

# 成都市卫生健康委员会文件

成卫健发〔2021〕24号

---

## 成都市卫生健康委员会 关于印发《成都市家庭婴幼儿照护指南 (试行)》的通知

四川天府新区社区治理和社事局、成都东部新区公共服务局、成都高新区社会事业局，各区（市）县卫健局，市婴幼儿照护服务指导中心、管理中心：

为加强对家庭婴幼儿照护的指导，增强家庭科学育儿能力，促进婴幼儿健康成长，根据《成都市人民政府办公厅关于促进3岁以下婴幼儿照护服务发展的实施意见》（成办发〔2020〕60号）的要求，我们组织编制了《成都市家庭婴幼儿

照护指南（试行）》，现印发给你们。请发挥好各级妇幼保健机构、社区卫生服务中心（站）、托育服务行业协会、托育机构、儿童早期发展示范基地，以及儿保医护人员的作用，利用互联网信息化手段，为家庭提供婴幼儿保健、安全防护、照护技能与儿童早期发展等指导服务。



# 成都市家庭婴幼儿照护指南

(试行)

为增强家庭科学育儿能力，促进婴幼儿健康成长，根据《国务院办公厅关于促进3岁以下婴幼儿照护服务发展的指导意见》（国办发〔2019〕15号）《成都市人民政府办公厅关于促进3岁以下婴幼儿照护服务发展的实施意见》（成办发〔2020〕60号）关于“加强对家庭婴幼儿照护支持和指导”的要求，遵循婴幼儿成长特点和规律，参照国家有关婴幼儿保健、安全防护、照护技能与儿童早期发展等标准和规范，特制定本指南。

本指南为3岁以下婴幼儿家庭、各医疗保健机构儿童保健医护人员提供参考。

## 一、健康照护

### （一）生活安排

1. 根据不同发育水平婴幼儿的生理、心理特点，结合本地区季节变化和家庭实际情况，合理安排一日的生活和活动，增强婴幼儿生活的规律性、稳定性，促进婴幼儿的身心健康和潜能发展。

2. 合理安排婴幼儿睡眠、进餐、如厕、活动、游戏等每个

生活环节和时间。保证婴幼儿充足的活动时间，注意动静结合、室内与室外活动结合，不同形式的活动交替进行。婴幼儿应有一定的自由活动时间，每天在推车、餐椅等的时间小于 1 小时。

3. 保证婴幼儿每日充足的户外活动时间。0-1 岁婴儿每日户外活动时间不少于 1 小时；1-3 岁幼儿每日户外活动时间不少于 2 小时。遇到寒冷、炎热季节或特殊天气情况，可酌情调整。

4. 在 3 月龄左右逐步养成规律作息和良好睡眠习惯（按时睡、不奶睡、不抱睡、自主入睡），保证婴幼儿有充足的睡眠时间。建议每日睡眠时间：0-3 月龄 14-17 小时，4-12 月龄 12-16 小时，1-3 岁 11-14 小时，并做到规律觉醒和睡眠。

## （二）健康检查

1. 照护者应按时带婴幼儿到规定的疫苗接种单位完成适龄的预防接种（可参考附件 1），如因特殊原因延后务必补打。

2. 照护者应定期带婴幼儿到医疗保健机构儿童保健门诊进行健康检查。按照基本公共卫生服务“0~6 岁儿童健康管理规范”要求，婴幼儿满 3、6、8、12、18、24、30、36 月龄应定期健康检查，包括：测量身长（身高）、体重，进行营养评估，检查口腔、皮肤、心肺、肝脾、脊柱、四肢等，测查视力、听力，检测血红蛋白或血常规等，根据婴幼儿具体情况进行母亲营养评估、膳食营养分析、心理行为发育评估等其他检查。医

疗保健机构儿童保健门诊医护人员应有针对性提供婴幼儿保健、安全防护、照护技能与儿童早期发展指导服务。

3. 重视婴幼儿心理行为保健。照护者可参照《儿童心理行为发育问题预警征象》了解婴幼儿发育情况。每次健康检查时，儿童保健门诊应进行发育监测，了解婴幼儿心理行为发育情况，及时发现发育偏离或疾病婴幼儿，及早干预或治疗。

4. 重视眼病及视力筛查。生后 28-30 天结合满月健康检查，进行首次眼病筛查，此后分别在 3、6、12 月龄和 2、3 岁健康检查的同时进行阶段性眼病筛查和视力评估。出生体重 < 2000g 的早产儿和低出生体重儿，应当在生后 4~6 周或矫正胎龄 32 周，由眼科医师进行首次眼底病变筛查。

