

<<0-3岁育儿全程必读>>

图书基本信息

书名：<<0-3岁育儿全程必读>>

13位ISBN编号：9787510111037

10位ISBN编号：751011103X

出版时间：2012-7

出版时间：中国人口出版社

作者：徐文

页数：213

字数：150000

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>

## <<0-3岁育儿全程必读>>

### 前言

0~3岁是宝宝成长的黄金时期。

这一时期是宝宝身体和智力发育最快的时期，也是可塑性最强的时期。

在这个黄金时期，让宝宝身体健康、心智健全、个性良好，从而为宝宝的一生打下坚实的基础，是所有爸爸妈妈的愿望，更是爸爸妈妈义不容辞的责任。

从成为新手爸爸妈妈的第一天起，到宝宝蹒跚学步，再到他成为一个聪明伶俐的“小大人”，这一时期发生在宝宝身上的点点滴滴，一定会成为你人生中最难以忘怀的一段特殊的经历。

第一次抱起宝宝，第一次给宝宝喂奶，拉着宝宝的小手带领他迈出人生第一步，陪着宝宝第一次完成一个简单的手工艺品制作……一切的一切都将成为你引以为傲的回忆。

然而，现在的你了解你的宝宝吗？

了解发生在他身上的所有变化及问题吗？

你真的会养育自己的宝宝了吗？

你知道你的宝宝为什么哭个不停吗？

你知道你的宝宝为什么总爱啃自己的小手小脚吗？

你是不是在为如何给你的宝宝换尿布而发愁呢？

你是不是在为你的宝宝挑食不爱吃饭而忧虑呢？

你是不是在为你的宝宝任性而又暴躁的脾气而苦恼呢？

你知道怎么教育宝宝如何跟小朋友相处吗……相信如何在如何养育你的宝宝方面，你一定有“十万个为什么”需要得到解答。

为了帮助爸爸妈妈解决育儿过程中遇到的难题，我们邀请了具有丰富经验的育儿专家精心撰写本书。

根据宝宝不同年龄段的身体、智力发育特点和需求，为爸爸妈妈们讲解科学育儿的方法。

本书丰富翔实地介绍了新生儿的特点和宝宝从出生到3岁的生长发育情况，以及如何照顾和喂养你的宝宝。

对于爸爸妈妈在育儿方面经常会遇到的一些问题，我们都做了细致而科学的解答。

## <<0-3岁育儿全程必读>>

### 内容概要

《0~3岁育儿全程必读》根据宝宝不同年龄段的身体、智力发育特点和需求，为爸爸妈妈们讲解科学育儿的方法。

在《0~3岁育儿全程必读》的第一章，我们介绍了家庭由于新生儿的到来而发生的变化和应对方法，以及新生儿的样子，新生儿出生后的情况，新生儿需要做的医学检查，新生儿的五感、智力和社交能力等，让你深入了解这个家庭里的新成员。

在第二章，我们详细讲解了如何照顾你的宝宝，如怎样给宝宝换尿布、怎样给宝宝洗澡怎样安抚宝宝，怎样训练宝宝自己大小便，等等。让你逐渐从一个育儿生手，变成一个育儿达人。

在第三章，我们深刻分析了母乳喂养和人工喂养的差别，并细致讲解了如何进行母乳喂养和人工喂养。对于辅食添加及1~3岁宝宝的喂养当中可能遇到的问题，我们都一一进行了解答。

在第四章，我们按照发育阶段介绍了宝宝从出生到3岁在身体、智力以及心理等方面发生的变化。让你能够根据宝宝的发育阶段和发育状况科学引导宝宝健康成长。

## 作者简介

徐文，副主任医师，任职于北京市海淀区妇幼保健院。  
毕业于兰州医学院临床医学系，从事妇产科临床工作十五年，从事妇女保健工作六年。  
对妇产科各种疾病的诊断和处理有着丰富的经验；对孕产期保健知识、孕期营养指导和咨询、孕期优生优育预防出生缺陷指导和宣教、预防和处理孕期生殖道感染、对妊娠合并症及并发症的处理、产程的观察和处理、产褥期产妇保健知识及指导等方面有丰富的临床经验；在妇女保健健康教育领域有良好的临床和保健知识，能将专业性很强的医学知识转变成老百姓易懂的、能接受的知识，并进行广泛的宣讲，针对大学老师和学生、社区居民、公司职员、中小学女生、农村妇女讲授不同的妇女保健知识，有上百次的讲课经验，并取得良好的成绩。  
曾在市级、区级及院级多次获奖。  
还参与国家卫生部及北京市多个科研项目，在国家核心期刊发表多篇文章。

