

《儿童日报》对民国儿童的健康教育

朱文钰

(渤海大学历史文化学院 辽宁 锦州 121000)

【摘要】近代社会发生巨大变革，自五四新文化运动兴起，“儿童本位”思想逐渐深入人心，儿童社会和家庭地位上升、教育观念转变等因素也使得儿童身体健康和心理健康受到关注。《儿童日报》通过其登载的文章致力于培养民国儿童的健康意识，关注身体健康和心理健康，普及虫害知识、身体器官保护、疾病预防方法、体育锻炼意识，同时儿童心理健康和儿童性教育内容也受到重要关注，培养拥有健康知识和健康心理的儿童。本文通过分析《儿童日报》中健康意识培养内容，能够帮助我们了解民国社会眼中的儿童形象。

【关键词】《儿童日报》儿童健康教育

【中图分类号】G642 **【文献标识码】**A **【文章编号】**1673-9574(2022)19-0022-03

儿童是国家的未来、民族的希望，儿童健康是经济社会可持续发展的保障。为深入贯彻《中共中央国务院关于优化生育政策促进人口长期均衡发展的决定》，落实《“健康中国2030”规划纲要》和《健康中国行动（2019—2030年）》，进一步提高儿童健康水平，制定《健康儿童行动提升计划（2021—2025年）提升计划》。因此，对民国时期儿童健康问题研究具有很强的现实依据。近代社会发生巨大变革，儿童身体健康和心理健康受到关注。作为媒介的近代儿童报刊参与并塑造着儿童形象，更加推动社会关注儿童健康。关于儿童健康教育的史学研究始终是学术界关注的热点，学术界针对《小孩月报》、《点石斋画报》、《蒙学报》、《申报》、《妇女杂志》、《大公报》、《东方杂志》、《儿童世界》、《盛京时报·儿童周刊》、《少年杂志》等报刊的内容研究成果特别丰富，学者们普遍认为这些报刊重点关注儿童的身体健康、知识学习、思想品德，其中身体健康包括卫生习惯、疾病预防与治疗、睡眠、饮食、科学育儿法等，对于儿童心理健康问题的关注内容虽少，但肯定其重要性。《儿童日报》作为一份专门研究儿童、娱乐儿童的报纸，对儿童健康进行了持续的关注，但是关于其中培养儿童健康意识内容研究尚较缺乏。

本文所指《儿童日报（上海）》并非何公超等人于1935年9月1日在上海创办的《儿童日报》，本文特指《儿童日报（成都）》。《儿童日报》是张益弘于1946年10月16日在成都创刊，1949年10月31日终刊。社址在程度槐树街47号张益弘家，后迁祠堂街孝天大楼，又迁半边桥66号。日出一张，8开4版。该报通俗易懂，包括童话、儿童园地、科学常识等栏目，报纸定位是中小學生课外阅读的报纸。在民国出版的儿童读物中，虽不如《儿童世界》、《小朋友》、《儿童教育》那样发行时间长、影响力大，但其在儿童健康教育，尤其是儿童性教育方

面指导意义非常大。因此，对《儿童日报》的研究能够帮助我们了解近代儿童健康意识的培养，从而建构起时人眼中理想的儿童形象。

一、科普虫害知识

《儿童日报》中有关健康知识的普及内容多涉及困扰人们日常生活的跳蚤、蚊、臭虫、蝇、鼠等虫害。正确科普虫害知识能够帮助儿童树立正确的健康意识，认识到卫生和清洁的重要性。报纸既详细介绍了各种虫害的样子、生长习性，又全面向家长和儿童介绍预防传染病、消灭虫害的办法。

以蚤类为例，《蚤和臭虫》一文详细为儿童读者介绍了蚤类的生理、生长情形、危害以及去驱逐蚤类的方法。指出蚤是“热天可恶的东西，全身很细、形状则扁、后足有力、不容易捕捉，本来是别种动物的寄生虫，但往往跳到人体，吮吸血液。还有一种鼠蚤更是危险，在鼠疫流行的时候，常由这种蚤类的媒介传播鼠疫”。同为寄生虫的臭虫“全身体圆，色褐，寄生在屋内的墙壁和床的缝隙里，夏季繁殖极快，昼伏夜出。”报纸通过此类科普文章，使家长和儿童认识寄生虫对健康的危害，以提高家长和儿童的卫生清洁意识。