5. 按时进行口腔保健。第一颗乳牙萌出至 1 周岁之前进行第一次口腔检查，如乳牙萌出情况，前牙是否有色、形、质的改变，前牙正中间隙是否墨浸，唇舌系带附着位置是否异常及龋病风险评估。之后，根据婴幼儿龋病风险评估结果，确定复查的间隔。

6. 定期进行耳及听力保健。出生时检查有无外耳畸形，日常观察耳部有无异味及渗液，有无拍打或抓耳的动作，观察对声音反应是否灵敏如常（可参考表 1 进行听力筛查），发现问题及时就医。新生儿期听力筛查后，在儿童保健健康检查的同时进行耳及听力保健，其中 6、12、24 和 36 月龄为听力筛查的重点月龄。

表 1 0-3 岁儿童听觉观察法听力筛查阳性指标

年龄	听觉行为反应
6 月龄	不会寻找声源
12 月龄	对近旁的呼唤无反应 不能发单字词音
24 月龄	不能按照成人的指令完成相关动作 不能模仿成人说话（不看口型）或说话别人听不懂
36 月龄	吐字不清或不会说话 总要求别人重复讲话 经常用手势表示主观愿望

### （三）日常护理

1. 照护者对婴幼儿每日饮食、睡眠、大小便、精神状况、体温等进行观察，发现异常及时到医院诊治。

2. 新生儿期护理要点。

（1）脐部护理：脐带残端 1 周左右脱落，脱落前应保持脐带残端干燥和清洁，穿尿不湿时可将尿不湿在脐带下方折叠，以免污染脐带。如脐带断端污染，可用 75%酒精涂抹。脐带脱落 1-2 天内，脐窝处会有少量黄色胶冻状分泌物，无臭味，可用 75%酒精涂抹并保持干燥。如脐窝部皮肤出现粉红色肉芽及分泌物、脐周皮肤红肿或有脓性血性分泌物，应及时就诊。

（2）臀部护理：新生儿臀部皮肤常易出现发红、皮疹或糜烂等，保持臀部皮肤清洁和干爽是主要的预防方法。每次便后应及时换尿不湿并用温水从前向后洗净拭干，再涂少量护臀霜，预防红臀。

3. 重视眼及视力保健。照护者应注意识别常见眼部疾病。若出现眼红、畏光、流泪、分泌物多、瞳孔区发白、眼位偏斜或歪头视物、眼球震颤、不能追视、视物距离过近或眯眼、暗处行走困难等异常情况，应当及时到医院检查。2 岁内婴幼儿不建议观看或使用电子屏幕；2-3 岁幼儿控制电子屏幕使用时间，每天 1-2 次，每次不超过 15 分钟；避免在睡前使用任何电子设备。注意用眼卫生，教育和督促婴幼儿经常洗手，不揉眼睛。不要带患有传染性眼病的婴幼儿到人群聚集的场所活动，应居家隔离，防止疾病传播蔓延。

4. 重视口腔护理。注意喂养方式及培养良好的口腔卫生习惯(可参考表 2、表 3)，预防龋齿。

(1) 新生儿期至 3 月龄，喂奶后用温开水清洗口腔，每天至少口腔清洁 1 次，照护者应注意自身口腔卫生，避免口对口亲吻婴幼儿或用口尝试婴幼儿食物的温度。

(2) 6 至 12 月龄，婴儿乳牙一旦萌出，应给婴儿刷牙，照护者清洁双手后,可选择纱布、指套牙刷给婴儿擦拭牙齿。

(3) 12 至 18 月龄，乳前牙到第一颗乳磨牙陆续萌出，应限制添加糖类食物的摄入，嚼着吃水果；照护者应每天为婴幼儿进行口腔护理，前牙邻面接触每天至少使用一次牙线，晚上刷牙后除白开水外，避免喝奶或吃食物。

(4) 2 至 3 岁，应指导幼儿使用两侧牙齿咀嚼，用前牙切断食物，切勿食物过于精细；幼儿每天摄入添加糖应少于 10 克，

次数不超过 2 次，避免幼儿两餐之间进食含糖食品，不喝碳酸饮料；诱导幼儿逐渐停止吮吸安慰奶嘴及手指等行为，早晚刷牙，饭后漱口；照护者每日应至少帮助幼儿刷牙 1 次（最好是晚上），保证刷牙的效果。使用含氟牙膏为幼儿刷牙，含氟牙膏用量为米粒大小，幼儿刷牙后帮助其吐出或者擦净牙膏泡沫，帮助幼儿学会漱口。

**表 2 0-3 岁婴幼儿喂养建议**

年龄	建议	不建议
0-6 个月	首选纯母乳；无母乳或不足等情况，可采用配方奶	含乳头或奶嘴入睡
	逐渐减少喂奶次数	
	减少夜间喂奶的次数	
7 个月-1 岁	辅食保持原味	夜间喂养
		长时间含着甜奶或甜饮料
		看护者用口腔接触奶嘴去检测奶温
		与婴幼儿口对口亲吻
		将自己咀嚼过的食物喂给婴幼儿
		共用餐具
1 岁-1 岁半	开始断奶	喂食果汁（100%纯果汁或果汁饮料）
	使用水杯（或吸管）	使用奶瓶
1 岁半-2 岁	完全断奶	
		使用奶瓶



