第一图书网, tushu007.com

<<定本·育儿百科>>

图书基本信息

书名：<<定本·育儿百科>>

13位ISBN编号：9787508057897

10位ISBN编号：7508057899

出版时间：2010-6

出版时间：华夏出版社

作者：松田道雄

页数：759

译者：王少丽

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：http://www.tushu007.com

前言

1999年深秋，我到重庆去参加一次全国学术会议，与华夏出版社医学科学部主任陈玉琢先生不期而遇。
他大概是听信了当时正在北京读博士学位的同事郭华的介绍，这次见面后不久，就向我提出了翻译《育儿百科》这部80多万字巨著的建议。
作为一名从事医学专业工作的女性，一位母亲，能在育儿方面做一些事情我感到很高兴，但同时我也感到了压力。
　事情明摆着，一位刚刚辞世不久的饱经世纪沧桑的老人毕生心血的结晶，30多年来多次修订再版，在日本家喻户晓的一部名著，由我这样一个只养育过一个孩子，几乎没有经受过育儿方面的真正考验的人来主持承担翻译任务，其间的困难可想而知。
　当真正地接触到这本书时，我切实感到了震憾。
　松田道雄先生的人格魅力强烈地吸引了我。
他一遍又一遍地修改和充实《育儿百科》，把新的育儿经验和育儿理念不断地注入本书，尤其是他对东方民族的生理特点和风俗习惯的深入研究：对现代职业女性育儿方面遇到的问题所作的精辟分析；对传统育儿方法与现代育儿意识冲突的得当处理：对常见小儿疾病的处理方法通俗准确的讲述，使我一边读一边感叹：如果初为人母时，有这本书该多好啊！
那会少遭受多少担惊受怕的折磨呀！
孩子会少受多少不该受的委屈呀！
……　松田老人的育儿理念中，有一点深深地打动了我。
他强调尊重孩子的选择权利，从饮食嗜好到技艺学习，主张依顺孩子的兴趣爱好，充分发挥孩子的天赋，这种充满人性、培养个性的主张，对于我们这些动辄纠正限制孩子，甚至包办代替的为人母、为人父者，不是一剂良药吗？
　松田道雄先生。
1908年生于日本茨城县，1932年毕业于日本京都大学医学部，专业是小儿科学，卒于1998年6月。
一生主要著作有《我是婴儿》、《我两岁》、《老人和孩子》、《发挥你们的天赋》、《幸运的医生》、《日本知识分子的思想》等。
《育儿百科》于1967年11月初版，1980年9月全面修订后新版发行，1987年9月以《最新·育儿百科》之名发行，1999年3月以《定本·育儿百科》名称发行。
这次翻译的是1999年的《定本·育儿百科》。
　与我共同翻译这部《定本·育儿百科》的还有6位分别在白求恩医科大学、长春中医院、东北师范大学工作，7人中有4名博士，分另0为儿科学博士、心理学博士、儿童学前教育学博士，另外3名是医学硕士。
年龄都在35岁至40岁之间，有6位孩子母亲，1位孩子父亲。
我们7人之中有5名是卫生部公派的笹川医学奖学金归国留学生，2名是其他项目的奖学金归国留学生，都有一段在日本学习生活的经历，也算是一种同窗之谊吧！
　我们7个人的儿科临床和育儿经验加在一起也不见得能赶上松田道雄先生。
要把这部融进他毕生情感、体验、哲理的著作纤毫不爽地译成中文，传递给中国母亲们，实在不是一件轻松的事情。
尤其是日本语有许多表达方式迥异于中文，可意会而不可言传之处，须仔细体察品味。
这方面我们虽然都有较长时间的口译、笔译经历，但在遣词造句上还是费了许多推敲工夫。
　当然，我们虽作了多方的努力，但还是有些不尽人意的地方，因此，还请母亲们和本书的读者能提出好的建议，以利于我们今后改进。
　在本书的翻译过程中，得到各方面的多位专家的支持和帮助，在此深表感谢。
　现在，厚厚的书稿即将付梓，感慨良多，惟愿中日两国人民世代友好，让受惠于这本《定本·育儿百科》的孩子们在和平的阳光下茁壮成长。
　王少丽　2002年4月

