



早期教育专业创新型精品教材
“互联网+教育”新形态一体化教材



扫描二维码
共享立体资源

婴幼儿护理与急救

主编 高瑜 叶景

婴幼儿护理 与急救

主编 高瑜 叶景

北京出版集团
北京出版社

北京出版集团
北京出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

婴幼儿护理与急救 / 高瑜, 叶景主编. — 北京:
北京出版社, 2021.9 (2024 重印)
ISBN 978-7-200-16459-6

I. ①婴… II. ①高… ②叶… III. ①婴幼儿—护理
②小儿疾病—急救 IV. ① R174 ② R720.597

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2021) 第 122456 号

婴幼儿护理与急救

YINGYOUER HULI YU JIJIU

主 编: 高 瑜 叶 景

出 版: 北京出版集团

北京出版社

地 址: 北京北三环中路 6 号

邮 编: 100120

网 址: www.bph.com.cn

总 发 行: 北京出版集团

经 销: 新华书店

印 刷: 定州启航印刷有限公司

版 印 次: 2021 年 9 月第 1 版 2023 年 11 月修订 2024 年 1 月第 2 次印刷

成品尺寸: 185 毫米 × 260 毫米

印 张: 8.5

字 数: 191 千字

书 号: ISBN 978-7-200-16459-6

定 价: 28.00 元

教材意见建议接收方式: 010-58572341 邮箱: jiaocai@bphg.com.cn

如有印装质量问题, 由本社负责调换

质量监督电话: 010-82685218 010-58572341 010-58572393

目 录

项目一	婴幼儿护理任务及年龄阶段	1
任务一	婴幼儿护理的任务和范围	4
任务二	婴幼儿年龄分期及特点	4
项目二	婴幼儿生活护理技术	6
任务一	居室环境要求	8
任务二	合理的衣着	9
任务三	婴儿沐浴法	10
项目三	婴幼儿保健	15
任务一	婴幼儿生长发育测量方法	16
任务二	体格锻炼	18
任务三	培养生活自理能力	27
任务四	计划免疫	29
项目四	婴幼儿健康状况观察	34
任务一	一般观察	36
任务二	婴儿期常见的自限性疾病	43
任务三	乳牙生长	44
项目五	婴幼儿意外伤害急救	48
任务一	婴幼儿急救的基础理论知识	50
任务二	婴幼儿现场急救技术	52
任务三	婴幼儿急救的种类和方法	54

任务四 婴幼儿意外伤害心理危机的干预救助 63

项目六 婴幼儿常见疾病护理及急救 66

任务一 婴幼儿呼吸疾病护理及急救 67

任务二 婴幼儿消化疾病护理及急救 70

任务三 婴幼儿皮肤疾病护理及急救 71

任务四 婴幼儿五官科疾病护理及急救 77

任务五 婴幼儿泌尿疾病护理及急救 84

任务六 婴幼儿外科疾病护理及急救 87

任务七 婴幼儿其他疾病护理及急救 90

项目七 居家安全预防措施 102

附录 118

北京出版社

项目一 婴幼儿护理任务及年龄阶段

学习目标

» 知识目标

1. 掌握婴幼儿护理的具体任务和范围。
2. 掌握婴幼儿不同年龄阶段及相应特点。
3. 掌握婴幼儿各年龄阶段的护理要点。

» 技能目标

1. 能够针对婴幼儿不同年龄阶段特点判断护理达标水准。
2. 能够针对婴幼儿进行相应的护理干预。

» 素质目标

1. 纸上得来终觉浅，破除基本常识误区，理论结合护理实际操作。
2. 重视职业专业人才培养，了解婴幼儿护理人才的专业任务和范畴。
3. 重视职业素质培养，促进社会重视婴幼儿护理细节和分期护理。

知识点

1. 婴幼儿不同年龄阶段护理任务和范围。
2. 婴幼儿年龄分期及其相应特点。
3. 婴幼儿各年龄阶段的护理要点。



自 2019 年两会提出“针对全面二孩政策实施后的新形势，加快制定多种形式的婴幼儿照护服务”以来，婴幼儿保育成为民生热门话题。国务院办公厅发布《关于促进 3 岁以下婴幼儿照护服务发展的指导意见》，为解决婴幼儿护理问题提供政策保险。同时各省市，自治区，直辖市，各部委，各直属机构发布声明：3 岁左右婴幼儿（以下简称婴幼儿）照护服务是生命周期服务管理的重要构成部分，关系到婴儿和千家万户的健康成长。为促进婴幼儿护理服务的发展，经国务院同意，现提出以下建议。

