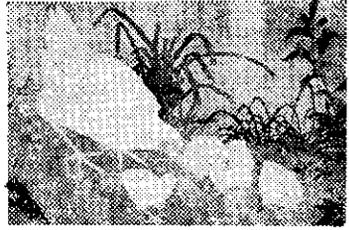


育嬰問題

華文 (期上續)



⑩ 嬰兒喂乳每次應多少時間？

於嬰兒的吸吮，以後漸漸延長喂乳的時間，要是他吸乳吸得慢的話，有的時候可以延長廿分鐘以上。

在吸完第一個乳以後，再給他吸另一只乳，直到他吸不下為止，這大約要花五分鐘。

⑪ 在剛出世的頭幾天，嬰兒除吃乳以外，還要吃別的吗？

初生的嬰兒，除吃母親的乳以外，只應該吃些溫開水。

⑫ 母親應該怎樣哺乳？

在最初幾個星期裡，母親在哺乳的時候應該臥着。要是嬰兒是吸左乳，母親該臥在左側，要是嬰兒是吸右乳，母親應該臥右側。她的頭和肩靠在枕頭上。她該用臂彎支持嬰兒的身體，抱住嬰兒，使嬰孩靠

近她的身體。

要是母親坐着哺乳的話，她應該挑一把坐着舒適的椅子。一隻腳可以擱在一個凳上，手臂彎支持着嬰兒的頭和背部，把臂彎擱在舉起的膝上。

⑬ 哺乳的母親，有什麼辦法可以增加乳量？

在每次哺乳以後，有一乳中的奶應該全部出清，在必要的時候可以用手擠出來。

哺乳期間的母親，應吃素淡的菜，包括大量的水菓、蔬菜、雞蛋、肉類、和糖米。不吃香料、醃菜、油膩的食物，也不該喝酒。食過其量並不會使乳量增加，所以應該不要吃身體蒙受損害。

得太多，要把食物完全嚼碎。

該喝大量的流質，一天六杯或六杯以上。

若是辦得到的話，每天下午該睡一次午覺，至少每天也得臥下休息一小時。不要過勞，每二十四小時至少要睡八小時。應該保持心平氣和，不要激動或煩躁，避免大發雷霆，儘可能不要憂慮和興奮。在氣候許可的時候，應該每天作像散步這一類的戶外運動。除非是醫生指定的，做母親的不該隨便吃甚麼藥，因為有些藥會滲入母乳中，致使嬰孩的身體蒙受損害。

衛生故事

開明的王家阿婆 老松

這一篇以王家阿婆做中心連載的故事，是由一位擅長寫作的醫師執筆，根據他多年來從事醫務的經驗，把日常生活裡最應該注意的醫藥常識，穿插在有趣而真實的故事裡，想一定會受讀者們歡迎的。

保健第一課

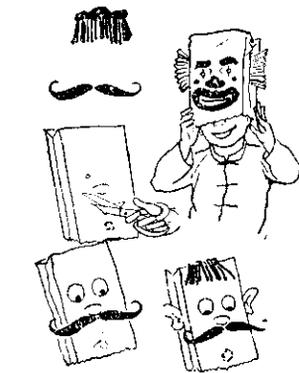
時令是十二月天，寶島上是一片陽春風光。這一天是星期日，太陽推開數日的雲朵，露出一副溫馨的笑臉到了人間。

我信步走出了大門向左兩轉就到了一條溪流邊，一棵巨大的榕樹投下半畝大小的蔭涼。夏天裡這時候一定有賣水的小販和乘涼吃水的人羣在談笑着，現在却只有一隻黑色老母鷄在漫步徘徊。只一百多步就到溪流的源頭，就是湖岸的開口，五尺左右的水瀑，潺潺的流落下來。有千百桿

手工小

假面具

小朋友！你們歡喜玩假面具（鬼仔殼）嗎？這裡我教你做一種不要花費一分錢的假面具，只需要幾個大的紙袋（如果你沒有紙袋，用舊的包東西用的紙糊也可以的），此外更需要顏色臘筆，以及一些碎紙了。



你先在紙袋上挖幾個小洞——眼睛、鼻子與嘴，然後加上用碎紙先做好的耳朵、鬍鬚、眉毛和頭髮等就可以了。這種假面具可以因為畫的不同而有許多種不同的面孔，在新春正月，小朋友們，套在頭上玩是非常有趣的。現在趕緊收集一些大紙袋來動手做吧！

青竹，在微風中搖曳，枝葉相互的搖響着發出細碎的聲音。

王家阿婆

起我們建立友誼關係只在兩年以前。記得也是一個初冬的午后，我正同幾個同事在玩籃球，正值興高彩烈的時候，有一個卅左右的婦人站在旁邊直對我望着，久久不去，我只得走過去問她。

「找我嗎？」

「松先生，我爸爸病了，很厲害的，想請你去看看。」……我毫不推却的就同她去了，這就是我第一次走進這湖邊的紅屋，病人正是王家阿婆的丈夫，因在田裡做工足底刺傷了，感染了細菌，深部化膿，排不出來，所以高燒，週身都覺得不舒服，來找我的長媳，家阿婆寡居的長媳，丈夫在十年前給日本人抓了兵至今沒有回來。（下接第廿三頁）