表3 0-3岁婴幼儿口腔卫生行为指导

年龄	建议
乳牙萌出前	母乳喂养时母亲需注意清洗乳头
	人工喂养需消毒器具
	在清洁的手指上包绕干净柔软的纱布，蘸温水轻轻擦洗婴儿的牙床、腭部和舌背，每天至少清洁一次
乳前牙萌出后	使用纱布、指套牙刷或儿童牙刷为婴幼儿刷牙
	每天至少使用一次牙线
乳磨牙萌出后	由家长使用儿童牙刷帮助刷牙。方法为圆弧刷牙法
	每天至少使用一次牙线

### 5. 重视耳及听力保健。

(1) 保持耳部清洁干燥，避免耳朵外伤。

(2) 喂奶时应抱起婴幼儿呈坐位或斜坡位，头和上身略高，避免平卧或仰卧位喂奶，以防止乳汁或牛奶流入中耳鼓室引起感染。

(3) 遇到不明原因发烧时，应及时就诊，排除急性中耳炎的情况。

(4) 避免使用氨基糖苷类药物(抗生素中的一类，包括庆大霉素、丁胺卡那霉素等药物)，防止药物性耳聋的发生，保护婴幼儿听力。

(5) 避免高频或长时间噪音刺激，如电视、音响、汽车喇叭声、关门声等声音刺激。

6. 重视日常皮肤护理。建议出生后第二天开始洗浴，每 1-2 天一次，水温 38℃ 左右，5-10 分钟内完成。每周可使用婴儿沐浴液清洁 2 次以上，根据季节环境不同酌情增加。建议出生后即开始润肤，润肤剂宜选择不含香料、染料、易致敏防腐剂等成分的合格产品。新生儿期夏季可选用润肤霜或润肤乳，秋冬季可选用润肤霜或润肤膏。每周全身用量可达 400g 以上，尤其是患有特应性皮炎的婴幼儿。鉴于婴幼儿代谢旺盛，产热量相对较大，穿衣厚度可参考父母，应避免过度保暖。通过后背皮肤温度可大致判断婴幼儿散热情况，如后背皮肤发烫甚至有汗，需要及时降低环境温度或减少衣物等。婴幼儿户外活动时应避免强烈的日光直射皮肤，做好遮阳措施。6 个月以上婴幼儿可以使用儿童防晒霜小面积涂抹暴露部位，如仅涂抹面部、手背等。婴幼儿宜选择以氧化锌、二氧化钛等无机物为主要滤光剂的防晒产品。

## 7. 重视疾病预防。

(1) 感冒预防：勤洗手、多饮水是预防感冒最有效的方法；应避免到人太多的地方，避免接触感冒的人；锻炼身体，提高抵抗力；随季节变化增减衣物，避免受凉；保持生活环境的空气流通，每天早晚开窗换气。

(2) 手足口病、轮状病毒等传染病预防：注意饮食、饮水及个人卫生，大人小孩勤洗手，注意手卫生，餐前、便后以及

外出返回后应洗手，以防病从口入，疾病流行季节不去人多的地方。

8. 必要时鼻部护理。若有流涕、鼻阻情况，可用生理性海水或者生理盐水行鼻腔护理。观察发现有反复发作的鼻阻、流涕、揉鼻、喷嚏、睡眠打鼾、张口呼吸、鼻出血等症状，应及时就医。

#### （四）身体锻炼

1. 身体锻炼有助于疾病预防、治疗和身体机能恢复。根据婴幼儿运动发育里程碑进行早期运动训练，不仅能促进各器官系统发育，还能提高机体免疫力、改善运动及认知发育。

2. 0-1 岁婴儿建议：(1)每天以多种形式进行身体活动，尤其是互动式的地板游戏。不限制婴儿每天活动总时间，宜在上、下午清醒时进行，避免睡前 1 小时内剧烈活动，每次 10-20 分钟。(2)对于尚不能自主活动的婴儿，可在其清醒时每天累计至少 30 分钟俯卧时间。对于会爬行的婴儿，鼓励其多爬。推荐活动：俯卧够玩具、婴儿按摩操、亲子瑜伽、骑大马、钻洞游戏、追爬游戏等。

3. 1-3 岁幼儿建议：(1)以亲子互动游戏为主，每天间歇进行游戏活动，总时间达到 3 小时，其中大运动锻炼为主的身体活动时间至少 1 小时。(2)充满活力的身体活动应贯穿全天，以低中强度的身体活动为主，动、静游戏交替，室内与户外活动结合。推荐活动：双人双脚、绕障碍跑圈圈、追泡泡、小兔蹦

