第一图书网, tushu007.com

<<0-1岁婴儿养育每日一页－亲亲乐读>>

图书基本信息

书名：<<0-1岁婴儿养育每日一页－亲亲乐读系列>>

13位ISBN编号：9787501966974

10位ISBN编号：7501966974

出版时间：2009-1

出版时间：轻工

作者：范玲

页数：293

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

第一图书网, tushu007.com

前言

照顾一个从出生到1岁的宝宝，到底有多麻烦，有时是无法想像的。
眼看着这个宝宝一天天地成长，到底有多幸福，不当妈妈也是无法体会的。
还好，我们把所有这一切都分解在每一天。
把那些欢乐、劳累、疑惑、不知所措分担在每一个日子里。
特别要说明一下，我们书中每月按30天计，因为我们无法严格地按自然月做成3l天或30天，因为大多数小宝宝不是生在1月1日的。
这样模糊地设置以保证这本书能每天陪伴着每一个宝宝健康成长。

第一图书网, tushu007.com

内容概要

《婴儿养育每日一页》以0～1岁宝宝的成长发育为主要内容，和新妈妈一起聊聊新生儿所要经历的一系列问题，帮助新妈妈认识、了解并且很好的解决，宝宝在这个过程中出现的关于身体、心理、发育、营养、早教等诸多问题。
以每日一页的形式，伴随着小宝宝成长的每一天，为新妈妈打开一个又一个困惑。

第一图书网, tushu007.com

作者简介

范玲，中华医学会妇产科专业委员会委员；北京优生优育协会第三届理事会常务理事；首都医科大学附属北京妇产医院主任医师、副教授；北京医师协会妇产科专业委员会委员；北京市孕产期保健技术专家指导组成员；中华医学会医疗事故技术鉴定专家；北京医学会医疗事故技术鉴定专家

第一图书网, tushu007.com

书籍目录

第1个月 天使降临人间　第1天 休息！
休息　第2天 奶水怎么还不来　第3天 最宝贵的初乳　第4天 出黄疸了　第5天 宝宝也要“坐月子”　第6天 脐带护理　第7天 宝宝在脱皮　第8天 乳头皲裂后如何哺乳　第9天 吃不到母乳怎么办　第10天 有趣的宝宝“气质”　第11天 襁褓助睡眠　第12天 宝宝暂时不用小枕头　第13天 怎样哺乳才不累　第14天 吃母乳还要喂水吗　第15天 小鼻子堵上了　第16天 舒舒服服洗个澡　第17天 宝宝为何怕冷又怕热　第18天 定时喂还是按需喂　第19天 宝宝要小心“病从口起”　第20天 宝宝现在能看见什么　第21天 有红屁屁了　第22天 尿片选择有学问　第23天 穿衣服也要有讲究　第24天 活动，要看宝宝愿不愿意　第25天 识别宝宝“便便”里的信息　第26天 宝宝的房间　第27天 夜间哺乳　第28天 宝宝不要剃光头　第29天 宝宝用哭声说话　第30天 满月总结第2个月 慢慢地，规律了　第31天 妈妈吃得对才有好奶水　第32天 每天 都干干净净　第33天 为什么宝宝总是一惊一乍　第34天 选纸尿裤多问“过来人”　第35天 爸爸学学换尿布　第36天 让宝宝多用用小耳朵　第37天 成长日新月异　第38天 如果妈妈生病了　第39天 宝宝“发现”了自己的手　第40天 给宝宝拍照不要用闪光灯　第41天 帮宝宝练“抬头”　第42天 纠正宝宝睡扁的头　第43天 宝宝怎么总吐奶　第44天 宝宝的“秩序感”　第45天 呵护宝宝的小屁屁　第46天 女宝宝的小屁屁更要精心　第47天 户外活动好处多　第48天 宝宝怎么老要妈妈抱　第49天 宝宝睡觉不要开灯　第50天 宝宝已经会“爬”和“走”　第51天 哺乳装DIY　第52天 享受户外哺乳　第53天 坚持母乳需要家人支持　第54天 爱他，就早些给他做抚触吧　第55天 睡得好才能长得壮　第56天“三步”睡眠法纠正宝宝“醒夜”　第57天 自己的孩子自己带　第58天 宝宝用微笑来“谈心”　第59天 运动四肢的拉绳游戏　第60天 宝宝满两个月总结第3个月 小小婴儿快乐全家　第61天 什么让宝宝那么快乐　第62天 为宝宝准备新衣服　第63天 清理鼻牛儿　第64天 音乐开启心灵　第65天 爱笑的宝宝多聪明　第66天 规律作息早培养　第67天 奶癖不一定和吃奶有关　第68天 给“配方奶宝宝”加果汁　第69天 心灵的“胚胎期”　第70天“呼吸暂停”别害怕　第71天 宝宝的世界有了颜色　第72天 抱的姿势　第73天 宝宝手上“二两蜜”　第74天 摇摇铃铛好开心　第75天 清洁永远比药物更好　第76天 妈妈要外出2小时为限　第77天 宝宝的胎记　第78天 防治“枕秃”　第79天 大自然给宝宝最好的教育　第80天 怎么知道宝宝吃饱了　第81天 给宝宝建个健康档案　第82天 宝宝“　第一次”发声　第83天 宝宝开始“认人”了　第84天 宝宝的尿液颜色正常吗　第85天 宝宝惊人的“嗅觉”能力　第86天 运动启迪智慧　第87天 翻个身吧　第88天 宝宝的小枕头　第89天 佝偻病早预防　第90天 宝宝满3个月总结第4个月 宝宝惊喜地吸纳着世界　第91天 环境引导宝宝的进步　第92天 仔细挑选宝宝的玩具　第93天 给宝宝合适的睡眠环境　第94天 每天 都去晒太阳　第95天 宝宝是在做梦吗　第96天 手上的秘密　第97天 提前找个好帮手　第98天 发现宝宝的内在力量　第99天 预防针都要打吗　第100天 宝宝100天 了　第101天 自然的是最好的　第102天 纸尿裤会导致男宝宝不育吗　第103天 重返职场vs全职妈妈　第104天 镜子里的宝宝　第105天 宝宝太“乖”未必好　第106天 给宝宝展示“神奇的嘴”　第107天 口水流不停　第108天 为上班时的哺乳做准备　第109天 宝宝能追着物体看　第110天 宝宝也欢迎“全职爸爸”　第111天 宝宝能玩“藏猫猫”了　第112天 给宝宝定时把尿　第113天 宝宝为什么老打嗝　第114天 好玩的“哇哇哇”　第115天 宝宝生病如何照顾　第116天 矿物质科学补　第117天 宝宝有双灵敏的小耳朵　第118天 小小围嘴帮大忙　第119天 语言学习从“名词”开始　第120天 宝宝满4个月总结第5个月 开始吃“饭”啦第6个月 小家伙能自己坐着了第7～8个月 向独立进发第9～10个月 爬行时代第11～12个月 迈出自己的第一步

