# 黎族妇女的产后护养

来源：网络 作者：落花成痕 更新时间：2024-01-11

*第一篇：黎族妇女的产后护养黎族妇女的产后护养 黎族产妇母乳率很高，也十分重视母乳喂养。婴儿出生后母婴同室，婴儿出生半小时就喂养，婴儿想吃就喂，不限时不限次。研究证明，早期哺乳能促进产妇子宫复原，减少产后出血，有利于产后恢复，早哺乳对儿童生...*

**第一篇：黎族妇女的产后护养**

黎族妇女的产后护养 黎族产妇母乳率很高，也十分重视母乳喂养。婴儿出生后母婴同室，婴儿出生半小时就喂养，婴儿想吃就喂，不限时不限次。研究证明，早期哺乳能促进产妇子宫复原，减少产后出血，有利于产后恢复，早哺乳对儿童生长发育也十分有益。产后营养调补

母乳是婴儿最理想的食物，黎族产妇普遍有足够的母乳喂养婴儿，这与她们的产后饮食有关。产后常用食疗调补方有：

木瓜汁煮饭

分娩后48小时就吃木瓜饭，木瓜是木瓜树上结的果实，可作菜类食用，它含有丰富的乳浆，产妇食用能促进乳汁分泌。食用方法：将木瓜洗净，用刀对半切取半个，去掉瓜仁，保持乳浆性和米合煮，瓜饭一起吃，连吃3天就可以有足够乳汁，哺乳期随时食用。

草药染色饭

分娩一周后，给产妇吃黄色饭，即用山兰稻米（当地特产稻米）和山黄姜、牛古大力草药拌在一起，将山兰米染上颜色后取掉药渣，用染色米煮成的饭。其饭味香气浓，吃了能补血助神、强壮身体。

特制米酒

一为山兰糯米酒。此为山兰糯米制作的甜酒，在早晨空腹适量服用，每天1次；二是纯米酒泡黑芝麻、黑豆。每天1～2次，每次15～20ml。适量喝米酒有助调活血、补血。一般1周吃一次。

产后药物防病

产后多体虚，黎族妇女重视用内服外洗方，这样既能帮助身体恢复快，还能预防因产后体虚患少伤风感冒。常用方药有：

五月艾、益母草、牛大力、姜、山桂皮等水煎取汁加适量酒或山兰糯米酒煮鸡蛋食。

益智叶、山栳根、五月艾、黄皮树叶、马鞭草、韭菜根等水煎洗身，产后48小时洗一次，以后15天、30天各洗一次。

产后七天可用药液熏洗会阴。如野菊花、蒲公英、一点红、鱼腥革、百部各20g煎熏洗20～30分钟，待适当水温即可用药水淋洗局部，每日2次。此法能消肿止痛，有利于炎症的吸收，有利于产道的复原。

**第二篇：早产儿的护养**

早产儿的护养

Made by realwangdx

早产儿指胎龄未满37周的婴儿。早产儿由于组织器官发育不成熟，功能不全，生活能力差，抵抗力低，因此要加强对早产儿的护理。

一、注意保暖

早产儿由于体温调节困难，因此护理中对温、湿度的要求就显得很重要。早产儿出院回家后，首先要保温。早产儿居住的室温一般应保持在24-26℃，湿度保持在55-65％。早产儿衣着以轻柔软暖、简便易穿为宜，尿布也要柔软容易吸水为佳，所有衣着宜用带系结，忌用别针和纽扣。

早产儿喜欢被襁褓裹起来，注意襁褓料子一定要柔软无刺激性，头部绝不能包起来。

二、预防感染

由于早产儿免疫功能低下，易感染，因此要积极预防感染。家中有呼吸道、皮肤、消化道感染者不要进入早产儿的房间，以防交叉感染。

在保暖前提下，注意通风保持空气新鲜。

初生后应侧向右睡，以防呕吐物吸入。平时经常调换卧位，以助肺部循环和防止肺炎。一般可在喂奶后侧向右，换尿布后侧向左，用奶瓶喂奶时最好左手托起头、背或抱喂。喂后轻拍背部使喛气后再侧卧。易吐的可取半坐卧式片刻，以免奶液吸入呼吸道或呕吐后流入外耳道引起感染。一旦发现有感染，患儿即应隔离。

早产儿由于呼吸系统未发育完善，对空气污染物十分敏感，所以婴儿房必须空气洁净，禁止吸烟。

三、合理喂养

1、早产儿喂养应以母乳喂养为主。母乳是早产儿的首选食品，母乳中所含的营养物质最适合婴儿的消化吸收，生物利用率高，所含有的免疫蛋白和免疫细胞，可降低婴儿腹泻、呼吸道和皮肤的感染率。母乳更加容易消化，不会像奶粉那样给宝宝本来就脆弱的肠胃带来额外的负担，对于早产儿来说，吃母乳比吃奶粉省力。母乳还会促进早产儿大脑的发育，一项著名的研究发现，母乳喂养的早产儿比奶粉喂养的早产儿在7岁半至8岁之间，平均智商高出十多个点。