蹦跳、接球游戏、韵律操、串珠子、搭积木等。(3)此年龄段幼儿缺乏危险意识，照护者应注重游戏环境和游戏中的安全，宜在保证安全的前提下，鼓励幼儿进行跑、蹦跳、攀爬、投掷等运动。

4. 活动中观察婴幼儿的精神状态、出汗量以及对身体活动的反应。活动后及时更衣，注意观察其精神、食欲、睡眠等状况。

## 二、营养照护

充足的营养和适宜的喂养照护，可以满足婴幼儿体格生长、机体功能成熟及大脑快速发育的需求，是促进婴幼儿健康、保障潜能发展的最有效措施。坚持纯母乳喂养 6 个月，满 6 月龄应及时、合理、适量且安全地添加其它营养丰富的辅食，并持续母乳喂养至 2 岁，保证食物多样化、均衡膳食，合理增补营养素，培养良好的进食行为。

### (一) 膳食营养

1. 提倡纯母乳喂养。婴儿 6 月龄内应纯母乳喂养，无需添加水、果汁等液体和固体食物；从 6 月龄起，在合理添加辅食的基础上，继续母乳喂养至 2 岁。如果母乳分泌确实不足或因婴儿、母亲疾病原因不适宜母乳喂养，应提供适宜的母乳替代品，首选婴儿配方奶。

2. 3 月龄内婴儿应按需哺乳，每日不少于 8 次。4-6 月龄逐渐定时喂养，每 3-4 小时一次，每日约 6 次，可逐渐减少夜

间哺乳，帮助婴儿形成夜间连续睡眠能力。但对有个体差异的，需区别对待。

3. 婴儿满 6 月龄开始添加辅食（可参照表 4）。继续坚持母乳喂养，母乳喂养次数逐渐从每日 5~6 次减少至 3~4 次，辅食从开始每日一次，至 7~9 月龄增加至每日 2 次，10~12 月龄每日 2~3 次。引入食物应由一种到多种、由少量到多量、由细到粗，科学制作，顺应喂养。每添加一种新的食物应观察 3 天左右，注意有无过敏，待婴儿适应后再添加另一种食物，已适应的食物可以混合喂养。

4. 辅食制作。1 周岁以内婴儿的食物不另添加糖、盐及调味品，可根据辅食种类搭配或烹制需要添加少许油脂，以植物油为佳，数量应在 10 克以内；1-2 周岁幼儿的食物应是少盐（不超过 2 克）、少糖、少刺激的清淡口味食物，可添加 5-15 克油脂，推荐首选富含  $\alpha$ -亚麻酸的植物油。

5. 婴儿出生后数日开始每日补充维生素 D3 10 $\mu$ g（400IU），奶量充足不需要额外补充钙制剂。

表 4 婴幼儿食物摄入量和餐次参考表

项目	6 个月	7~9 个月	10~12 个月	12~24 个月	24~36 个月
母乳喂养	按需喂母乳并 开始添加辅食	每天 4~6 次母乳	每天 3~4 次母乳	每天摄入母乳 或液态奶 300~500ml	每天喝奶量 300~500ml
辅食添加	每天 1 次泥 糊 状食物	每天 1-2 次泥末状 食物	每天 2~3 次碎 的颗粒状食物， 手指状食物	每天 3 次正餐 2 次点心	每天 3 次正餐 2 次点心

项目	6 个月	7~9 个月	10~12 个月	12~24 个月	24~36 个月
谷物杂粮	铁强化米粉 厚粥	厚粥、烂面片、 软馒头片（约 30~50 克/天）	烂米饭、烂面、 包子（约 50~ 75 克/天）	软米饭、馒头 面类（约 75~ 100 克/天）	米饭、饺子、 饼 等米面类（约 100~180 克/ 天）
动物类 食品和 豆制品	/	肉泥、鱼泥、肝/ 血、蛋黄（共约 15~25 克/天）	肉末、肝/血、 鱼、禽类（25~ 50 克/天） 蛋 1 个	肉、鱼、禽类 （50~75 克/ 天） 蛋 1 个	肉、鱼、禽类 （约 75 克/天）、蛋 1 个，大豆及 豆制品（25 克/天）
蔬菜水 果	菜泥、果泥 （1-2 勺）	菜末、果泥 （共约 45~75 克/ 天）	碎菜（约 50~ 100 克/天）、水 果（约 20~ 50 克/天）	碎菜（约 100~ 200 克/天）、水 果（约 50~100 克/天）	蔬菜（约 150~250 克/ 天）、水果 （约 100~ 150 克/天）