同时报纸多次刊文介绍驱逐蚤类的方法，如注意日常洗涤，“应当常洗、晾晒衣服和被褥”。还有要特别注意猫，“猫身上的寄生虫最多，所以切勿和猫接近”，另外“屋内如有鼠类，驱鼠也很紧要。”关于驱除臭虫，有作者介绍“需用油漆涂抹墙壁，将石油滴入缝隙，留心捕捉”。《昆虫的合群性》一文介绍由于很多昆虫身体虽小、力量虽弱，但是合群性特别强，比如蜜蜂、蚂蚁、螳螂等等，因此要特别留意它们在家里和身体中的传染病菌。读者阅读后不仅能掌握驱逐害虫的有效方法，更能了解昆虫习性、增长卫生知识。报纸中刊登的此类文章，对普及儿童的卫生健康知识有很大的帮助。

二、科普身体器官知识

学习身体器官知识是保护身体健康、热爱生命、热爱生活的表现。从报纸刊登的文章来看，近代社会关注儿童身体健康，重视对身体的保护。据笔者不完全统计，报纸在三年内刊登相关文章共计80余篇，其中一部分投稿源自报刊编辑、教育者、家长等社会人员，另有很大部分稿件源自成都地区在校小学生，且投稿的内容有大量“生理名词”专栏普及生理知识，也多涉及对儿童胃、眼、耳、口、鼻等身体器官保护方面的知识普及。

儿童的胃是比较脆弱敏感的，而且小孩子进食往往依靠靠父母，他们自己并不太会掌握进食的规律，因此儿童往往患病与进食不当有关。针对困扰儿童的胃病问题，报纸有文章向家长和儿童提出如下建议：在保持良好的饮食习惯方面要做到“一、饭前洗手；二、每日每餐有一定的时间；三、细嚼慢咽；四、每日至少饮三杯奶，不饮咖啡和茶；五、每日至少饮开过的水四杯；六、每晨吃一顿很好的早餐；七、每天吃青菜；八、每天吃水果；九、饭后吃糖果；十、在有阳光及空气新鲜的地方游戏，以增进食欲；十一、饭后不做激烈的运动；十二、激烈运动以后要略事休息，再去进膳。”对于儿童自身也有明确指导，尤其是针对儿童挑食和爱吃糖果问题，即“有些食物可能味道比别种食物好些，所以特别多吃。吃得过多，竟至于不想再吃其他身体的必需品了。糖果是很好吃的，但是如果午饭前吃了糖果，那么就会使我们对于应当吃的饮食失去了食欲。当胃工作了一个时间之后，它是需要休息的。假若我们吃得太勤，那么胃就得不到充分的休息，因疲劳而不能好好的工作。所以我们每餐都要吃饱，以免在两餐之间感到饥饿。但一次也不能吃得过多，不然会生病的。”可以看出，《儿童日报》上刊登的良好饮食习惯养成办法即便在现在也行之有效，但也必须由家长对儿童做出严格照看。

针对困扰儿童的用眼疲劳问题，报纸刊登文章《近视眼保护法》向家长和儿童提出如下建议：“不论眼力疲劳与否，一小时内，务必休息十五分，切勿继续使用其他细字薄纸及无余白的印刷物，不得长时间阅看”。同时，报纸还介绍了预防沙眼的方法，儿科医生指出沙眼是由于传染而来，因此要注意“禁止用手指擦眼睛、定期检查眼睛、禁用公共的毛巾和脸盆、注意毛巾和脸盆消毒与清洁。”《儿童日报》上刊登的视力保护办法在今天也很实用，儿童照做可保护用眼卫生并保障眼睛健康。