第一图书网, tushu007.com
<<0-1岁婴儿养育每日一页－亲亲乐读>>

章节摘录

插图：第1天 休息！
休息对于女人来说，一生中身体所承受的最大疼痛应该是来自分娩的疼痛了(剖腹产或其他重大意外伤害除外)，我们要恭喜你的是：在经历过这深入骨髓但又有些幸福感的疼痛之后，再没有什么疼痛是你不能忍受的了。
现在，除了身体上的隐隐作痛以外，你是不是还感觉有另外的不舒服？
好像丢了什么东西，又好像受了什么委屈，感觉难过又焦虑是不是？
别担心，这只是你身体里的孕激素水平下降引起的暂时反应，顺其自然就好，想睡就睡，想吃就吃，想唠叨就唠叨，想哭就哭会儿。
重要的是注意喝水，适当吃些东西，充分体息。
家人要做的1.保持安静，尤其是在宝宝或者妈妈睡着时。
2.必须有人随时陪伴，了解母子的情况并及时满足他们的需要。
3.为了刺激母乳尽早泌出，应在母子清醒时尽早让宝宝吮吸妈妈的乳房。
4.尽量不安排亲友看望。
5.注意妈妈的情绪反应，尊重她的意愿。
即便她有一些不太合理的想法或者做法，我们也不要妄加批评，更不要拂逆她，而是要协助她、保护她，给予柔和的建议就行了。
第2天 奶水怎么还不来宝宝还是一天戮晚睡个不停，但醒来的时候，小嘴不停地张合，你要是把手指轻轻地凑到他的嘴边，他就会向着手指张开嘴。
对着手指做出吸吮的动作，这些都是在告诉你——他想要吃的了！
妈妈的乳房这时候开始发胀，可是奶水就是不出来，几次抱起孩子喂奶，都把孩子惹得嚎啕大哭，真急人！
下奶策略新妈妈首先要知道，轻松愉快的心情最有利于母乳分泌。
另外，尝试一下以下的方法，可能对你大有帮助。
1.多喝汤粥，尤其是有利于泌乳的鸡汤、鲫鱼汤或小米粥等。
2.自己做胸部按摩，在乳房上下左右轻轻揉按，不要直接按在乳头上，如果乳房已经胀痛，就不要再按摩了。
3.让小宝宝多吸吮乳头，并注意把整个乳晕放入小宝宝嘴里，这样既利于刺激泌乳，还可以避免发生乳头皲裂。
4.必要时可用吸奶器反复吸乳头，要轻柔、持续、有间隔地进行。
5.休息时保持侧卧或者仰卧，以避免压到胸部。
第3天 最宝贵的初乳留心一下刚出生的婴儿吸奶的样子，你可能就理解“使出吃奶的劲儿”这句俗语的深刻含义了。
的确，那个小家伙在“认真”地，似乎用了全身的力气在拼命吮吸，他似乎坚信奶水就在他的下一次努力中，即使累了，哭一下仍会接着继续“工作”，于是，在母子共同的努力下，初乳来了！
初乳——宝宝的天然免疫佳品妈妈在产后最初几天分泌的乳汁叫初乳，虽然不多但浓度很高，颜色类似黄油，与成熟乳汁相比，脂肪含量较低，更富含抗体、蛋白质及宝宝所需要的各种酶类、碳水化合物等，这些是其他任何食品都无法比拟的。
另外，初乳中免疫物质可以覆盖在新生儿未成熟的肠道表面，阻止细菌、病毒的附着：还有促进脂类排泄作用，减少黄疸的发生。
不要因为少而放弃即使你没有看到乳汁分泌，也并不意味目前你的乳房是“空”的，只要这两天坚持让小宝宝吸吮，就肯定有宝贵的初乳已被小宝宝吸收了。
能供给宝宝养分以及抗体的初乳，毫无疑问地存在着，虽然量极少(首次哺乳时，大概只有3毫升的量。
到第三天时，还不足20毫升)。
这样的量你也许无法以手挤出，但是一个一天大的婴儿却自有办法吸出来。