6. 早产儿（出生胎龄 < 37 周）和低出生体重儿（出生体重 < 2500 克）根据胎龄和出生体重及营养风险，在医生指导下强化营养。

## （二）饮食行为

1. 12 月龄应开始练习自己用餐具进食，培养独立能力和正确反应能力。1-2 岁幼儿应分餐进食，鼓励自己进食；2 岁后的幼儿应独立进食。

2. 应定时、定点、定量进餐，每次进餐时间为 20-30 分钟。进食过程中应避免边吃边玩、边看电视，不要追逐喂养。避免强迫喂养和过度喂养，预防拒食、偏食、过食。少提供高脂高糖食物、快餐食品、碳酸饮料及含糖饮料。

3. 婴幼儿进食时一定要有人看护，以防进食意外。花生瓜子等坚果、果冻等食物不适合婴幼儿食用。

### （三）膳食卫生

1. 母乳存放。母亲外出或母乳过多时，可将母乳挤出存放至干净容器或特备储乳袋，妥善保存在冰箱或冰包中（不同温度下母乳储存时间可参考表 5），母乳食用前用温水加热至 40℃ 左右即可喂哺。

表 5 母乳储存方法

储存条件	最长储存时间
室温（25℃）	4 小时
冰箱冷藏室（4℃）	48 小时
冰箱冷冻室（-20℃）	3 个月

2. 奶瓶清洁、配方奶冲配及存放。奶瓶、奶嘴每次使用后应彻底清洗并消毒，可用专用消毒设备或者沸水中煮沸 5 min 消毒。冲配奶粉前应清洁相关区域并用肥皂洗净双手。保证冲配奶的饮用水卫生，应用煮沸后冷却至 40℃ 左右的水。严格按照说明冲配配方奶，冲配时先加水再加奶粉，用罐内配套的量勺称量奶粉，避免过稀或过浓造成婴儿营养不良或肾脏损伤。喂哺前先滴几滴在手腕内侧，确保奶液温度适宜。室温条件下放置超过 1h 或已经温热过一次的配方奶都应弃用。

3. 食物准备及清洁要求。保证食物、食具、水在制作与保存过程中的清洁和卫生，备食及喂食事先用肥皂洗手。提供新鲜的食物，食物保证煮熟，生食及熟食需严格分开，食物制作完成后尽快食用。使用婴幼儿单独的厨具，避免和大人混用，

使用清洁餐具，注意饮用水清洁。避免将接触过成人口腔唾液的食物喂哺婴幼儿，以免成人口腔内细菌传播给婴幼儿。

### 三、回应性照护

回应性照护是指照护人积极主动回应婴幼儿的心理和生理需求，敏锐、细心、耐心地时刻理解并回应婴幼儿的哭闹、语言、表情和动作，做到密切观察婴幼儿的动作、声音等线索，通过肌肤接触、眼神、微笑、语言等形式对婴幼儿的需求做出及时且恰当的回应。高水平的回应性照护有助于促进婴幼儿认知能力和社会情感的发展。照护者应认真观察、正确理解并及时合理地回应婴幼儿发出的信号。

（一）建立良好的亲子关系。亲子关系是孩子和照料者（主要是父母）之间形成的稳固的情感关系，是婴幼儿生活中最早形成，也是最基本、最重要的社会关系。良好的亲子关系会增加孩子与照料者在一起时的安全感、舒适感以及愉悦感，促使婴幼儿更好的关注、探索周围环境并从他们的所见中不断地学习。有利于帮助婴幼儿建立信任、安全、良好的依恋和社会关系。

（二）敏感观察、了解婴幼儿生理和心理需求，鉴别并妥善处理和应对疾病。不同的婴幼儿从周围获得信息和表达自己需求的方式会有所不同，照护者应善于观察和倾听，及时发现婴幼儿身体不适的征兆、识别出饥饿和饱足、发掘潜在危险、判断婴幼儿的情绪变化，最终给予恰当的处理。



（三）从婴幼儿的视角理解其行为，并做出恰当的交互回应。关注婴幼儿的兴趣，积极正确回应婴幼儿的行为。当婴幼儿意识到自己表达的需求能够获得及时、恰当的回应并且感到满足时，对照护者的信任便会逐渐建立起来，并为了让照护者再次回应，他会更努力的再做尝试，这将极大地促进婴幼儿的认知学习和发展。

（四）回应性喂养是婴幼儿回应性照护的重要部分，强调喂养过程中养育者和婴幼儿之间的互动。照护者通过识别婴幼儿在进食过程中发出的语言或非语言信号来调整喂养行为，根据婴幼儿发展能力提供适龄的食物、进食帮助和适宜的喂养环境。