一、加强对家庭婴幼儿照护的支持和指导

全面落实产假政策，鼓励用人单位采取灵活安排工作时间等积极措施，为员工婴幼儿照护创造便利条件。支持脱产照护婴幼儿的父母重返工作岗位，并为其提供信息服务、就业指导和职业技能培训。加强对家庭的婴幼儿早期的发展指导，通过入户指导、亲子活动、家长课堂等方式，利用互联网等信息化手段，为家长及婴幼儿照护者提供婴幼儿早期发展指导服务，增强家庭的科学育儿能力。切实做好基本公共卫生服务、妇幼保健服务工作，为婴幼儿家庭开展新生儿访视、膳食营养、生长发育、预防接种、安全防护、疾病防控等服务。



课程思政

医疗护理差错、事故不但造成病人及家属的重大损失，而且招致社会信誉下降，病人群体的安全感丧失。珍视生命，尊重人的健康权力和尊严是护士的天职。对护士而言，在所实施的全部护理技术操作中，优先考虑的应是患者的安全。倡导“精益求精”“细致入微”的工作态度，使每个护士能够启动自我意识，感悟工作责任和义务，意识到自己的角色行为重关人命，营造一种强烈的职业安全氛围。在实际工作中，要通过学习党的二十大精神，把护理工作和人民身体健康结合起来，不断深化，使之内化为一种自身的职业素养。用高尚的道德品格，坚定的理想信念，不断增强的服务意识和能力，为维护患者的身心健康贡献智慧和力量。

党的二十大报告提出：“我们要坚持教育优先发展、科技自立自强、人才引领驱动，加快建设教育强国、科技强国、人才强国，坚持为党育人、为国育才，全面提高人才自主培养质量。”我们要办好人民满意的教育，全面贯彻党的教育方针，培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人，加快建设高质量教育体系，发展素质教育，促进教育公平。

以党的二十大精神为引领，以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，全面贯彻党的教育方针，紧紧围绕立德树人根本任务，全面推进职业教育改革，积极培育和践行社会主义核心价值观。增强学生职业素养养成和专业技术积累，将专业精神、职业精神和工匠精神融入人才培养全过程。培育德智体美劳全面发展的高素质复合型技术技能人才、能工巧匠、大国工匠。

二、加大对社区婴幼儿照护服务的支持力度

地方各级政府要按照标准和规范在新建居住区规划、建设与常住人口规模相适应的婴幼儿照护服务设施及配套安全设施，并与住宅同步验收、同步交付使用；老城区和已建成居住区无婴幼儿照护服务设施的，要限期通过购置、置换、租赁等方式建设。鼓励通过市场化方式，采取公办民营、民办公助等多种方式，在就业人群密集的产业聚集区域和用人单位完善婴幼儿照护服务设施。

三、规范发展多种形式的婴幼儿照护服务机构

举办非营利性婴幼儿照护服务机构的，在婴幼儿照护服务机构所在地的县级以上机构编制部门或民政部门注册登记；举办营利性婴幼儿照护服务机构的，在婴幼儿照护服务机构所在地的县级以上市场监管部门注册登记。婴幼儿照护服务机构经核准登记后，应当及时向当地卫生健康部门备案。登记机关应当及时将有关机构登记信息推送至卫生健康部门。地方各级政府要将需要独立占地的婴幼儿照护服务设施和场地建设布局纳入相关规划，新建、扩建、改建一批婴幼儿照护服务机构和设施。