2、早产儿母乳是“超级奶”。早产儿为了“追赶”生长速度，需要更多的蛋白质和热量，早产儿的母亲身体会迎合这个需要制造出高热量高蛋白的母乳。早产儿的母亲分泌出来的母乳，含有高于足月儿母亲分泌的母乳所含的抗体以及其他养分，这种差别甚至一直延伸到宝宝出生后6个月。这充分证明了人类母乳为了保证下一代的健康成长，是会根据这种成长的特殊要求而调整改变的！早产儿母亲所分泌的母乳，不仅仅在成分上更加超级，甚至在分泌的手段上也远远超出奶粉。当你给早产的宝宝喂母乳时，你在给他提供使他受益终生的喂养。无论多末先进的技术都无法完全复制母乳，母乳是最最完美的婴儿食品。

3、母乳的保存。如果早产的婴儿不在母亲身边，挤出来的母乳冰箱冷藏后，在5-8天之内可以喂给宝宝。如果保存期超过5－8天，则需冷冻。注意喂养前，不要给母乳高温加热，这样会破坏奶中的养分。

4、注意喂养方法。早产儿刚出院回到家的头两三天内，其每餐的喂食量先维持在医院时的原量不必增加。到适应家里的环境后再逐渐加量，因为环境的变迁对幼儿的影响是蛮大的，尤其是胃肠的功能。早产儿体重越小，胃容量越小，应采取多次少量喂养的方法，缩短 1

间隔时间。切记产妇喂奶后轻拍婴儿背部，以防发生呛咳和溢奶及呕吐等。由于孩子吸吮力气不足，应耐心喂养：一般出院初期，一次喂奶多是需要30—40分钟。

5、母乳喂养为主，辅以早产儿专用奶粉喂养。雀巢特别能恩帮助早产/低出生体重儿出院后继续获得良好营养支持，使他们能尽快赶上同龄孩子的生长发育水准。通常可用至早产宝宝体重达4公斤。

6、熟练幼儿急救术。如吐奶、抽搐、肤色发绀时的处理、以备不时之需。

四、婴儿抚触

1、抚触的好处

抚触按摩对促进早产儿生长发育有积极作用。抚触能通过人体体表的触觉感受器官压力感受器沿着脊髓传至大脑，由大脑发出信息，兴奋迷走神经，从而使机体胃肠蠕动增加，胃肠道内分泌激素活力增加，促进婴儿营养物质的消化吸收，使头围、身长、体重增长明显加速。抚触可增加早产儿的体重及奶量摄入，增加睡眠时间，改善睡眠。抚触给孩子带来的触觉上的刺激会在孩子大脑形成一种反射，这时孩子的眼睛、手脚跟着活动起来，当这种脑细胞之间的联系和活动较多时，就促进了孩子智力的发育。

1）抚触可促进早产儿体格发育，其机制可能是抚触时治疗信息会通过人体体表的触觉感觉器沿着神经传达到大脑，由大脑发出指令增加迷走神经活性，使胃泌素及胰岛素的释放增加。从而增加婴儿的消化和吸收功能，抚触对婴儿实际上是间接增加了运动量，所以婴儿的食欲增强，摄入奶量增多，体重增长加快。

2）抚触还可增进婴儿β-内啡肽、5-羟色胺、肾上腺皮质激素和血清素等分泌，也能促进早产儿生长发育。

3）抚触还能使婴儿哭闹持续时间缩短，激惹性减弱，紧张行为减少，运动节律增强，对睡眠障碍的婴儿能帮助 快入睡，睡眠更加平稳。

4）抚触能满足早产儿被爱的需要，通过对尚无语言能力的早产儿的皮肤感受器进行温柔的抚触刺激，能使早产儿产生愉悦的心情，安静、少哭闹，有利于生长发育，提高抗病能力，促进身心健康。

5）抚触可促进早产儿神经系统的发育。早产儿在出生时大脑尚未发育成熟，出生后早期仍处于中枢神经元快速增殖期，抚触的早期干预有利于中枢神经系统的发育。

2、抚触的注意事项：

1）最佳时段。在两次喂奶之间或者选择沐浴后，宝宝的情绪稳定，没有哭闹和身体不适的时候。最佳时间：因为小宝宝的注意力不能长时间集中，所以每个抚摸动作不能重复太多，先从5分钟开始，然后延长到15-20分钟。切忌在宝宝过饱、过饿、过疲劳的时候抚触，否则不但不能让宝宝享受亲子之间的快乐，反而让他对此很反感。

2）充足准备。室温保持25度左右，选择比较安静、光线不太刺眼的地方。给宝宝和你选一首柔和的音乐，帮助你们放松;提前准备好宝宝的毛巾、尿布、干净的衣物，抚触结束后给宝宝换上。让你的双手也保持温暖，开始前先温柔的和宝宝聊一会，“妈妈要摸摸你的小脸”，在你们彼此之间感到需要对方的时候，就可以开始抚触了。