第一图书网, tushu007.com

内容概要

《定本·育儿百科(礼品装)》涵盖孩子各年龄段在育儿时遇到的各方面问题，分为651个专题叙述，侧重育儿方法和育儿技巧，并编创了30节婴儿体操，描写细致入微，内容丰富，全面周到。
以孩子为本位，不以家长为本位：站在孩子立场指导父母科学育儿，尊重孩子个性，培养创造性，培育健壮的、身心健康的孩子。
以母亲为中心，不以医生为中心：以年龄段为纲，育儿时常见问题为目，各部分相对独立，并且以母亲育儿时常遇到的问题为题目及顺序编写，简单明了。
父母只需阅读与孩子年龄相同部分的内容即可。
版式设计上进行创新，年龄与专题双索引，查阅方便，实用性强。

第一图书网, tushu007.com

作者简介

作者：（日本）松田道雄 译者：王少丽 等

书籍目录

婴儿诞生之前 婴儿诞生之前 能当好妈妈吗 常发生的失误 什么样的药有危险 遗传性疾病 蜜月膀胱炎 妊娠前保健 何时就诊 日常生活 乳头内陷 妊娠反应 小小的变化 大的异常 妊娠期传染病 有病妇女的妊娠 超声波检查 妊娠期禁忌 回乡分娩 什么时候住院好 预产期到了还不生怎么办 有工作的孕妇的分娩 父亲的作用 要孩子还是不要孩子 婴儿期的准备工作 婴儿的房间与环境 婴儿床 婴儿的寝具与枕头 婴儿的衣服和尿布 奶瓶(附婴儿出生需准备的物品)出生到生后1周 对做了爸爸的人说几句 第一周的婴儿 出生当天的婴儿 从出生到生后1周 喂养方法 产后第一天的母亲 喂初乳的意义 提倡母乳喂养 母乳喂养方法 乳头破裂 是不是母乳不足 母乳不足时的补救措施 什么样的奶好 喂鲜牛奶不行吗 奶粉的调配方法 喂牛奶的方法 在家分娩后的授乳 产后母亲的身体 环境 尿布的裹法 先天性髋关节脱位 婴儿洗澡 春夏秋冬 兄弟姐妹 近邻 异常情况 末成熟儿(出生时低体重儿) 双胞胎 头皮血肿 吐奶 呕吐物中带血 唇裂与腭裂 穗 耳部畸形 父亲要做的事1周到半个月 这周的婴儿 从1周到半个月 喂养方法 写给用母乳喂养的母亲 挤母乳的方法 吃别人的奶 写给人工喂养的母亲 是否有必要加维生素 婴儿洗浴后 关于体重增加 抱婴儿好吗 未成熟儿出院以后 异常情况 乳头凹陷 患乳腺炎时 脐部出血 黄疸不消退 吸气时喉部发出声音 婴儿口腔中的白色小斑点 父亲要做的事半个月到1个月 这个月的婴儿 从半个月到1个月 喂养方法 用母乳喂养时 母乳不足时 只用牛奶喂养时 环境 防止事故 邻居 室外空气浴 异常情况 婴儿吐奶 婴儿的“ 消化不良 婴儿的便秘 婴儿鼻塞 头形不正 黄疸还没消退 面颊的疙瘩和臀部的糜烂 脐疝 阴囊水肿 斜颈 ……1个月到2个月2个月到3个月