（五）婴儿在还没有口语表达时，更多通过非语言沟通方式来发起需求和回应照护者，照护者应根据婴幼儿的需求和做出的回应，协调自己的方式与其互动。良好的互动方式可以促进婴幼儿语言、认知发展、情感交流以及早期脑发育。随着婴幼儿年龄增长，应让婴幼儿更多的参与到日常活动中，充当父母的小帮手，学习模仿父母的言行，逐步掌握基本的社会生活能力。

（六）照护者应以温和、愉快的态度与婴幼儿互动。对婴幼儿进行不良行为约束时，应态度坚定，但语调平静而温和，禁止一切忽视、粗暴冲动或虐待婴幼儿的行为。

## 四、安全照护

### （一）提供安全的居住环境

1. 必须保障婴幼儿生活和活动环境的安全，在婴幼儿活动范围内要去除家庭环境中潜在的不安全因素，并在日常生活中培养婴幼儿的安全意识和自我保护能力。

2. 定期检查家中燃气管道、炉灶，谨防燃气泄漏，以防一氧化碳中毒。定期对婴幼儿接触到的玩具和其他物品进行消毒，确保洁净、无毒，玩具大小应适合婴幼儿年龄阶段，避免其误吞。

### （二）预防婴幼儿意外伤害发生

1. 预防窒息、跌落、踩踏、溺水、触电、烧（烫）伤、中毒、动物致伤、交通事故等伤害的发生。

2. 乘私家车外出时使用安全座椅，不满 1 岁的婴儿应使用反向（脸向后）的婴幼儿安全座椅，1 岁以上可坐脸向前的座椅。

3. 户外活动前注意检查安全风险，如活动设备、设施及活动场所的安全性，做好户外虫咬伤或意外受伤的防护准备。

4. 照护者应掌握基本的急救原则和方法，当发生意外时能够及时正确予以施救，如心肺复苏、海姆立克急救法、烧（烫）伤处理方法等。

### （三）重视婴幼儿心理安全

1. 照护者应敏锐了解婴幼儿需求，及时给予适当回应，使

婴幼儿与照护者建立安全的依恋关系。

2. 照护者应避免任何对婴幼儿的忽视、体罚、虐待、暴力或威胁行为，且应提高自身情绪调控能力，避免向婴幼儿发泄不良情绪。

3. 照护者应全日观察并参与婴幼儿的活动，注意防止来自家庭或照护机构外部对婴幼儿身体和心理的伤害或虐待。

## 五、早期学习与发展

（一）早期学习不是单纯的知识灌输和智力开发，而是根据婴幼儿不同阶段的发育特点（参考附件 4），提供丰富的环境和活动，让婴幼儿不断经历和体验，家长要学会在养育日常过程中(如喂养、护理、游戏等)，开发其潜能，引导并促进其发展。

（二）在保证安全的前提下，根据婴幼儿的发育水平，引导和培养其自理生活能力和良好行为习惯。建议 3-6 月龄，培养规律进食和良好睡眠习惯；7-9 月龄，学习咀嚼、吞咽技能；10-12 月龄，练习用手抓食、用杯喝奶；18 月龄左右锻炼用勺进食、示意大小便、学习脱鞋；2 岁以上，鼓励幼儿帮助完成简单家务活，如帮忙拿东西、扫地、收拾玩具等。

（三）根据婴幼儿个体发育水平，开展各种适宜的游戏活动（可参考表 6），为孩子提供安全、可探索和玩耍的场地和空间，每天创造至少 30 分钟优质的亲子共处时间，促进认知和想象力发展、语言和运动发育、社交互动及解决问题能力等各方

面的发展。

表 6 婴幼儿游戏能力发展

年龄	游戏能力发展
5-6 月龄	处于感知运动阶段，可较准确拿到或抓握感兴趣的物体，婴儿对待玩具的行为方式都是放入嘴里、摇动、敲打、扔掉。
9 月龄	仍然采用感觉运动型的游戏方式，但在摆弄玩具时常先用眼观察，然后有条理地从各个方向边观察边触摸，体现智力水平提高。
12 月龄	逐渐理解物体的使用功能，推动小车跑、敲钟等，反映物体稳定概念的想象性游戏雏形初现，儿童游戏以自我为中心，如儿童从玩具茶杯中喝水、将玩具电话放在耳边。
17-24 月龄	幼儿游戏不再以自我为中心，如儿童倒水给玩具娃娃喝。
24-30 月龄	真正的想象性游戏出现，并以象征性游戏为开端，儿童能轻易地使用象征物，如在盘子上放小片的纸代表食物。

- 附件：1. 国家免疫规划疫苗儿童免疫程序表（2021 年）
2. 儿童心理行为发育问题预警征象
3. 儿童日常护理记录单
4. 婴幼儿心理行为发育
5. 家庭科学育儿指导网址