牙齿是人的重要器官，人的一生只换一次牙齿，而牙齿

又是每天必须使用的器官，如果不注重保护很容易生出龋齿，因此需要让儿童从小认识到牙齿的重要性。《怎样预防牙病》一文中详细介绍了日常如何保护牙齿，“每四个月请牙医检查一次；注意酸性食物和糖果；注意早起、餐后刷牙”。还有人建议用“鱼头与白菜可治牙病”。保护牙齿要注意口腔清洁卫生，报纸刊登出来以警醒儿童注意保护牙齿。

三、介绍疾病预防和治疗方法

注重日常清洁卫生，树立科学的卫生意识是疾病预防和治疗的重要方法和重要习惯养成，在饮食、睡眠、锻炼身体等方面报纸文章都提出了良好建议。《卫生最重要》一文中指出，“人生最宝贵的是健康，儿童要注意日光和新鲜空气；常洗澡；多吃牛奶、豆浆、鸡蛋；多运动；睡觉时头露被外。”同时提供多种信息和渠道让父母学习科学育婴知识，如“喂养、睡眠、穿衣”等。报纸多次关注儿童饮食的营养搭配，并抵制不良饮食习惯，中华营养促进会成都分会多次刊登文章帮助儿童形成饮食卫生，注意吃什么食物与怎么吃。在儿童洗澡方面，卫生儿歌《沐浴》：“夏天务必洗得勤，冬天也要有规定，浴后爽快又清新，气流畅通精神振。”用儿歌的方式让儿童注意洗澡卫生。儿歌《早睡早起》“睡得早、起得早、健康智慧财富样样都得到”，也是以儿童喜欢的方式引导孩子养成良好卫生习惯。

在日常清洁和疾病预防时要注意因时而变。冬天儿童容易生长冻疮，预防冻疮首先要注意儿童外出时衣物卫生，即穿好“棉鞋、棉袜、手套、围巾、厚衣服，不要穿戴太紧的鞋袜和手套，防止肌肉压迫，影响血液流通”。另外，“刚烤了火不要马上去寒冷的地方，从寒冷的地方回来不要马上烤火，皮肤受到剧烈刺激也会冻疮。”治疗冻疮时，如果是“普通红肿，每天热水冷水轮流洗涤就可，冻疮严重溃烂生脓，就必须看医生。”夏季天气炎热，空气湿度大，容易滋生微生物，且夏季昆虫较多，更宜传播病菌。很多作者都提到注意夏天地衣物卫生，夏天不宜穿毛织物，易热易出汗，也不舒服，有害于身体，如果环境潮湿，毛织物干得很慢，因此要穿透气易干的棉织、麻织。儿童学习后，便增长了观察自然与生活的能力。

报纸不仅介绍了儿童多发疾病的病理病因，还为儿童详细介绍传染病的传播途径。民国时期儿童易患天花，报纸多次强调“种牛痘”的重要性，但是要注意“患疹子、疱疹、高热，不能种牛痘”。小儿痒疹是炎症性皮肤病，很多投稿都介绍了治疗方法，比如“晚上被褥不要盖得太暖、常用硫磺泡水澡”等等。儿童咳嗽“多因感冒、受寒、支气管发炎、久咳伤肺”，

麻疹可导致伤寒，是一种比较严重的急性传染病，报纸登文提醒父母和医生治疗时要特别注意，在“头痛医痛、脚痛医脚”的基础上“寻求病根、大胆对症下药”。《伤寒、霍乱与痢疾的传染与预防》一文中详细介绍了病原和症状，预防方法应“不使苍蝇爬到食物上，不喝生水，并用冷开水漱口，饭前便后都要洗手，接触肠胃传染病后要洗手，每年打防疫针”。因此，《儿童日报》自创刊以来，一直秉持着传播科学知识的理念，向儿童传达科学和理性的健康意识，对困扰儿童的冻疮、疟疾、伤风感冒、咳嗽等病症提供科学的治疗方法，同时也介绍了当时欧美国家的先进医学成就如治疗百日咳、黑死病等，培养儿童的近代化意识。这些刊登在《儿童日报》上的治疗方法大多简单易行，符合儿童读者的年龄特征，也便于儿童日常治疗使用。