第一图书网, tushu007.com
<<0-1岁婴儿养育每日一页－亲亲乐读>>

第4天 出黄疸了刚刚能吃上母乳的小宝宝，脸上才褪去黑红的颜色，开始显出粉白的本色，又忽然发黄了。
从鼻尖开始，下巴、眼皮、继而是整个脸，这是怎么回事呢？
出黄疸很正常大部分新生儿在出生后的1周内出现皮肤黄染，即“ 黄疸 ”。
这主要是由于新生儿胆红素代谢的特点决定的。
如果黄疸的程度较轻，仅在面、颈部、继之躯干及四肢轻度发黄，但全身情况良好，属于生理性黄疸。
生理性黄疸一般在出生后2-3天开始出现，4-6天最黄，7-10天以后逐渐消退，不需任何治疗。
判断黄疸程度如果黄疸出现得过早(出生后24小时以内)、过重、消退时间延迟、黄疸退而复现，日益加重等，就需要警惕病理性黄疸了。
判断方法：在自然光线下，观察新生儿皮肤黄染的程度，如果仅仅是面部黄染为轻度黄染；躯干部皮肤黄染为中度黄染；如果四肢和手足心也出现黄染，到出生后14天仍不消退，即为重度黄染，可怀疑为病理性黄疸，应该及时做进一步的检查和治疗。

第一图书网, tushu007.com

编辑推荐

1.《0-1岁婴儿养育每日一页》中每日一页就是最大的卖点怀孕280天，胎教280天，婴儿期360天，幼儿期720天，每一天都有精彩的安排，每一天都精彩地度过，新妈妈和小宝宝间即使存在个体差异，也可轻松地在临近页内找到答案。
不但如此，”每日一页”体现了细致，体现了阅读的轻松，更提供了安全感，因为它对怀孕和孩子成长的每一天都有关心。
2．放下刻板的面孔全套书都秉承亲切温和的语气，而不是刻板的禁忌、指导。
以胎教为例，没有生硬的饮食胎教、运动胎教、音乐胎教等几个老生常谈的栏目，而是每一天中都有精彩的内容，也许是一首歌，一幅画，一个数字，一个美丽的手语……这一切都会用温暖的文字描述出来，也会引导孕妈妈对胎宝宝说些每日里发生的小事情，根据胎宝宝每日的发育进程，让孕妈妈每天都沉浸在幸福的期待中。
3．更权威，更系统专业孕产/育儿专家的临床积累；新妈妈的经验分享。
4．漂亮的图文书属性：抛开文字书大篇大篇地铺排，用图文的形式简洁表达，更符合现在阅读的需要。
版式精美漂亮，内容连贯统一，兼具礼品书与生活书特征。
360天的篇幅足够装下太多的问题，伴随小宝宝成长的每一天，为新妈妈打开一个又一个困惑。

第一图书网, tushu007.com
<<0-1岁婴儿养育每日一页－亲亲乐读>>

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