导入案例

夏天，细菌大量繁殖，宝宝容易生病，家长一定要做好护理工作。护理宝宝讲究方法，这5个误区，聪明爸妈要懂得巧避哦！

No1: 西瓜冷饮随意吃

夏天又热又燥，大口喝冷饮吃冰西瓜，的确是很惬意。可是宝宝的胃肠功能弱，不适宜吃那么生冷的食物，要不然容易腹泻。

No2: 夏天给宝宝断奶

夏季，是天气最炎热的季节，宝宝食欲减退，此时断奶并不科学！而且夏天的食物细菌增多，宝宝此时容易出现消化道感染。

No3: 给宝宝剃小光头

夏天给宝宝剃太短的头发，或剃光头，并不可取。宝宝一旦剃成光头，就失去了遮阳挡物的天然屏障，意外伤害、蚊虫叮咬，各种细菌都在头皮上聚集，大大增加感染机会。

No4: 宝宝也能睡竹席

天气越来越热，宝宝睡觉的时候总是一头汗，很多爸爸妈妈开始寻思给宝宝选购一款凉席。但是对宝宝来说，竹席太凉，容易受凉。而且有的竹席做工粗糙，很容易划伤宝宝娇嫩的皮肤。

No5: 睡觉把宝宝裹成粽子

夏天晚上开着空调睡觉，确实很舒服，不过容易受凉。爸爸妈妈因为担心宝宝着凉，会给宝宝穿上厚衣服。但是宝宝的新陈代谢旺盛，盖被子又穿厚衣服，很容易大汗淋漓，甚至虚脱。所以说，宝宝睡觉裹成粽子行不通！晚上把空调调至合适

的温度，给宝宝穿一件背心或者肚兜，穿一条薄短裤，就很合适啦！

思考：

1. 当天气炎热，大人们可以食用冷饮和西瓜降温，宝宝的降温有什么妙招和注意点？
2. 当家中长辈要求将宝宝的头发剪短或者剃光头的时候，你该如何向他们解释？
3. 天气越来越热的时候，如何为宝宝科学地选择凉席？



任务一 婴幼儿护理的任务和范围

一、婴幼儿护理的任务

- (1) 了解婴幼儿发育的特征及影响因素，不断增强婴幼儿的身体和社会适应能力。
- (2) 促进婴幼儿认知发展，增强婴幼儿整体健康素养。

二、婴幼儿护理的范围

- (1) 婴幼儿基本护理技术，观察评价婴幼儿的健康状况。
- (2) 培养婴幼儿基本生活技能。
- (3) 常见婴幼儿疾病的护理。
- (4) 能够及时处理各种婴幼儿突发事件。
- (5) 保障婴幼儿健康成长，提高生命成长质量。



任务二 婴幼儿年龄分期及特点

一、新生儿期

自婴儿出生后脐带结扎起至出生后 28 天，被称为新生儿期（neonatal period）。按年龄划分，新生儿期包含在婴儿期内，但是由于这个时期在婴幼儿生长发育等方面具有非常明显的特殊性，故将婴儿期的这一特殊时期单独列为新生儿期。

（一）新生儿期发育生理特点

这个时期中，新生儿的感受系统正在发育，其中视觉、听觉、嗅觉、味觉、皮肤感觉都处在敏感时期。此时，新生儿的动作多为无意识运动或非条件反射性动作。

（二）新生儿期护理要点

应当尽量喂母乳，保证体温适中，襁褓衣着宽松，预防感染，及早发现婴幼儿多发疾病。

二、婴儿期

从出生到满一周岁之前为婴儿期 (infant period)。此时期小儿以乳汁为主要膳食, 又称乳儿期。

(一) 婴儿期发育生理特点

婴儿时期的神经系统发育最早, 尤其是脑的发育最为迅速。婴儿高级动作的发展是神经系统发育的一种重要标志, 且值得注意的是婴儿期免疫系统还未发育完全, 免疫功能还不完善, 各种肺炎等呼吸道传染病容易传染婴幼儿。

(二) 婴儿期护理要点

提倡母乳喂养和合理的营养指导十分重要, 需要有计划地接受预防接种, 按计划完成基础免疫程序。

三、幼儿期

1 周岁后到满 3 周岁之前为幼儿期 (toddler's age)。

(一) 幼儿期发育生理特点

在此分期内, 体格发育速度逐步减慢, 神经心理发育迅速, 自主性和独立性不断发展, 学会自由行走。

(二) 幼儿期护理要点

应注意防止意外伤害、创伤和中毒。传染病发病率较高, 防病仍为保健重点。抓住关键期进行早期教育, 这是大脑完善其功能的机会窗口。

案例评析

宝宝在小时候的护理工作是十分重要的, 不像传统观念那样, 认为宝宝就是个小“大人”, 只需要我们常规的成人护理就可以, 这是一个很大的误区。宝宝在发育过程中, 不论是免疫系统还是体温调节系统, 均尚未发育完全, 所以在保护宝宝不受外界因素的影响时, 尤其是感染、温度快速变化、蚊虫叮咬, 我们需要格外专业的关心和护理。