## 附件 1

### 国家免疫规划疫苗儿童免疫程序表（2021 年）

可预防疾病	疫苗名称	接种途径	接种年（月）龄														
			出生时	1 月	2 月	3 月	4 月	5 月	6 月	8 月	9 月	18 月	2 岁	3 岁	4 岁	5 岁	6 岁
乙型病毒性肝炎	乙肝疫苗	肌内注射	1	2						3							
结核病 <sup>1</sup>	卡介苗	皮内注射	1														
脊髓灰质炎	脊灰灭活疫苗	肌内注射			1	2											
	脊灰减毒活疫苗	口服					3								4		
百日咳、白喉、破伤风	百白破疫苗	肌内注射				1	2	3				4					
	白破疫苗	肌内注射															5
麻疹、风疹、流行性腮腺炎	麻腮风疫苗	皮下注射								1		2					
流行性乙型脑炎 <sup>2</sup>	乙脑减毒活疫苗	皮下注射								1			2				
	乙脑灭活疫苗	肌内注射								1、2			3				4
流行性脑脊髓膜炎	A 群流脑多糖疫苗	皮下注射							1		2						
	A 群 C 群流脑多糖疫苗	皮下注射												3			4
甲型病毒性肝炎 <sup>3</sup>	甲肝减毒活疫苗	皮下注射										1					
	甲肝灭活疫苗	肌内注射										1	2				

注：1. 主要指结核性脑膜炎、粟粒性肺结核等。

2. 选择乙脑减毒活疫苗接种时，采用两剂次接种程序，选择乙脑灭活疫苗接种时，采用四剂次接种程序；乙脑灭活疫苗第 1、2 剂间隔 7-10 天。

3. 选择甲肝减毒活疫苗接种时，采用一剂次接种程序，选择甲肝灭活疫苗接种时，采用两剂次接种程序。

## 附件 2

# 儿童心理行为发育问题预警征象

年龄	预警征象	年龄	预警征象
3 月龄	1. 对很大声音没有反应 <input type="checkbox"/> 2. 不注视人脸, 不追视移动人或物品 <input type="checkbox"/> 3. 逗引时不发音或不会笑 <input type="checkbox"/> 4. 俯卧位时不会抬头 <input type="checkbox"/>	18 月龄	1. 不会有意识叫“爸爸”或“妈妈” <input type="checkbox"/> 2. 不会按要求指人或物 <input type="checkbox"/> 3. 不会独走 <input type="checkbox"/> 4. 与人无目光对视 <input type="checkbox"/>
6 月龄	1. 发音少, 不会笑出声 <input type="checkbox"/> 2. 紧握拳不松开 <input type="checkbox"/> 3. 不会伸手及抓物 <input type="checkbox"/> 4. 不能扶坐 <input type="checkbox"/>	2 岁	1. 无有意义的语言 <input type="checkbox"/> 2. 不会扶栏上楼梯/台阶 <input type="checkbox"/> 3. 不会跑 <input type="checkbox"/> 4. 不会用匙吃饭 <input type="checkbox"/>
8 月龄	1. 听到声音无应答 <input type="checkbox"/> 2. 不会区分生人和熟人 <input type="checkbox"/> 3. 不会双手传递玩具 <input type="checkbox"/> 4. 不会独坐 <input type="checkbox"/>	2 岁半	1. 兴趣单一、刻板 <input type="checkbox"/> 2. 不会说 2-3 个字的短语 <input type="checkbox"/> 3. 不会示意大小便 <input type="checkbox"/> 4. 走路经常跌倒 <input type="checkbox"/>
12 月龄	1. 不会挥手表示“再见”或拍手表示“欢迎” <input type="checkbox"/> 2. 呼唤名字无反应 <input type="checkbox"/> 3. 不会用拇食指对捏小物品 <input type="checkbox"/> 4. 不会扶物站立 <input type="checkbox"/>	3 岁	1. 不会双脚跳 <input type="checkbox"/> 2. 不会模仿画圈 <input type="checkbox"/> 3. 不能与其他儿童交流、游戏 <input type="checkbox"/> 4. 不会说自己的名字 <input type="checkbox"/>

注: 1. 如果儿童检测时不与相应月龄匹配, 应采用实足月龄点条目进行检查。如接近下一月龄点 (1 周之内), 可以下一月龄为参考。

2. 如发现有相应月龄的预警征象, 应在相应情况在“□”内打“√”。该年龄段任何一条预警征象阳性, 提示有发育偏异的可能, 建议到医疗保健机构就诊。

附件 3

## 儿童日常护理记录单

日期	奶类			其他食物			睡眠		户外活动		大便		小便（换尿布）		饮水		体温		其他
	时间	种类	量	时间	名称	量	时间	时长	时间	时长	时间	形状	时间	颜色	时间	量	时间	数值	
日合计											(次)		(次)				/		