章节摘录

插图：如果认为孩子是因为喝牛奶才不吃饭，而把牛奶改为每日1次的200毫升，那么，这个孩子就是吃上两碗饭，其必要的蛋白也会变得不足。
这是因为孩子在成长过程中需要特定的氨基酸，这些氨基酸恰恰存在于鸡蛋、鱼、肉、牛奶等动物性的蛋白质中，而在米饭、面条、面包中却含量很少。
因此，饭量小的孩子要生存下去，就得多喝牛奶，多吃鸡蛋少吃饭，这才是合理的饮食方法。
我们知道，孩子大体上只吃身体所必需的东西，选择某个时间，让孩子集中精力，只给他吃他喜欢吃的东西，孩子会吃得很好的。
为了防止孩子在吃饭过程中玩，在只与母亲两个人一起吃饭的时候，要把孩子放到椅子里。
晚上孩子是否能与一家人在团聚的气氛中围着饭桌集中精力吃饭，要看父亲的本领了。
很少与孩子一起吃饭的父亲，偶尔看到孩子吃饭就会说再多吃一些。
这个年龄的孩子，比起米饭，我们更希望让他多吃些鸡蛋、鱼、肉、鱼酱、香肠等含动物性蛋白的副食。
如果这些副食也吃得很少的话，就要用牛奶补充。
一般1岁半左右的孩子，习惯于每天喝2次牛奶，早饭吃面包，午饭、晚饭吃米饭的较多。
但不太吃米饭的孩子，最好每天喝3次牛奶。
白天喝牛奶的时候，最好不用奶瓶，而用杯子给孩子喝。
但是，这个月龄的孩子还离不开奶瓶，他们喝茶可以用杯子，但喝牛奶、奶粉却一定要用奶瓶喝。
用奶瓶喝牛奶有两个方便之处，一是不用担心牛奶会洒出来，二是晚上用奶瓶喝奶，孩子可以边喝边入睡。
晚上用奶瓶喝奶，我认为没有什么不好，把奶瓶给撤掉的话，孩子会一边吮吸手指一边入睡，对孩子来说反而不卫生。
1岁到1岁半的孩子，也是学习使用勺的时期。
让孩子用勺吃饭会洒得到处都是，把饭桌弄脏。
但是孩子能主动拿勺吃饭，家长应该保护他的积极性。
当然，1岁半的孩子还不能用勺完成吃饭的全过程，如果母亲等着孩子用勺慢慢地吃完饭，就需要太长时间了。
这时，最好是把孩子放到椅子里去，让孩子自己舀饭吃，母亲用筷子夹鸡蛋、鱼、肉给孩子。
为了能让孩子在30分钟以内吃完饭，母亲可以在后半程喂孩子吃。
孩子就是左撇子也不要强迫他改成右手拿勺，勉强孩子换手吃饭，孩子可能会失去用勺吃饭的兴趣。