思考与练习

1. 作为新世纪婴幼儿护理人才, 能够明确阐述自己的工作任务和范围。
2. 根据婴幼儿不同时期的特点, 判断宝宝是否属于正常发育状态? 以及提出较为恰当的护理方案。
3. 能够拍摄一段不同时期婴幼儿护理注意要点的视频, 注意体悟作为专业的婴幼儿护理人才, 我们可以进一步注意哪些护理细节。

项目二 婴幼儿生活护理技术

学习目标

» 知识目标

1. 掌握婴幼儿居室环境护理注意要点。
2. 掌握婴幼儿穿衣护理注意要点。
3. 掌握婴幼儿洗澡护理注意要点。

» 技能目标

1. 能够布置婴幼儿相对科学、健康、安全的护理环境。
2. 能够对婴幼儿进行科学、省事、健康、安全地更换衣物。
3. 能够对婴幼儿顺利、安全、省事地洗澡。

» 素质目标

1. 以科学严谨的态度学习专业知识，在实践中注意婴幼儿居住、穿衣、洗澡细节。
2. 提高婴幼儿护理专业人员素质，重视婴幼儿护理和居住生活细节。

知识点

1. 婴幼儿居室环境护理注意要点。
2. 婴幼儿穿衣护理注意要点。
3. 婴幼儿洗澡护理注意要点。





项目二 婴幼儿生活护理技术

婴幼儿生活护理多指在家庭护理中发生的情境，由于家庭环境和婴幼儿看护人的专业性都有一定局限性，对婴幼儿的护理往往不够专业和及时，因此迫切需要将婴幼儿生活护理技术技能普及到每一位婴幼儿看护人员，涉及每一处生活场景中去。

有资料表明，溺水是未成年儿童意外伤害的首位原因，而年幼的宝宝由于骨骼与运动神经的协调能力尚未发育成熟，更容易遭到溺水威胁，家中的浴盆、浴缸、马桶等都是发生溺水的高发地。宝宝洗澡前后是发生溺水的高危时刻，妈妈除了要“不离身”以外，还可以在澡盆或浴缸里放一个防滑垫，以免滑倒；另外，宝宝洗澡时往往会把水溅得到处都是，所以在宝宝出水前，最好把浴室地擦干，以减少危险的发生。若发现宝宝已经溺水，家长应迅速将其从水中救出，双手托住宝宝腹部高举过头，使其腰背部向上，头和脚同时下垂，促使宝宝呼吸道内的水自然流出。与此同时，家长的双手臂应做不停地颤颤，这样不但能使溺水宝宝呼吸道内的水自然流出，还能起到人工呼吸的作用；或把宝宝头脚下垂地俯卧在家长肩上，同时家长来回跑动，促进孩子把呼吸道及胃内的水倒出，并有助于呼吸通畅。结合上下文，宝宝是在家长的肩膀上倒过来放置，同时家长走动，促进救护。如发现宝宝的心跳呼吸停止，应立即实行胸外心脏按压：将手掌放在患儿的胸骨下端剑突以上（即胸部下正中处），进行冲击压迫，用力不要过猛，每分钟 60~90 次，以促使心脏排血到周身去，同时进行人工呼吸。人工呼吸与心脏按压应持续进行到心跳出现并出现自主呼吸为止，同时积极联系送往就近的医疗单位抢救。

导入案例

东东的妈妈总是和东东玩炒豆子游戏。主要想锻炼孩子手眼协调能力、手部肌肉的灵活性，以及装进去倒出来的乐趣。东东玩了一会就没有耐心用小勺舀豆，而是用手直接装，结果撒了一地。他连忙用手去把地板上的豆子捡起来。妈妈说：“东东真是好孩子，掉在地上的豆子全能捡起来，两只手一起捡就更快了！”东东很兴奋，两只小手捡得更快了。这是个很好的小肌肉练习活动，还能练习双手协调性呢，以后东东自己的东西就可以自己学着整理了。