3）调整力度。给宝宝做抚触时，手法的力度要根据孩子的感受做具体调整。通常的标准是：做完之后如果发现孩子的皮肤微微发红，则表示力度正好；如果孩子的皮肤不变颜色，则说明力度不够；如果只做了两三下，皮肤就红了，说明力量太强。另外随着孩子年龄的增大，力度也应有一定的增加。

4）记住各部位安全点。头部：双手捧起宝宝头部时，要注意他的脊柱和颈部的安全。另外，千万不要把润肤油滴到宝宝眼睛里。腹部：抚触的时候要按照顺时针的方向，有利于孩子胃肠消化。小宝宝的脐带还未脱落时，抚触一定要小心进行，最好不要碰到它。关节处：

宝宝最容易感到疼的地方，所以要自如地转动宝宝的手腕、肘部和肩部的关节。不要在宝宝关节部位施加压力。

5）不必循规蹈矩。妈妈在给宝宝做抚触时，不一定非要按照从头到脚、从左到右的顺序，每个动作一一做到。因为小宝宝是不会被这些规矩左右的，有的宝宝就喜欢别人抚摸他的小肚子，而有的宝宝则喜欢动动小手，动动小脚。所以抚触应该是按照自己宝宝的喜好来安排，你可以打乱抚触的顺序，或自创几个宝宝喜欢的动作。

6）宝宝情绪不好时，停止抚触。对于抚触来说，唯一的红灯就是宝宝的情绪。宝宝哭了，抚触就要停止。先找找原因，尿布是不是湿了？肚子是不是饿了？还是想睡觉了？或是哪里不舒服了？如果不是这些客观原因，就是宝宝不喜欢抚触。因为每个孩子的个性都是不同的，当他不愿意接受抚触的时候，最好给他一些其他的活动，比如一段优美的音乐，或是一个轻松的游戏。同样可以达到抚触的效果。

3、抚触手法。未到预产期的5种抚触手法。此阶段宝宝还模仿在母亲体内的生活环境，所以不宜过多、过强的刺激，以皮肤接触为主，即抚触。具体操作方法如下：

在手心倒入少量润滑油，轻轻地在宝宝的肌肤上滑动。操作前抚触者应温暖双手。

1）头部。用两手拇指从前额中央向两侧推，用两手拇指从下颌中央向两侧以上滑动，让上下颌形成微笑状。两手从前额发际抚向脑后，最后两中指停在耳后，像梳头那样动作。

2）躯干。双手在胸部两侧从中线开始弧形按摩腹部，两手依次从宝宝的右下腹向上，再向左到左下腹移动，呈顺时针方向画圆。

3）四肢。两手抓住宝宝的胳膊，交替从上臂至手腕轻轻挤捏，然后从上到下搓滚。对侧手臂做法相同。

4）手足。用两拇指交替从宝宝的掌心向手指方向推进，足部抚触是从脚跟向脚趾方向推进，并捏搓每根手指和足趾。

5）背部。以脊椎为中线，双手与脊椎成直角，往相反方向移动双手。从背部上端开始移向臀部，再回到上端。用食指和中指从尾骨部位沿脊椎向上按摩，到颈椎部位。

五、注意观察

留意早产儿的反应，如他头部转向，或不再注视你时，就表示他已“够”了，这时，应停止与他玩耍。

注意观察早产儿的身体情况变化，如有下列情况时，应及时与医生联系：

1、体温下降到35℃以下，或上升到38℃以上，采取相应的升温或降温措施后，仍没有效果者；

2、咳嗽、吐白沫、呼吸急促时；

3、吃奶骤减，脸色蜡黄，哭声很弱时；

4、突然发生腹胀时；

5、发生痉挛、抽搐时。

出院后有保健护士的巡诊，如发现问题时，可与护理过婴儿的医生或护士商量。

六、发育评估

医生建议家有早产儿的父母，应从孩儿一出生就开始注意观察、了解早产儿的动作、智力发展，以便在问题出现时可以求医，作出适时的补救，将伤害减至最轻。早产儿的心智发展，必须以矫正年龄来评估，矫正月龄=出生后月龄-(40-出生时孕周)/4。例如：孕周只有35周的小宝宝，现已出生3个月，他的矫正月龄=3-(40—35)/4=1.75个月。这时可将孩子的身高、体重和头围与正常婴儿生长曲线表中1月龄进行比较。矫正月龄使用到孩子满24个月(2岁)时。

