須弄碎煮軟，因為嬰兒沒有咀嚼的能力。嬰兒一個月起可喂水果汁，三個月可給蛋黃，四至五個月水果泥，五至六個月魚鬆、魚粉、蒸魚，六至七個月可喂給碎肉、碎肝等食品。添加食物時，每次只能加一種新食品，並由極少量開始，習慣後慢慢增加。嬰兒食器的消毒，食品的貯存，都要嚴加注意，以免因細菌污染引起腸炎。

新的斷奶觀念是：不可突然在一天內停止喂奶，應從早期開始添補新食品。等到嬰兒習慣了新食品，達到適當的攝取量時，就可漸漸減少母奶次數，直到完全斷奶。要適應嬰兒的消化能力，按時添加各種食物，以補充營養。

乖小孩常受家人喜愛，不聽話、頑皮、愛動的小兒常常被責罵。其實不聽話的小兒，並不一定是壞孩子！小兒與成人不同，在他們不斷的成长發育過程中，要從環境學習種種事情。心理學者研究結果，小時候的玩具越多，越多愛活動的小兒，以後的知能發育越高。成人事業成功要訣是進取活動與靈活的腦力，都須要從小養成的。我們要培養小兒的進取心和向上心，適當鼓勵兒童的好奇和活動。

同父母的兄弟姊妹，每個人的性格、興趣和活動性並不完全一樣。有的文雅端靜，有的豪爽愛動

做成的，注入小兒體內產生「免疫體」，以後對麻疹有抵抗力，就不會發病。所以注射了麻疹疫苗，不是不發麻疹，而是感染極輕微的麻疹，同樣的產生抵抗力。因為麻疹是一種可怕的疾病，自然發生的症狀嚴重（發高熱、食慾消失、肺炎、腦炎、腸炎等合併症極多），死亡率甚高，是嬰兒十大死亡的原因之一。

如何管教子女？ 如何發展個性？

新的觀念是：為了避免小兒的痛苦及併合症的危險，能夠預防的疾病應積極預防。注射一次麻疹疫苗，可保護小兒自然感染麻疹的危險。最新的麻疹疫苗，差不多沒有副作用，預防效果幾乎可達百分之百。

迷你路標

一陳國義一

各有千秋。做父母的應該認識子弟的優點和缺點，分別適當的誘發管教，不必希望每一個都是同樣的乖孩子。

新觀念是：每一個兒童有特殊的體能、性格和志趣，父兄要重視兒童個性的特長和志趣，按照知能發育程度進行管教。避免責罵，以教導薰陶的方式培養為有用的人才。

本文作者吳宗賢醫師，現任台灣大學醫學院公共衛生研究所教授，兼台北公共衛生教學示範中心主任。