



談嬰兒的哭

——省非——

本來哭是嬰兒與生俱來的一種本能，不過因能爲他不講話，當他有痛苦或有所需要時，往往只有哭來讓你替他解決困難。所以嬰兒的哭你應該注意是肚子餓了？身體不舒服？還是受了外傷？抑或是被蟲咬了？正常的哭是一種運動不但能幫助嬰兒發育，而且還可擴充肺量，增強身體，所以寶寶身體健康時的哭，妳不必介意，他哭些時候，就會停止的。平常這種哭，聲音很和緩，始終並不激烈。

若是他身體不舒服，他會放聲大哭。如肚子吃得太多，或發生胃痛時，那他的哭聲就很尖銳，而且眼睛會流出淚來，小腿也會屈至腹部。這時，如果他仰臥，用手輕輕按摩他的腹部，或者用溫毛巾以減輕他的腹痛，哭聲就會停止。

飢餓的哭大概哭聲是由緩轉急，眼睛睜着沒有淚水，並且頻頻掀動嘴唇，若妳給他一點糖水或乳吸，他就會停止啼

哭的，這時你應知道餵乳的時間到了。

有時嬰兒會繼續持久的哭，那麼你要注意他發熱沒有？看他哭時手脚或身體其他部分的動作有無異樣？再判斷他的身體那一部分不舒服，如他的臉偏向一方，兩手放在耳朵上，這表示可能是他的耳朵發炎了。注意嬰兒體溫外，也要注意嬰兒皮膚上有沒有斑疹發現？一但有疾病現象應立刻請醫師診治。

嬰兒因爲尿布或被褥浸濕了；衣服上的帶子束得太緊；或被蚊蟲、跳蚤、臭蟲咬了；或身體上某部份受壓了，也都

會引起啼哭的。

有些嬰兒的啼哭，是習慣性的。譬如睡醒時必哭，或在每次穿衣，洗臉，洗澡時都要哭。如成了一種習慣，這樣你就得研究對策，或改變其生活方式，以糾正這種不良的惡習。嬰兒有合理的要求時，不

等他哭就給他，不合理的要求，就是哭也不能允許，這樣就不會養成「哭」是要挾的武器了。

還有一種是反射的哭，就是嬰兒看到人家的孩子哭時，他自己也跟着哭。假若妳的寶寶是這樣，那麼，你的家庭應該常常充滿着愉快，並避免寶寶的接觸哭的孩子。其次妳不應該以言語來恐嚇孩子，以止其哭，這最容易使他胆小，而養成遇事恐怖的概念。

總之寶寶的哭，是有他哭的原因，所以妳找出他的哭「」原因後，再給以妥善的處置，解除他的痛苦，滿足他的需要，就不致而影響他的身體以及健康了。

談活生

燕華



△假使你的指甲容易破裂及生裂紋，表示係缺少鈣，那末應多吃牛乳、乳酪或豆漿及綠色蔬菜等食物，因為這些均含有大量的鈣，可保持你的指甲堅硬。

△假使你要增進兒女的學業成績，必須先改善學童的膳食；據研究的結果，營養差的學生，不能持久的集中意志，同時思想遲鈍，因此做母親的該給子女多吃富於營養的膳食，如肉類，蛋類，乾豆類，蔬菜，水果等。

△假使在飽餐之後，料理家務或動用腦筋，那是最不好的，因為在飽食之後，身體內大部分的血液都到消化道去了，而留在腦部及其他部分的血液很少，所以飽餐後最好休息片刻。

△用檸檬來擦除你臉上的雀斑，是白費功夫的，不過食用過多的脂肪性食物，會帶來皮膚斑斑，所以如果你的皮膚已有斑斑，就不應多吃油煎食物及富于油脂的食物，不然會更形惡化的。

△當我們發怒的時候，臉孔會紅漲起來，是因為血液流進腦部和頭部肌肉所致，這時身體內的消化作用會受影響的，所以發怒對身體是有害的。

衣樣介紹

條紋新裝

這是一件完全利用條紋圖案製成的冬裝，多麼美麗大方！半長的袖更能使你表現得年輕俏俊。

如果你不歡喜圓領，也可以換成一個小小的翻領或是其樣他式的小領。趕緊動手做一件吧！