早产宝宝的发展情形应如以下：

矫正年龄4个月大：头部可固定。

矫正年龄6个月大：能翻身。

矫正年龄9个月大：会站立。

七、其它事项

1、晚上又黑又静，早产儿可能不习惯，可亮夜灯及播放育婴音乐，以助早产儿适应环境。

2、婴儿床上用品及婴儿室内家具的颜色都不宜过鲜、过明亮，以免对早产儿过分刺激。

3、如果早产儿能吮吸，就让他吸奶嘴，这样可以协助他发展口腔活动技能，而且也可以给予他一定的安全感。

4、与早产儿玩耍时，动作要慢，要轻，不要经常用新玩具、新面孔包围他。不要过分刺激早产儿。

5、最重要的一点是：要留心你孩子特殊的需求。一般规律不一定完全适合他的需要。你必须“听他指挥”，千万别强加于他。

6、定期回医院追踪检查及治疗：如视听力、黄疸、心肺、胃肠消化、及接受预防注射等。

八、结论

在护理早产儿时，千万不要急躁，要精心，多观察孩子变化，但不要过分紧张，要科学调理，要有信心，孩子一定会健康成长的。实践证明，2岁前是弥补先天不足的宝贵时间，只要科学地喂养，在两周岁以前早产儿的体质赶上正常儿是完全可能的。这样的早产儿，体力、智力都不会比正常人差。

**第三篇：黎族织锦**

黎 族 织 锦 的 综 合 分 析

摘 要

黎族织锦有着悠久的历史，在中国纺织史有“活化石”之称。黎锦的种类繁多，图案丰富多彩。制作工艺复杂精良。它鲜明的艺术特色与其所生活的环境、审美情趣、本民族文化传统有紧密的联系。深刻的文化内涵和朴素的哲学思想，都通过美丽的织锦图案隐约、含蓄地表现出来。本文比较全面的分析了黎族织锦的历史发展进程、主要制作方法、艺术特点和文化价值。关键词：黎族织锦； 制作工艺； 艺术特点； 文化价值

Abstract

The Li national minority brocade has a long history, it called “living fossil” on the history of Chinese textile.The Li national minority brocade has a wide range of variety and colorful patterns.The Production process is completely complex，but it is exquisite.It`s distinctive aritistic characteristic linked closely to the environment they lived, the Aesthetics they appreciate and the cultural tradition of their own national minority.The deep culture and the simple philosophy show through beautiful brocade pattern.This paper makes a more comprehensive analysis of the historical development of Li national minority brocade, production process, aritistic characteristic and cultural value.Key words: Li national minority brocade Production process Aritistic characteristic Cultural value

目 录

1.黎族织锦……………………………………………………… 4 1.1 种类 …………………………………………………………… 4 1.2 历史 …………………………………………………………… 4

2.黎锦的制作工艺…………………………………………… 4 2.1 制作材料 ……………………………………………………… 4 2.2 制作方法 ……………………………………………………… 5 3.黎锦的艺术特点……………………………………………… 5

3.1 图案的抽象性…………………………………………………… 6 3.2 色彩的单纯性…………………………………………………… 6 3.3 织绣的多样性…………………………………………………… 7

4． 织锦的文化价值……………………………………………… 7

4.1 艺术审美价值…………………………………………………… 7 4.2 社会认识价值…………………………………………………… 8

总结……………………………………………………………………… 81 黎族织锦

黎锦堪称中国纺织史上“活化石”，它历经了3000多年的历史，是中国最早的棉纺织品。它浓缩了我国海南省黎族的历史与文化，是织在布上的“史诗”，是黎族独特的“史书”。黎锦，其最大的特点是始终未脱离黎族特殊的生活、生产方式，是民族个性、民族审美习惯的“活”的显现。它依托于人本身以技艺为表现手段，并以身口相传，作为文化链而得以延续。深刻的文化内涵和朴素的哲学思想，都通过美丽的织锦图案隐约、含蓄地表现出来。2024年，海南省“黎族传统纺染织绣技艺”进入联合国教科文组织首批急需保护的非物质文化遗产名录。

1.1 种类

黎锦的品种有妇女统裙、上衣、裤料、被单、头巾、腰带、挂包、披肩、鞋帽等。黎锦的图案有马、鹿、斑鸠、蛇、青蛙、孔雀、鸡以及竹、稻、花卉、水、云彩、星辰等100多种,大多由简单的直线、平行线和方形、三角形、菱形等几何图形构成。

1.2 历史

秦汉时期，黎族的纺织业已经有了很大发展，在《后汉书》里提到的珠崖太守孙幸强调“广幅布”，激起黎族人民的反抗。棉纺织品“广幅布”指的就是棉布，当时人们穿的贯投衣即由“广幅布”做成。可见，“广幅布”以它的优良品质不仅成为进奉朝廷的贡品，而且在百姓中也十分普及。唐宋时代，黎族棉纺织业十分发达，起棉纺织技术和棉纺工艺品，已达到很高的水平，且品种繁多。“黎幕，出海南黎峒，黎人得中国彩锦，拆取色丝，间木棉挑织而成，每以四幅联成一幕。„„黎单，亦黎人所织，青红间道，木棉布也。”（宋 范成大《桂海虞衡志》）黎族妇女所织的黎饰、黎单、黎幕等。“五色鲜明”，“异纹炳然”，曾作为岁贡献给中原统治者以及选销广西桂林各地。宋末元初的黄道婆，在学习和总结崖州黎族妇女纺织技术基础上，运用当地传统的丝麻纺织工具和技术到棉纺织工艺中来，改变了松江一代落后的纺织业，促进了江南地区的棉纺业的大发展。明清时期，黎族棉纺织业发展达到了顶峰，黎族妇女织的黎锦、黎布等“贾着或用牛或用盐而售诸市”（清 张庆长《黎歧纪闻》）。黎锦的制作工艺