后记

本书力求站在孩子的立场上考虑育儿问题。
孩子的成长是个自然的生理过程，有其自身的规律。
与风土有着密切关系的民族，在长期的生活中，经过实践不断修正错误，逐步适应了自然规律。
适合于日本民族的育儿方法，就建立在日本民族的风俗习惯的基础上。
此外，文明时而缓慢时而急剧地改变着人们的生活，战后的日本如同是“第二次维新”，改变了日本民族的生活方式，这大大加速了孩子们的成长。
另一方面，这种“第二次维新”也改变了日本家庭中人与人之间的关系。
大家族消失了，取而代之的是以夫妻意志营造的核心家庭。
与战前相比，妻子自由多了。
但这种自由必然也付出了它的代价，妻子失去了从婆婆那里学习传统的风俗式的育儿方法的机会。
刚刚成为母亲的妻子，虽然没有任何育儿经验，也必须面对孩子，并承担起做母亲的责任，这是日本民族未曾有过的经历。
母亲们在日本的现代化进程中，虽然备感困惑，而育儿指导工作者，却很少给予他们以帮助。
这些育儿指导工作者们，在这种现代化的进程中也都自生自灭了。
任何国家都是一样，育儿的指导由医生掌握着主动权，而他们总是在育儿失败时才粉墨登场。
写育儿书的是医生。
然而，在对母亲们起着决定作用的医生的头脑中，还残留着明治维新时代的烙印。
在人们的观念中还残存着文明是从西方传入的、是天皇用以启蒙百姓的工具这种思想，这是因为培养医生的医科大学与明治的官僚政府息息相关，就像日本虽然已进入了“第二次维新”，而日本政府还不能从德国式官僚制度中摆脱出来一样，日本的医生们也还以其学阀的形式残留着官僚思想。
战后，培养日本医师的大学，因为不能像以前那样从官僚政府那里获得财力支持，其研究经费不得不仰仗药品厂商及乳制品公司的赞助，这就大大降低了医生们的地位。
为了卖商品而无视孩子自然成长的各种企图，压抑了以科学的态度进行的批评。
如果说明治、大正的育儿指导是号召人们顺应天皇期待的那种秩序的话，现在的育儿指导则是号召人们与药品厂家、乳制品公司“共存共荣”。
这一点突出地表现在保健所发给母亲们的、由厂家署名的宣传手册上。
把外国的也就是美国的文明从上到下地灌输给母亲，这种明治时期的做法在今天的育儿指导中也还继续存在着。
这本书，我以为在内容方面维护了民族的个性，在做法上也从某些方面抵抗了外来的强势。
如果把立场放在孩子一边，就必须靠向与孩子最贴近的母亲。
为了尊重孩子的自然成长，必须尽可能地缩小对母亲指导的不自然情况。
所谓不自然，就是强行推销不必要商品的广告，就是对孩子进行不必要的注射“治疗”。
如果从孩子的立场、母亲的立场来考虑育儿，作为日本的母亲们经历了几千年才创造出来的传统的日本式育儿方法，从科学的角度来看还必须重新认识。
虽说是传统，但不必维护。
作为日本人，只要被这种风俗所束缚，在现在的文化水平摆脱不了的风俗，就不能无视并顺应这种受了扭曲的日本式育儿。
夫妇和孩子分别睡在不同房间里，这种适合于美国中产阶级的育儿方法与即便是在钢筋水泥建筑里母子也得睡在同一房间的日本式育儿方法，是有所不同的。
抱着不是从医生角度而是从病人角度考虑治疗的这种态度，30年前，我从大学走出来，到了结核预防健康顾问所，这对我的成长影响极深。
当时给我的研究以方向性指导的平井毓太郎先生，曾一直主张不能用注射折磨孩子，这使我的信念更加坚定了。
作为战后20年社区儿科医师的我，每天的生活把我和孩子的母亲们的距离拉得更近了。
在那里，我了解到了从上一代分居出来、孤立无援却又必须养育婴儿的母亲们将要面对些什么样的问