备注：其他是指精神、身体、行为、意外伤害等异常。

## 附件 4

# 婴幼儿大运动里程碑

年龄	抬头	翻身	坐	匍匐、爬	站、走、跳
新生儿	俯卧抬头	伸展脊柱从侧卧位到仰卧位	腰肌无力	俯卧位有反射性匍匐动作	直立时，可负重；出现踏步反射和立足反射
2月龄				俯卧交替踢脚，是匍匐的开始	
3月龄	抬头 45°，较稳，能自由活动		扶坐腰背呈弧形	用手撑上身数分钟	
4月龄			扶坐时能竖颈		
5月龄	俯卧抬头 90°	较有意地以身体为一体从侧卧位到仰卧位，但无身体转动			扶站时，双下肢可负重，并可上下跳
6月龄		从仰卧位翻至侧卧位，或从俯卧位至仰卧位	靠双手支撑，坐稳片刻		
7月龄		有意伸展上肢（或下肢），继而躯干、下肢（或上肢），分段转动，连续从仰卧位至俯卧位，再翻至仰卧位	坐稳，双手可玩玩具，但活动范围较大时身体向侧面倾斜失去平衡，发展前向保护反射	俯卧时可后退或原地转	
8月龄			坐稳，背部竖直，左右转动，当活动范围较大时，双手伸出维持身体倾斜时的平衡	匍匐运动	扶站片刻
9月龄				跪爬，伸出一侧手向前取物	
10月龄				熟练爬行	
12月龄			发展后向保护反射；自己爬上凳子，转身坐下		独站片刻，扶走
18月龄			独坐小凳，弯腰食物		跑和倒退走
2岁					
30月龄					单足站立，原地并足跳
3岁					上下楼梯、并足跳远、单足跳



## 婴幼儿精细运动发展

年龄	精细运动
新生儿	手握拳紧
3月龄	注视双手，可胸前玩手，手抓拔物品
4月龄	欲伸手够物，当够到物品时，出现抓握动作，但仅手掌碰触与抓握，动作不超过肢体中线；全手抓握动作逐渐精细化和准确化
5月龄	大拇指参与握物，抓物入口探索
6月龄	始单手活动，伸手活动范围可越过身体中线；始在水平和垂直方向塑造自己的双手
7月龄	拇指协同其他手指倾斜地捋起小物品，已可不放在手掌；换手与捏、敲等探索性动作出现
9月龄	拇食指可垂直于物体表面摘起小物品
12月龄	伸手接触物品前，能将手定位在合适方向；手运动精细化，手腕参与旋转；搭积木游戏，逐渐使用工具，如匙和铅笔等
18月龄	叠 2-3 块积木，拉脱手套或袜子
2岁	叠 6-7 块积木，一页一页翻书，拿住杯子喝水，模仿画垂线和圆
3-4岁	使用“工具性”玩具，如拧瓶盖、玩泥胶

## 婴幼儿社会和适应能力里程碑

年龄 (月龄)	进食能力	年龄 (月龄)	如厕能力
5	可抱奶瓶	31-33	白天不遗尿(女童)
10	抓食入口	34-37	白天不遗尿(男童)
15	使用勺子	34	解便时使用卫生间或便盆(女童)
15	用杯子喝水	39	解便时使用卫生间或便盆(男童)
30	用筷子进食		社会/游戏能力
48	会用刀子切食物	1.5	社交式微笑
	穿衣能力	4	大笑
10	成人帮助穿衣	10	躲猫猫或玩拍手游戏
24	穿或脱去部分衣服	12	单人游戏(自己玩耍)
48	系好纽扣	24	平行游戏(与其他儿童一起,但各玩各的)
48	正确穿鞋子	36	参加互动游戏

## 婴幼儿认知发育的里程碑

年龄	里程碑	简介
4-8 月龄	早期客体永存	眼睛会跟随掉落离开视线的物体，探寻部分隐藏的物体
9-12 月龄	客体永存	寻找安全被隐藏的物体
9 月龄	因果联系建立	意识到她或他的活动可引起另一活动或与某一应答相关
12-15 月龄	了解物品功能	了解物品的用途
18 月龄	代表性游戏	在别人或玩偶身上假扮使用某一物品的功能，如给娃娃杯子喝水
2-3 岁	象征性游戏	假扮游戏时把一个物体象征为另一物体，如游戏中把一根细长棍想象成牙刷

附件 5

## 家庭科学育儿指导网址

成都市婴幼儿照护服务指导中心官方网站：  
[http://www.wcch.cn/catspecial\\_kxyezl/](http://www.wcch.cn/catspecial_kxyezl/)

信息公开属性：主动公开

---

成都市卫生健康委员会办公室

2021 年 10 月 26 日印发