2.1 制作材料

黎族先民（妇女）很早就懂得从热带植物中提取植物纤维做为纺织衣物的原料，一种是麻类纤维，约占 20%左右； 另一种是棉类纤维（棉花），黎语称 之为“贝”或“吉贝”，是黎族纺织的主要原料，约占 60%以上。“棉花有二种，一木可合抱，高可数丈。正月发蕾，二三月开，深红色，望之如华灯烧空。结子如芭蕉，老则折裂，有絮茸茸。黎人取以作衣被。一则今之吉贝，高约数尺。四月种，秋后即生花结子。壳内藏三四房，壳老房开，有棉吐出，白如霜。纺织为布，曰吉贝布”。第一是木棉花，第二种是草棉。

2.2 制作方法

黎族的纺、织、染、绣四大工艺早在汉代就享有盛名，他们的传统服饰、织 锦、雕 刻、编织和制陶工艺，无论是造型、结构还是色彩的运用都可谓巧夺天工．其成就和特色是其他民族不能替代的。

a)纺：主要工具有手捻纺轮和脚踏纺车。手捻纺纱是人类最古老的纺纱工艺，这种工艺使用的工具为纺轮。纺包括错纱、配色、综线、攀花等。b)染：黎族可用多种野生植物染料染色，染料主要以野生植物为主，矿物为辅。青、绿、蓝等颜料多是用植物叶制成，黄、紫、红等色彩是利用植物花卉经加工而成，棕色、褐色是利用树皮或者树根切成碎片后投入少量的石灰（溪河螺自烧而成的石灰）煮水制成，然后将布料放在染缸中浸数回，使其均匀上色。染色是黎族民间一项重要的经验知识。美孚方言区还有一种扎染的染色技术，古时称“绞缬染”，它先扎经染后再织布，在白色经线上扎结成所需的花纹，再染成黑白斑花的经线，然后用彩色纬线便可编织出成色泽斑斓的筒裙图案。把扎、染、织的工艺如此巧妙地结合在一起，在我国是独一无二的。

c)织：织机主要分为手摇轧花机、脚踏织机和踞腰织机三种，其中最常用的为踞腰织机踞腰织机是一种十分古老的织机，与六七千年前半坡氏族使用的织机十分相似。黎族妇女用踞腰织机采用道经断纬的纺织方法织出各种花纹图案，利用纬线色彩的变化使得图案丰富多彩，其提花工艺令现代大型提花设备望尘莫及。

d)绣：绣是指黎族妇女用彩色线在棉、麻等布料上所刺绣出来的各种图案，织锦图案编织完成后，再补绣加工提高图案效果，一般主体图案都是刺绣的，在图案中间的若干局部都是需要刺绣来完成。织锦刺绣有单面刺绣和双面刺绣，其中以白沙润方言区女子上衣的双面绣最为著名。我国著名的民族学家梁钊韬先生等编著的《中华民族学概论》这样描述双面绣：“黎族中的本地黎(即润方言黎族)妇女则长于双面绣，而以构图、造型精巧为特点，她们刺出的双面绣，工艺奇美，不逊于苏州地区的汉族双面绣。黎锦的艺术特点

十九世纪法国著名的艺术理论家丹纳(H．A．TAINE)在他的艺术理论巨著中提出了物质文明与精神文明的性质面貌都取决于种族、环境、时代三大因素的理论。丹纳说：“作品的产生取决于时代精神和周围的风俗”。丹纳用欧洲艺术发展史的历史事实具体诠释他的论断。丹纳所说的“种族”指的是特定的民族及其血缘关系，如希腊人、罗马人等民族特有的性格特点和审美爱好；“环境”则主 要指该民族所生活的地理环境及气候，与周边民族的交往关系等；“时代精神”包括了该民族在历史发展过程中某一阶段的习俗、爱好、宗教、审美观等。这些因素的影响作用在具体的文艺作品都得到了充分的证明与表现。

黎锦作为一种特定的民族的艺术品，它是一种文化符号，传达了民族习俗，与环境的关系及审美心理和趣味爱好。它在艺术上的选择以及创作特点，充分反映了黎族的生活、地理环境、民族审美情趣和特定的民族文化传统。在黎锦呈现出来的艺术特点上，我们可以发现如丹纳所论断的 “种族、环境、时代”的影响因素。以筒裙、头巾、花带为代表的民间常用的黎锦，则具有了自己独特的艺术选择与创作。总结起来，大致有这样几个方面：