题。
我看到了很多敏锐的母亲，对生长极快的婴儿，试验迄今为止育儿书上从未记载的新营养法，并获得了成功。
因为他们尊重了孩子的自然成长。
但并不是所有的母亲都能这样。
有些母亲无视孩子的个性，强加给孩子死板的育儿方法，使得孩子非常痛苦，为了减少孩子的这种痛苦，站在孩子的立场上批判这种育儿方式，我曾写了《我是婴儿》、《我两岁》(都是岩波新书)两部书。
　从1963年起，对民族文化中风土人情的兴趣强烈起来，因为我要重新认识作为日本风俗的育儿方法，所以积极地在每日新闻上连载《日本式育儿法》(后作为讲谈社现代新书出版)。
在准备期间，我读了创造日本江户时代育儿学的香月牛山先生的《小儿必用养育草》。
另外，我奔走于近畿各地，采访了作为民俗的育儿方法。
在这本书中，之所以包含了“旧式”育儿之处，就是因为看到了这种“旧式”的育儿方法，培养了结实的孩子和情绪稳定的母亲。
　因为在岩波书店出书和在报纸上连载，提高了我的“知名度”，常常有从医院里“逃脱”出的患者来访问我，我听到了来自病人的对现代医学的批评。
这些批评，从医生的角度看是对研究的热心，但从病人的角度讲则是对病人的痛苦的漠视。
　现在的医疗体制是国家的援助少，而更多的是依赖病人来负担。
尽管医生和护士们都很尽职，但还是使医院的经营很困难，使病人的住院生活不自由，把治疗搞得不科学。
每个人所患的疾病是否都需要住院治疗呢？
从病人方面看是个很大的问题。
既然站在母亲的立场上，就不能回避这个问题。
从医生来看，当然病人住院可以万事方便了，但那是医生的立场。
患病的孩子也有他们的立场。
病人、医生、护士必须携手并肩，重新改变这种不完善的医疗制度。
我想，直到它实现为止，都应该站在孩子的立场上考虑问题。
于是在“孩子的疾病”栏里写进了这些想法。
　当然，这本书不能成为医生的代用品，生了病看医生是理所当然的。
遗憾的是医生太忙了，不能向母亲们详细解说。
我的愿望是支援来看病的母亲。
大多数医生和母亲的立场是一致的。
但是从经营角度出发无视孩子立场的人，也许感到与这本书的宗旨相抵触。
有人说，批评医生降低了医生的信誉。
但是，并不因为医生是医生就是可信的，相信哪个医生、不相信哪个医生是病人的选择。
在自由世界里，只有医生可以免除自由竞争这件事，未免奇怪。
我不想再看到使医师忘记了自由竞争、把病人当愚民对待的官僚式保险制度延续下去。
就像公正的法官不怕人民的眼睛一样，公正的医生也不该让忧虑孩子的母亲们唠唠叨叨。
就像裁判不应惩罚无罪的人一样，治疗也不应以不必要的注射折磨孩子。
　这本书有一个独特的地方，就是列举了集体保育问题。
怎样才能把孩子养育得健康，这一研究课题不属于儿科，使我懂得这一点的是列宁格勒小儿研究所附属保育园和第7届全苏小儿科学会。
　1957年我被邀请到了苏联，这对我来说是一个转机。
苏联的医生告诉我，为了科学地认识孩子健康的成长，只靠累积给孩子看病的诊疗量是不够的，必须直接深入到孩子健康的成长之中，做大量的观察比较。
　从那以后，我加入了关西保育问题研究会这个民间的研究团体，接触了保育园和幼儿园工作的人们。

在5年左右的时间里，我学到了很多有关集体保育的知识。
其中的一部分，在《我的幼儿教育论》(岩波新书)中公开发表了。
在那本书里，涉及了做具体保育工作的保育人员所关心的问题。
告诉我问题实质之所在的当然是保育问题研究会的人们。
　在这本书中的“集体保育”栏，写了保育应改变为如此这般等一些愿望，从现在的保育园条件来看，恐怕会认为那是理想论。
但是我相信，与其适应现实的贫穷条件养育孩子，不如面对理想、改革现实对孩子来说更好。
站在孩子的立场考虑育儿，只有这样。
比起30个孩子由一个保育员管理，不如15个孩子分别由两个保育员管理更好。
这难道是过高的奢望吗？
这和发射人造卫星相比是多么朴素的理想啊。
　为了实现这一朴素的理想，希望能够进一步改善保育工作者的劳动条件。
日本的宪法，保障对劳动者进行团体交涉的权利。
没有必须交涉的团体，就等于剥夺了她们的权利，而她们的劳动条件到任何时候都得不到充分的改善。
他们的劳动条件也就是孩子们受保育的条件。
受保育的孩子能够在良好的条件下成长，这和母亲的愿望是一致的。
　集体保育只适合于外出工作的母亲，这个时代已经过去了。
幼儿到目前为止，都是在集体中成长起来的。
因为汽车的泛滥和住宅的密集，夺去了幼儿和小朋友们游玩的场地，被软禁在家庭里。
给所有的孩子以游玩的场所，从软禁的孤独中解放出来，是所有母亲的愿望。
对改善集体保育场所的劳动条件一事，希望所有母亲都能不遗余力地给予支持。
　我希望在保健所工作的人们也读一下这本书。
虽然保健所是为创建优秀士兵而组建起来的，但已经不得不从绝对平均的育儿指导中脱离出来。
为了发展孩子各自的天分，必须尊重孩子的个性。
孩子的成长可以有各种各样不同的类型，不能根据是否是“标准体重”来区分孩子是优良儿还是不良儿。
我希望鼓励没有经验的母亲要根据孩子的特性进行育儿。
　这本书只将育儿对象限于上学前的孩子，对于上学的孩子，仅仅揭示了重新认识孩子一般性的成长。
当然，就上学的孩子发生的疾病，也列举在“孩子的疾病”栏。
上了小学以后的事情，希望能读一下我与胜田守一先生合写的《家庭教育》(岩波书店)和写了中学生事情的拙著《发挥你们的天性》(筑摩书房)以及以孩子与父亲关系为重点的拙著《父亲对孩子》(岩波新书)。
　另外，如果允许我涉及个人私事的话，我很高兴能在服部峻治郎老师七十大寿之年，出版发行这本书，是他将我从儿科学中解放出来、培养成儿科医师的。
　本书得以完成，承蒙装帧方面的福田繁雄先生，插图的岩崎先生，版面设计的多川精一先生，照片方面的片冈健夫妇、川岛浩先生，岩波电影的织田浩先生、刈部秀郎先生、荒平俊一先生、小山博孝先生等人的多方关照；另外，积极协助我们摄影的北田边保育园、樱花保育园各位的盛情也使我难忘。
岩波书店的堀江铃子女士、寺岛三夫先生、田沼祥子女士、竹田久美子女士等人也始终帮助操劳。
在此深表谢意。
　松田道雄　1967年9月