菲菲的妈妈在家里放置一些娃娃，让菲菲给娃娃洗脸、洗手、穿衣、穿鞋；用矿泉水瓶制成的瓶娃娃和涂成彩色的石子，让菲菲做喂瓶娃娃吃食的游戏。在游戏中，孩子既得到了生活体验，也得到了生活能力的锻炼。

芳芳的妈妈制作了一个六面体的大布包，在布包上钉上了大小不一的扣子，在小筐里放满了大小不一、外形各异的食物，如茄子、萝卜、青菜等。芳芳玩耍时，将食物按扣眼大小逐一对应扣在扣子上，扣完后，这个六面体的大包就成了一个大食品包，有趣又好玩。

强强的妈妈为强强提供外形各异的小夹子和经过压膜、过塑的螃蟹、蜘蛛、毛毛虫、蜈蚣等多脚的动物，让强强用夹子给它们夹上脚。在游戏中，孩子既熟悉了动物，又锻炼了小手肌肉的灵活性。

思考：

1. 四位妈妈通过游戏都让孩子们哪些能力得到了锻炼？
2. 四位妈妈在游戏过程中需要注意哪些安全防护？
3. 通过案例中四位妈妈对游戏玩具的选择，对你有什么启示？



任务一 居室环境要求

居室是婴幼儿主要的生活场所，婴幼儿对外界环境的适应能力差，如果居住的环境不符合婴幼儿的需要，会影响其生长发育，甚至造成疾病。

一、卫生要求

平时要注意居室卫生，使用拖把擦地，防止尘土飞扬。禁止在室内吸烟，探视婴幼儿的人一次不要太多，以免造成空气污染。床单、衣物、被褥、枕头要经常拿到室外拍打或日晒，以减少病菌感染的机会。

二、物品摆放要求

物品摆放整洁有序，各个物品都有固定的位置，不凌乱。

1. 安全要求

要注意居室的安全，防止意外事故的发生。房间不宜放容易破碎的物品，电器插座要罩上安全罩。防止婴幼儿把手伸进去而导致触电。有棱角的家具可贴上橡胶、泡沫等保护物，以防碰伤。门口及楼梯处应设防护栏，让婴幼儿能够随意爬动而不至于坠落摔伤。

2. 色彩要求

墙面色彩不宜强烈，以蓝色、浅绿色、玫瑰红，以及柠檬黄等一些柔和色调组成的色彩为宜。灯光应柔和，光线不可太强，不要使用霓虹灯，以免使婴幼儿眼睛过于疲劳，影响视觉发育。

3. 温湿度要求

室内气温保持在 18~20℃ 为宜，夏季室内气温 25℃ 为宜。根据季节使用取暖、降温设备，但应注意室内通风。室内湿度 50% 左右最合适，干燥的季节用湿布拖地，可在暖气片上放干净湿布，以保持室内的湿度。

三、其他注意事项

1. 房间朝向

婴幼儿房间的朝向很有讲究，应保证每天有充足光照。阳光有杀灭细菌的作用，同

时还可以提高室内温度。

2. 通风换气

婴幼儿房间要求通气良好,且比较安静。据测定,在一个10平方米房间里,如果门窗紧闭,有3个人在室内活动,3个小时后,房间内二氧化碳含量增加3倍、细菌增加2倍、灰尘增加9倍,还发现其他不利婴幼儿健康的20余种物质含量也有所增加。婴幼儿抵抗力差,室内活动时间又长,如不通风换气,容易感染细菌和病毒。开窗通风是提高室内清洁度最简单经济有效的方法。当室外温度在8~10℃时,打开相当于房间面积1/50大小的窗户通风30分钟,可使室内空气汇总的细菌污染率降低40%;外界温度在零下3~9℃时,打开同样大的窗通风10分钟,室内污染率能降低65%。



任务二 合理的衣着

给婴幼儿穿衣,需要考虑其身体不受外界环境变化的影响,冬季防寒保暖,夏季通风散热。由于婴幼儿期生长发育速度较快,不同阶段有其不同的生理特点,因此购买或缝制衣服时,应根据婴幼儿生长发育特点,合理衣着,做到卫生、保暖、宽松、舒适、穿脱方便。