3.1 图案的抽象性

黎族服饰以女装的图案最为丰富。反映出社会生产、文化生活、爱情婚姻、宗教信仰的活动以及传说中吉祥物或美好形象物等。这些图案或以黑色布为底或直接织缀而成，多源于日常农耕生活及身处的山野、河流及动物、日月星辰、云彩，但又不是生活的照搬，而是抽象为直线、图形和几何形状的“花纹”。其表现手法多采用平视体式，有的使用平衡式而形成单独纹样，二方连续，四方连续无限伸展。从色调和构思上，她们不是单纯地摹拟自然景物，重要的是她们通过自己丰富的生活经验，掌握各种设计技巧，进一步加深图案的抽象化。正是由于她们对生活和自然界，善于观察，善于分析，善于表现，善于创造，使她们的织锦图案艺术充满着泥土的芳香。

织锦图案可分为两大类：一类主要集中反映在妇女服饰上的各种花纹图案，图案多以人形纹、动物纹、植物纹、生产工具纹以及利用直线、平行线、三角形、菱形等多种几何形的纹样。这些反映在妇女服饰上的图案纹样都是抽象的，内容丰富，色彩美观。另一类是反映在龙被、织锦壁挂、织锦挂包以及各种装饰物品上的图案。图案多以吉祥物体为主，比如，人形纹、龙纹、凤纹、鹿纹、蝴蝶纹、青蛙纹、白鸽纹和花卉、树木、青草以及自然界的雷、电、日、月、水、火等。这些图案都是采用抽象和具体的表现手法反映在织锦图案之上。反映织物上的图案共有160多种，归纳起来，可分为6种类型纹样。第一类是人形纹；第二类是动物纹；第三类是植物纹；第四类是日常生活生产工具纹；第五类是直线、平行线、曲线、方形、菱形、三角形等组成的几何纹样；第六类是汉文字所组成的花纹图案，其中，第一类、第二类、第三类是黎族妇女最常用的图案。

3.2色彩的单纯性

黎锦在色彩选择上，总体上以黑、红为主，闻配以黄、白，粉、橙、褐、紫等中和色较少出现。这与黎锦在色彩上 的制作受条件限制有直接关系。黎锦棉线染色原料基本上采其山区植物或矿物。这些植物和矿物，红、黑、黄、白等基本色采集较易，且数量颇多，能满足需用，而其他中和色则需要调配，数量亦较少。因此。黎族民众选择了以黑为底。以红为主要装饰，另根据需要问配黄、白等颜色，对比十分鲜明。之所以不是选择以白为底，主要是因为生活环境多为 山区，且农耕狩猎劳作，白色不耐污脏，浣洗亦不方便。红黑配对．亦有鲜明效果。故多选黑色为主要底色。这一点也说明了环境对艺术创作之影响，当然也体现了黎族民众的聪明与才智。

3.3织绣的多样性

黎锦及服装，一般在织造过程就已经完成基本的图案与饰纹，故大多数黎锦及妇女服装为“单面织”，但也有“双面织”，如黎幕及“崖州被”。从织造技术上讲，“双面织”较“单面织”要求更高，难度更大，但其经久耐用，美观性亦更强。“双面织”的黎锦，其色彩绚丽华美，图纹精细、抽象。实在不负“国家级非物质文化遗产”之美誉。织锦的文化价值

黎锦是黎族文化的组成部分，它集中反映黎族民众的集体生活和文化活动与传统。它的价值可以在艺术审美、对社会与历史的认识和经济开发几个方面得到证明。黎锦作为黎族特定的文化符号．它不仅具体表现了黎族的社会生活、风土人情和民族审美观，而且体现了黎族文化的艺术创造力和多层面的价值。概括起来。有以下几个方面：

4.1艺术审美价值

黎锦的艺术魅力主要体现在各种织物在图案及色彩上的艺术处理。黎锦，尤其是妇女衣装在图案的处理上，大多数是将生活中各种现象进行抽象化的艺术再创作，而不是完全的写实，现实生活中的劳作歌舞等形态经过妇女们的想象和艺术处理。已经以一种直线、折线、点、圆等几何图案得以呈现。在色彩的搭配上因受色料采撷制作的局限，黎锦色调较为单纯，但单纯并非是呆板，通过织造者的别出心裁的处理，即使是简单的黑、红、黄、白，也编织出一片丰富而令人退思的天地。同样符合人类审美上对“简约美”的视觉要求。概括起来，黎锦的艺术审美价值鲜明地体现为：

a)图案的处理体现了黎锦在人与自然关系上追求的理解，具有明显的东方民族关于人与自然和谐相处“天人合一”的特点。受到这种哲学观念的影响，黎锦图案不仅有写实性也有抽象性，尤其后者更显示了黎族人民惊人的艺术创造力和想象力。其所产生的艺术感染力证明其较高的艺术审美价值。

b)色调的搭配处理体现了黎锦对艺术辩证法的理解。不仅根据视觉美感和审美的习惯与要求来处理色彩的搭配与选择,而且也和谐地处理了繁复丰富与简约抽象的关系。表现了黎族人民的聪明才智。

c)黎锦将生活艺术化还充分体现了黎族群众对生活的乐观的理解。黎族地区及族群几千年来其经济状况并不是十分发达，生活条件亦十分艰苦穷困,但黎族群众在织造服装饰物时并没有把这种苦难加以强化，而是艺术化，这并不是粉饰现实生活，而是对未来怀有憧憬与追求。黎锦早在唐宋时期便蜚声中 外，主要是因为其织造技术巧夺天工，还有其图案之精美，色彩之艳丽，它所表现出来特定民族的艺术审美观念，可以让我们充分了解黎族的历史传统和艺术成就。黎锦的艺术审美价值也在于此。