媒体关注与评论

推荐一本书《定本育儿百科》，松田道雄著。
我觉得很好，对初次做妈妈的人帮助真是很大。
我的宝宝3个多月时买的，很后悔没有早买一点，如果早买了，对着初生的宝宝肯定不会手忙脚乱
——（中文原创社区，玉生烟，2004）儿子在六个多月时第一次发烧，得了幼儿急疹，在此期间主要是在家调养，没有打过针。
我当时如此胆大，完全是靠“松田道雄为日本著名儿科医生”这一名气支撑着。
多亏了《育儿百科》使我的儿子免受庸医的皮肉之苦。
我觉得这本书的确很好，建议姐妹们人手一册。
——（搜狐社区，金色池塘，2005）这书是很好，我还送了本给朋友。
我碰到几乎所有的问题都能在书上找到答案。
而且作者的育儿观念也深深影响了我。
真的非常感谢松田道雄。
——（摇篮网，胡元宝，2006）我强力推荐将为父母的家长购买此书，它像一本育儿词典一样实用而可靠。
我就是每天查阅着这本书走过初为人母的几个月。
如果你还是一位待产的母亲，买这本书就足够了。
我待产的时候买了好几本育儿书，只有这本是最贴心实用的，最适合我们亚洲宝宝。
——（卓越网，michellech99，2007）向新手妈妈们推荐一本家用育儿百科，真的很好用。
宝宝前两天突发高烧，把我急得不行。
同事告诉我说可能是幼儿急疹，给我看了育儿百科的介绍，真的跟我家的一模一样。
有宝宝的家庭看来可以常备这么一本书了。
——（红孩子，persian_cat，2008）我特别喜欢的一本中文育儿书是松田道雄的《定本育儿百科》。
这位已经作古的日本老人很酷，他虽然是一位优秀的儿科医生，但他对孩子心灵和健康的发展的关注比疾病更多，也常常提醒家长们不要动不动就把孩子当病人对待。
——（天涯社区，berlinsky，2009）。
从妻怀孕到现在，基本上每个阶段都跟书里合得上拍。
我对书里对于婴儿学话的叙述有着深切的体会，呵呵！
伟大的松田道雄先生！
——（育儿网，游客，2010）

编辑推荐

《定本·育儿百科(礼品装)》：丰富育儿知识，刷新育儿理念，学习育儿方法，掌握育儿技巧当代育儿读物第一品牌，四十年不断修订再版，累计销量超过千万册，东南亚各国竞相翻译，最适合培育东方宝贝。
分册装订，方便携带，不同索引，易于查阅。

第一图书网, tushu007.com

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com