

<<宝宝成长多元营养指导方案>>

图书基本信息

书名：<<宝宝成长多元营养指导方案>>

13位ISBN编号：9787510110450

10位ISBN编号：7510110459

出版时间：2012-2

出版时间：中国人口出版社

作者：赵天卫

页数：231

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>

## <<宝宝成长多元营养指导方案>>

### 内容概要

按宝宝的成长规律，分时段详细列出营养饮食方案，并且将宝宝营养需求常识和常见疾病食疗方案一一列出。  
内容包括0-3岁宝宝健康成长必不可少的明星食材、宝宝常见疾病的预防及膳食改善法、喂养健康宝宝的必修课、营养饮食改善宝宝的不良习惯及其他问题、从小培养宝宝的进餐教养、科学解答常见喂养误区等内容。

## <<宝宝成长多元营养指导方案>>

### 作者简介

赵天卫，妇产科主任医师，北京玛丽妇婴医院业务院长，原北京海淀妇幼保健院业务院长，中华医学会儿科学会围产学分会委员，中国优生优育协会妇女儿童钙代谢委员会副主任委员，新浪网特聘医学专家，《孕味》杂志专家顾问。

在围产保健、优生优育、高危孕产妇管理、妇产科危重症抢救方面有丰富的临床经验。

近年来尤其关注妇女儿童保健问题，为提高妇女的身心健康开展了大量工作。

在《中华围产医学杂志》《中国妇幼保健》《中国优生优育》等杂志发表多篇论文并获多项科技进步奖。

在工作之余，完成大量科普创作及咨询工作，在《大众健康》《大众优生》《亲子》《孕味》等杂志发表多篇科普文章。

编著了《怎样孕产更健康》一书，传播科学的孕产知识。

同时在“新浪网亲子频道”建立专业博客，达到数以百万计的点击量；更作为《孕味》杂志的专家顾问撰写了很多文章，为妇女儿童解决了大量实际问题。

致力于“音乐+营养”产科新模式的临床实践与推广，力推音乐胎教，强调孕期体重管理，并在产程中运用了音乐镇痛的新方法，使孕妇和孩子受益，得到产妇的好评和专家的首肯。

## <<宝宝成长多元营养指导方案>>

### 书籍目录

#### 第一章 0~3岁宝宝 同步喂养指南

- 0—1个月宝宝的同步喂养指南——营养丰富的母乳是最佳选择
- 1—2个月宝宝的同步喂养指南——吃奶量明显增加
- 2~3个月宝宝的同步喂养指南——按需哺乳很关键
- 3—4个月宝宝的同步喂养指南——适量补充营养素
- 4—5个月宝宝的同步喂养指南——辅食添加全面展开
- 5—6个月宝宝的同步喂养指南——有选择性地添加辅食
- 6—7个月宝宝的同步喂养指南——真正意义上的“小馋猫”
- 7—8个月宝宝的同步喂养指南——初品自己吃东西的乐趣
- 8—9个月宝宝的同步喂养指南——仍以半固体辅食为主
- 9~10个月宝宝的同步喂养指南——进入断奶的实质性阶段
- 10—11个月宝宝的同步喂养指南——锻炼咀嚼的好时期
- 11—12个月宝宝的同步喂养指南——与母乳彻底说再见
- 1岁0—3个月宝宝的同步喂养指南——按时吃饭，定点排便
- 1岁4—6个月宝宝的同步喂养指南——向成人的饮食模式过渡

#### 第二章 宝宝体内不可或缺的营养素

#### 第三章 宝宝健康成长 必不可少的明星食材

#### 第四章 宝宝常见疾病的预防及膳食改善法

#### 第五章 喂养健康宝宝的必修课

#### 第六章 营养饮食改善宝宝的不良习惯及其他问题

#### 第七章 从小培养宝宝的进餐教养

#### 第八章 科学解答常见喂养误区

## <<宝宝成长多元营养指导方案>>

### 章节摘录

版权页：插图：病毒可通过乳汁传播引起宝宝感染，建议患乙型肝炎或被巨细胞病毒感染的妈妈停止哺乳，改用人工喂养。

艾滋病患者的乳汁中含有艾滋病病毒，可导致宝宝感染，也不宜母乳喂养。

乳头或乳晕附近有活动性单纯疱疹病毒感染时，应暂停哺乳。

患严重心脏病、慢性肾炎时，母乳喂养会增加心脏和肾脏负担，严重时甚至导致心力衰竭。

妈妈患尚未稳定的糖尿病，哺乳可引起严重并发症，甚至导致昏迷。

患有癫痫（俗称羊癫风）长期服用抗癫痫药物，会对宝宝产生一定影响，如吸吮力不强、体重增长缓慢、嗜睡、呕吐等。

当癫痫发作时还会伤及宝宝，导致意外。

妈妈患癌症需要接受化疗时或长期需要服用激素等，都不宜采用母乳喂养。

宝宝如有代谢性疾病，如半乳糖血症或苯丙酮尿症，母乳喂养会加重疾病。

出现持续黄疸（皮肤发黄），并经医生诊断排除其他各种原因。

考虑母乳性黄疸时应减少母乳哺喂量，加喂一定量配方奶粉。

待黄疸基本消退后再恢复纯母乳喂养。

但当胆红素值超过（20毫克/分升）时，宜暂停母乳喂养。

患严重唇腭裂而致使吸吮困难的宝宝不宜采用母乳喂养。

不宜给宝宝喂高浓度的糖水许多妈妈喜欢用高浓度的糖水喂宝宝，或者给宝宝喂一些高糖的乳制品来补充营养，其实这是错误的做法。

这样做既不能给宝宝补充营养，还有可能给宝宝带来疾病。

给宝宝服用含有高糖的乳和水，容易导致宝宝腹泻、消化不良、食欲不振，以至发生营养不良。

另外，给宝宝喂高浓度糖水，还会造成宝宝出牙时发生龋齿。

宝宝吃高糖的乳和水，还会使坏死性小肠炎的发病率增加。

<<宝宝成长多元营养指导方案>>

编辑推荐

<<宝宝成长多元营养指导方案>>

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>