4.2社会认识价值

黎锦世代传承，记录黎族文化的发展历史，同样也是黎族特定的社会生活的艺术化。费孝通先生认为“文化包含三个层次：第一是器物层次，国家、社会用什么样的工具、器物来生产、生活。第二是组织层次，包含很多内容。比如政治组织、宗教组织、生产组织等等。第三是价值观念的层次。人怎么想，什么可以接受?什么不可以接受?各个社会的价值观念、行为选择标准不一样。三个层次不可分割。是构成文化的有机整体。”【3】我们从黎锦这个文化符号，可以窥见黎族悠久的文化发展史及丰富的黎族文化内涵，可以从中了解黎族的生活环境、风土习俗、文明进化及文化传统。正因为如此黎锦的社会认识价值应该得到肯定和发掘。

黎族因聚居在孤悬海外的琼岛，向来不被中原地区的文化学者所了解，民间甚至有“黎族为未开化之蛮族”之鄙称，故有些文化学者因黎族无文字而认为“黎族无文化”，甚而由此推断：“海南是文化沙漠”。凡此种因不了解黎族文化的内涵而对黎族文化的价值知之甚少进而做出几近荒谬的推断。黎锦丰富的文化价值即可给予回答。说到底，海南文化实质上是由以黎族为代表包括其他民族的土著文化和汉族地区的移民文化所构成，具有自己独特的内涵与价值。我们通过黎锦的织造和艺术创作过程及使用，通过它在黎族地区各个支系的流传与影响，可以增加对黎族的历史文化的了解，对黎族的社会组织、文化传统、生产水平，对自然的认识和如何处理人与自然的关系等等的认识与了解。黎锦所呈现的黎族社会群体惊人的艺术想象力与创造力。使我们见识了这个少数民族社会的历史与文化传统，这便是其文化价值之所在。【4】 总结

黎族织锦是黎族人民的劳动与智慧的结晶，它的美丽的图案不光需要我们的眼睛去看，还要用心去看，用耳朵去听。那一幅幅画面是一张张照片，不！是一段段视频，将黎族人民的生活中的点点滴滴活灵活现的展现出来。另一方面在日新月异的社会里，交通的发展，思想的开放，文化的交流，黎族文化也会在这一历史发展的过程中面临与其他民族有机转化的过程，服饰的变化不可能改变由图案构成所表达的文化信息，黎锦图案仍然体现着黎族人民的审美观和艺术创造才能，并以其独特的艺术魅力出现在现代流行的服饰上，也是黎锦图案在现代社会中被开发和使用而升华的前景。

参考文献：

[1] 黎 锦 坊 [M ]．海 南传 世 黎锦 研 究 所，2024．4． [2] 海 南 省 民族 民间 工 艺作 品选 ．海 南 出版 社，1995 [3] 罗文雄 解读黎族织锦图案艺术特点和风格[J].琼州学院学报，2024，12（17）：15-16 [4] 陈兰 黎族传统织锦的美育功能[J].琼州学院学报，2024，12（18）：16-21 [5] 罗文雄 黎族织锦艺术的保护和发展[J].琼州学院学报,2024,2（15）：22-26 [6]姚世奕 浅析海南黎族织锦文化内涵和制作工艺[J].文教资料，2024，7（中旬刊）：74-75 [7] 嬗变\_交融\_创新\_略谈海南黎族织锦艺术的传承与发展[J]。贵州大学学报艺术版，2024.[8] 黎族织锦[EB]http:// 2024-6-12 [10]百度百科 黎族织锦 http://baike.baidu.com/view/3403381.htm 2024-4-30

**第四篇：黎族的饮食**

黎族人的饮食

黎族人民习惯进食一日三餐。主食主要是大米，其次是玉米、番薯和木薯等杂粮。解放前除地主、富农外，一般很少肉食。合亩制地区的黎族每天舂米一次，只够当天吃用，每天天一亮，就煮好一天三餐的饭，饭煮熟后用冷水泡吃。而在外围地区的黎族，多数则是早、中、晚餐的饭分别煮，也有些地区一次煮完早、中饭，到下午再煮晚餐。