一、衣料的选择

婴幼儿皮肤细嫩,尤其是新生儿,衣料应选择柔软,吸湿性、透气性较强,以对皮肤无刺激作用的全棉织品为宜。不选用化纤类制品,因化纤类衣料不透气,吸湿性差,不仅穿着不舒适,且对皮肤刺激性大,容易引起皮肤过敏、出汗或发炎,尤其不宜做夏装或贴身内衣。衣料的选择,除了质地外,还要注意颜色的选择。对1岁以内的小婴儿的贴身衣服,应以浅淡色为宜,如:白色、浅绿、浅黄、粉红、天蓝色等,这样易于发现脏污,便于清洗,便于观察婴幼儿情况。1岁以后幼儿外衣可选择鲜艳的色彩,给人以明快的感觉,但是要注意颜色协调,色调对比不要过强。

二、衣服的式样

衣服的样式应宽大、舒适、便于穿脱和手脚活动,适合季节的变化。便于穿脱是考虑婴幼儿衣服样式的一个重要原则。新生儿及小婴儿的衣服可制成斜襟衫(图2-2-1),既保暖又不至于弄伤婴幼儿的皮肤,更重要的是穿脱方便。稍大婴幼儿的内衣可以是套头的棉毛衫(图2-2-2),领口要大些,如:领肩部交叉套衫、罩衣用倒穿衣等。裤子不宜装背带。婴幼儿的衣袖可制成搭扣的或松紧的,便于卷袖洗手。冬季给婴幼儿准备一件棉背心,既防寒,又便于穿脱。棉斗篷也不错,可以外出时穿,方便又保暖。



图 2-2-1



图 2-2-2

婴幼儿 1 岁半左右，可以逐渐学习自己穿衣服了。这时的衣服样式还要注意婴幼儿学习穿脱，不要妨碍婴幼儿的活动和体态发育。婴幼儿学走路时，最好是赤脚。赤脚比较容易平衡，而且赤脚有利于脚健康。婴幼儿准备行走时，需要穿鞋子，选择的鞋子一定要轻巧又舒适、保暖，最好穿布底布面鞋或者帆布胶底鞋。鞋后跟处可缝上小带子系在脚腕处或鞋面有撕拉搭扣，便于穿脱。鞋子大小适中，太小容易挤着脚趾或压迫脚部血管，影响血液循环，冬天容易长冻疮；鞋子太大，妨碍婴幼儿活动。



任务三 婴儿沐浴法

人的一生都是在与外界的细菌、病毒等微生物的斗争中度过的。人体抵抗外来感染的第一道防线是皮肤和黏膜，它们像一道城墙挡住微生物的入侵。婴幼儿的皮肤和黏膜娇嫩、柔软，其本身的生理功能，如排汗、排尿与流涎等，也会刺激他们的皮肤。若长时间不清洁，皮肤还会溃烂，细菌等微生物就会长驱直入。所以，要时刻保持婴幼儿皮肤清洁。

一、沐浴方法

沐浴不仅可以除去自身代谢（汗液、尿液和粪便），还可以减少病菌在皮肤上的繁殖量。每次沐浴还需检查婴儿全身皮肤、脐带，观察四肢活动和姿势，及早发现问题。沐浴时室温最好在 26~28℃。沐浴时水的温度以不烫手背为宜，应先放冷水，再加热水至合适水温，以免烫伤婴儿。沐浴的次数可根据沐浴条件而定，一般每天一次，有时大便量多，弄脏了身体，应临时增加次数。

沐浴的顺序是先洗面部、头部和颈部，然后是上身和下身。具体方法如下。

（一）脱、裹

脱下婴儿的衣服，换成大浴巾裹住（图 2-3-1）。



图 2-3-1

（二）洗面

用浸过凉开水的毛巾由内侧向外侧擦洗婴儿眼睛，然后洗面颊、鼻子、耳朵，勿使用任何洁面品（图 2-3-2）。



图 2-3-2

（三）洗头

用一只手臂支撑婴儿背部，手掌扶住头部，大拇指和无名指分别轻轻按住婴儿两耳朵。婴儿头部应向后仰，避免水流到脸部、耳朵或进入眼睛。另一只手轻揉婴儿头部几下后，用清水冲洗干净然后用毛巾擦干（图 2-3-3）。