四、介绍儿童身体锻炼科学方法

近代儿童教育开始关注学生的体育锻炼，注重在体育过程中强健体魄、劳逸结合。《儿童日报》问世以来，既向读者阐明体育锻炼对“强国强种”的重要意义，更从儿童的视角向读者说明体育运动对个人进步的重要作用以及正确方法。“一分精神、一分事业”，身体是事业的基础，儿童应注重游戏和体操，多多体育运动。

运动前热身可以缓解关节、肌肉、呼吸，提升身体灵活性。《怎样做深呼吸》一文就详细指出运动前要做好深呼吸，对于深呼吸的情景、地点、方法、姿势等进行了精确讲解，“每天早晚不断练习半小时或一小时。深呼吸做完后，应将手、足、腰部摇动或做柔软体操，使关节不致僵硬。”《儿童日报》刊登的儿童游戏、体操锻炼法相对简单，便于儿童阅读后学习操作，也适于日常使用。

五、关注儿童心理健康

《儿童日报》除为儿童普及健康知识，树立儿童健康意识，关注儿童的身体健康以外，也开始关注儿童的心理健康，并注重提高儿童的心理素质。心理学家克伯屈将儿童期分为五期，使父母可以更清楚成长中的儿童心理变化，父母可以采用最常见的观察法，“在自然情景下观察儿童的活动”。

报纸中还刊登了很多儿童性教育知识，这也是关系儿童心理健康的重要内容。儿童的性发展自出生就已经开始，包括认知发展、情感发展、身体发展、社会性发展，因此儿童性教育应从出生开始。作者们希望通过性教育让儿童能够从小培养对性积极美好的态度，来认知自己的身体，尊重自己以及他人的身体并且保护自己的身体。有的作者指出“平常做父母的人都

想要知道儿童在什么年龄开始提出关于性的问题以及婴儿的来源问题。当孩子问到这些问题时，他们差不多都是毫无准备的。儿童每一个是大不相同的，他们的经验不同、伴侣不同，环境不同，因此不能一定说某一种观念或好奇心应该在什么年龄发生，不论孩子在什么时候，问任何这一类问题，也不管他怎样发问，做父母的人必须随时准备好回答。”对于生命的诞生、孕育这类知识，父母要如实回答，但也需注意方式方法，“假如孩子问婴儿从什么地方出来，可以告诉孩子任何问题，但不要让他看和摸”。

从关注儿童的心理健康到性教育，《儿童日报》向家长和儿童介绍了大量的心理学知识、生物学知识，为全面塑造民国儿童的健康意识产生了深远影响。儿童从小学习这些健康理念，并应用于日常生活，潜移默化中提高了自身素质修养。

六、小结

《儿童日报》以儿童为最主要的阅读对象，其内容十分广泛，涉及到培养儿童身体健康和心理健康的意识内容对儿童产生了潜移默化的影响，构建了社会、家庭、学校之间教育儿童的交流平台。在救亡图存、民族振兴的背景下，儿童健康问题越来越受到社会重视。《儿童日报》通过其登载的文章致力于培养民国儿童的健康意识，关注身体健康和心理健康，普及虫害知识、身体器官保护、疾病预防方法、体育锻炼意识，拥有健康知识和健康心理。进而言之，二十世纪三四十年代儿童心理健康和性教育也逐渐受到重要关注，《儿童日报》很多内容涉及于此。与民国时期相比，21世纪的社会生活发生了很大变化，但是民国时期关注儿童健康的方法措施，仍有值得今天借鉴。

参考文献

- [1]儿童日报（成都）.[N].1946.10.16-1949.10.31.
- [2]邹海英.民国时期儿童性教育初探[J].兰州教育学院学报,2018,34(07):168-171.
- [3]李萌.民国时期儿童健康教育研究(1928-1937)——以《儿童教育》为中心的探析[J].乐山师范学院学报,2018,33(07):92-99
- [4]刘媛.上海儿童日常生活中的历史(1927-1939)[D].华东师范大学博士学位论文,2010.
- [5]汤明珠.民国时期中小学校卫生教育研究(1912-1945)[D].山东师范大学硕士学位论文,2012.