竹筒香饭

竹筒香饭，是黎族一种颇具特色的野炊。竹筒香饭是用粉竹或山竹的一节，装进适量的米和水(大约一份米二份水)，放在火堆里烧熟，用餐时破开竹筒取出干饭，便是有名的竹筒香饭。如果把猎物野味和以香糯米及少量的盐巴放进竹筒内烤熟，则味道特别鲜美，是招待客人的珍美食品。上山狩猎和“砍山栏”等，都可以烤“竹筒香饭”来吃。

“山栏香糯”

黎族人民喜欢吃糯米饭，特别是喜爱吃“山栏香糯”。吃法，有的是用锅煮熟，有的是用陶甑煮熟，还有包粽子吃的。粽子种类很多，有长、圆、三角形等，主要用猪肉和糯米包成，还有用蛋类加糯米包的。过“三月三”是包粽子的最好时节。

嚼槟榔

中年以上的男女，常把烟丝、石灰、萎叶和槟榔掺和一起咀嚼。嚼槟榔，据说可以健胃保护牙齿，上山砍山栏时容易被山蚂蟥咬，嚼槟榔时的紫红色唾液有驱逐山蚂蟥的作用等。妇女们外出劳动或访亲探友都习惯在腰间带着槟榔。

五指山茶

五指山地区的黎族爱喝五指山茶，而沿海地区的黎族喜欢喝赤鸪茶。赤鸪茶掺白糖，香味很浓，浸泡多次仍不褪色。赤鸪茶有降温作用，喝后还不容易醉酒，好睡觉。

肉食

黎族的肉食主要有猪、牛、羊、狗、鸡、鸭，鹅等肉类。肉类喜欢用火烤熟吃。也习惯腌生肉来吃。黎语叫做“喃杀”，味道很香，一家煮“喃杀”，全峒都知味，这是黎族人民食品中的独特风味。吃“喃杀”是因为天气炎热出汗多，又很累，吃了“喃杀”加上酿饭就会很快恢复体力。

鱼、虾、螃蟹、青蛙、蛇类等也都是黎族人民常吃的美味佳肴。吃螃蟹的方法很特别，把螃蟹放到木舂里舂成烂浆，然后加入葱、酸梅浆、生姜汁等调料，味道香甜鲜美，很好下饭。另外，黎族人民一般还爱吃竹笋和蘑菇以及营养丰富的蜂仔、蜜汁、木蛆、红蚂蚁卵等。男子吸烟者多，吸烟时都用竹筒制成的水烟筒。黎族人民喜爱喝山栏糯米酒，常以通孔的小竹管插进酒缸里吸饮，人多时便围坐在一起轮流吸饮，也有把酒倒在碗中来喝的。沿海地区的黎族，平时喝的酒都是自己制的米酒和番薯酒；东方县的黎族自酿的番薯酒味道醇香，被誉为“东方茅台”。

黎族人家家户户都用三块石头摆成“品”字形的炉灶，煮饭烧菜用陶锅或铁锅，蒸酒用陶甑，切菜用菜刀，挑水用竹筒或陶罐，盛水用陶缸或竹筒，舀水用葫芦瓜壳或椰子壳制成的瓢，主要使用陶碗吃饭，有的用椰子壳做碗。

**第五篇：上海市妇女计划内生育或流产后领取津贴材料**

参加上海市社会保险的妇女计划内生育或流产后，可以到全市任何区县（不一定到本人户籍所在区县）的社保中心就近领取生育保险金。符合申领生育保险条件的妇女申领时请同时提供以下材料。

申领所需携带资料：（所有复印件请尽量用A4纸复印）

1）生育或流产妇女本人的身份证原件和复印件（持第二代身份证者需要复印正反两面）

2）生育或流产妇女夫妻双方的户口本原件和复印件（需要复印双方户口簿首联有派出所盖章的那页和有夫妻双方姓名身份证内容页）

3）生育或流产妇女夫妻任意一方的结婚证原件和复印件（需要复印结婚证首联有民政局盖章的那页和次联结婚内容页）

4）生育或流产妇女本人的实名制活期结算账户银行存折原件和复印件（银行存折必须是工商银行、上海银行、浦发银行、建设银行或者农业银行仅此五个银行的存折（软卡））。不可使用借记卡、信用卡等所有硬卡）。

5）医院开具的《生育医学证明》第二联（黄色或粉红色的纸张）原件及复印件。非绿色封面的《出生医学证明》。

6）生育或流产妇女本人不能前来办理的都需要出具由生育或流产妇女本人签名确认的委托书一份（格式内容可以自拟），同时还要提供[被委托人]的身份证原件和复印件（持第二代身份证者需要复印正反两面）

7）计划内允许生育第二胎的夫妻前来申领生育保险，还需要提供由街道计划生育部门批准的《再生育子女告知书》原件和复印件，《再生育子女告知书》的签发日期必须早于小孩的实际分娩日期或实际流产日期。

外地生孩子在上海报销还需提供：

1、县级以上医院的相关证明（出生证、出院小结）；

2、户籍地人民政府、街道办事处以上机构出具的生育服务证明；

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！