图 2-3-3

（四）洗胸、背

用手臂托着婴儿的头和背部，另一只手托着臀部，慢慢放入水中。先用手托背部，清洗正面；然后用手托住婴儿下巴及胸部，清洗其背部。应特别留意清洁皮肤褶皱部位。（图 2-3-4）



图 2-3-4

（五）出浴

洗完后，一只手托住头部，另一只手托住臀部，把婴儿抱出来。此时婴儿的身体很滑，要抱紧并用干浴巾裹住，轻按全身，吸干水分。尤其要注意揩干颈部、腋下及大腿根部的褶皱处（图 2-3-5）。



图 2-3-5

（六）穿衣

包上干净的尿布，穿上洁净的衣服。

二、沐浴注意事项

- （1）注意不要把水灌入耳朵。
- （2）脐带未脱落前，保持干燥。
- （3）沐浴时间一般为 2~3 分钟。
- （4）不可用刺激性洗护用品，应将护肤用品在自己手上摩擦后，再用手擦洗婴幼儿皮肤。
- （5）婴儿需要用温开水洗脸、皮肤等。
- （6）不要分开女婴儿的阴唇去清洁里面，否则可能会妨碍可杀灭细菌的黏液自然流出。

三、沐浴时的安全问题

- （1）不要临时将婴幼儿单独留在浴缸里，婴幼儿容易滑倒至溺水。
- （2）盆内沐浴，先加冷水再加热水。

拓展阅读

要想“对付”不容易入睡的宝宝可真是难上加难。在这里，给妈妈们提供几个哄宝宝睡觉的小妙招，以供妈妈们参考。

(1) 照顾宝宝的小动作。妈妈在日常生活中，可以注意观察一下宝宝喜欢的小动作，比如，宝宝喜欢摸着妈妈的脸才能睡着，或者宝宝喜欢含着自己的手指才能睡着。摸清宝宝睡觉的小动作后，先顺从他的习惯，慢慢地宝宝就容易入睡了。这些小动作会让宝宝产生安全感，妈妈们千万不要过多干预。

(2) 区别白天和黑夜。一定要让宝宝区分白天和黑夜。用光和声音来促进宝宝生物钟的形成，通过光亮和黑暗的对比让宝宝学会分辨白天和黑夜。在早晨宝宝该起床的时候，把宝宝放在光线明亮的地方，用妈妈温暖的怀抱或轻柔的音乐来唤醒宝宝。慢慢地，宝宝就会养成按时入睡、按时起床的习惯了。

(3) 限制玩耍时间。要想宝宝更容易入睡，睡觉前一定不要让宝宝玩得太兴奋，不然，他在晚上也会想着玩，不想睡觉。即使费力气哄宝宝睡着了，宝宝也会睡得不安稳。妈妈可以和宝宝玩比较安静的游戏，比如一起念念儿歌，听听舒缓的音乐，感觉宝宝有些困的时候，就赶快哄宝宝睡觉，这样宝宝入睡才会比较快。

(4) 洗澡帮助睡眠。很多宝宝都喜欢洗完澡后就睡觉。妈妈可以在每晚差不多的时间，感觉宝宝有点困了，就可以开始给宝宝洗热水澡了。洗完后，给宝宝喝些水或者奶，把他放在小床上，然后关掉房间的灯，宝宝很快就能入睡了。

案例评析

智力游戏对婴幼儿有巨大的吸引力，因此比较容易激励他们克服困难，努力达到一定的目的，从而锻炼婴幼儿的意志力。只要家长有意创设良好的游戏条件，有目的地去培养婴幼儿的游戏习惯，将使婴幼儿终身受益。这需要家长不断地去引导、教育和探索。家长选用不同的游戏方式和不同的游戏介质，婴幼儿得到锻炼的能力的大小都是不一样的，所以我们要安排不同方向的游戏对婴幼儿进行复合性锻炼才能得到最好的效果。



思考与练习

□□□□

1. 如何根据对应年龄的宝宝设置适宜的家庭环境方案？
2. 利用宝宝护理模型，体验如何给宝宝科学省事地换衣服。
3. 利用宝宝护理模型，体验如何给宝宝安全高效地洗澡。



婴儿沐浴