<<0-3岁育儿全程必读>>

书籍目录

第一章迎接新生儿  
家庭的新变化  
为人父母  
你做妈妈啦  
爸爸和家人  
家里的其他孩子  
宝宝的新变化  
新生儿是什么样子  
头部、头发和脖子  
脸  
皮肤  
身体  
胳膊  
腿  
宝宝出生后的状况  
胎记  
唇部水疱  
眼泪和泪腺阻塞  
锁骨骨折  
髋部发育不良  
头颅血肿  
粟粒疹  
新生儿黄疸  
新生儿皮疹  
足部畸形  
舌系带过短  
腕关节损伤  
新生儿要做哪些护理和检查  
眼部护理  
注射维生素K  
注射乙肝疫苗  
阿氏评分  
新生儿体  
血液筛查  
新生儿听力筛查  
新生儿的感覺和能力  
触觉  
视觉  
听觉  
嗅觉和味觉  
智力  
交流能力  
新生儿的条件反射  
第二章照顾宝宝  
抱持宝宝

<<0-3岁育儿全程必读>>

如何包宝宝  
抱起宝宝和放下宝宝  
怎样抱宝宝  
宝宝的大小便  
小便  
大便  
尿布和纸尿裤  
尿布  
纸尿裤  
选择尿布  
换尿布的准备  
换尿布的技巧  
换尿布的步骤  
洗尿布的学问  
宝宝洗澡  
用澡盆洗澡  
澡盆洗澡的步骤  
擦澡  
擦澡的步骤  
给宝宝进行日常护理  
宝宝的皮肤  
宝宝的肚脐  
男宝宝的阴茎  
为宝宝做按摩  
给宝宝剪指甲  
宝宝的睡眠  
睡觉的相关物品  
睡觉的环境  
哄宝宝入睡  
睡觉的姿势  
夜里不睡觉的宝宝  
安抚哭闹的宝宝  
饥饿  
胃胀气  
想要吮吸  
尿湿或者便便  
温度不合适  
觉得无聊  
渴望拥抱  
肠绞痛  
与饮食无关的吮吸  
吃手  
安抚奶嘴  
宝宝的衣物  
衣服  
宝宝穿着要厚薄适度  
宝宝乖乖穿衣秘籍

<<0-3岁育儿全程必读>>

宝宝的鞋袜  
宝宝必备衣物清单  
照顾1~2岁的宝宝  
可以给宝宝穿满裆裤  
为宝宝选择鞋  
保护好宝宝的眼睛  
训练宝宝自己大小便  
训练宝宝自己洗手  
照顾2~3岁的宝宝  
不要给宝宝穿露脚趾的凉鞋  
和宝宝分房睡  
午觉要睡好  
养成良好的睡眠习惯  
刷牙方法及牙具的选择  
定期检查宝宝的牙齿  
注意宝宝的坐姿  
训练宝宝的走姿  
宝宝夜里流鼻血的原因及诊治  
少带宝宝去公共场所  
宝宝看电视的注意事项  
第三章喂养宝宝  
母乳喂养和人工喂养  
母乳喂养  
人工喂养  
母乳喂养常识  
做好身体的准备  
做好情绪和精神方面的准备  
第一次哺乳  
帮助宝宝正确吸吮  
喂奶的姿势  
初乳  
下奶  
排乳反射  
乳汁的分泌量  
每次喂多久  
临时停止喂奶  
先喂哪侧更好  
补充维生素  
其他喂养方式  
吸奶  
乳房护理  
胀奶  
乳管阻塞和乳腺炎  
酵母菌感染  
打嗝  
咬乳头  
给早产儿、患儿和多胞胎喂母乳

<<0-3岁育儿全程必读>>

哺乳妈妈需要鼓励  
哺乳妈妈的保养  
断奶  
人工喂养常识  
配方奶粉的种类  
如何存放配方奶  
人工喂养的工具  
冲调奶粉  
喂奶的奶量和时机  
给宝宝喂奶  
拍嗝和溢奶  
戒掉奶瓶  
添加辅食  
什么时候开始添加  
给宝宝添加辅食的原则  
食物不耐受和过敏反应  
常见致敏食物  
其他需要避免吃的食物  
不要给宝宝吃成人饮食  
辅食添加计划  
给宝宝吃多少  
怎么用汤匙喂宝宝  
轻松享受喂食好时光  
说说果汁  
选择合适的水果  
补充维生素  
罐装婴儿辅食  
饮食安全  
可以手抓着吃的食物  
在家自制辅食  
1~2岁宝宝的营养方案  
宝宝的饮食与智力发育有什么关系  
怎样为宝宝进行合理的饮食搭配  
如何让宝宝合理吃粗粮  
怎样让宝宝养成良好的饮食习惯  
满1岁还需要每天喝奶吗  
宝宝只喝牛奶不吃饭怎么办  
不要让垃圾食品影响正餐  
宝宝吃饭慢的对策  
宝宝站在椅子上吃饭的对策  
宝宝的进餐时间有限制吗  
宝宝多吃鱼会变聪明吗  
能给宝宝吃芝麻酱吗  
怎样防止宝宝便秘  
宝宝腹泻时如何调理饮食  
哪些食物能促进宝宝的睡眠  
龋齿是怎样形成的

<<0-3岁育儿全程必读>>

怎样预防龋齿  
怎样护理宝宝的乳磨牙  
宝宝不喜欢吃米饭怎么办  
宝宝经常吃汤泡饭好吗  
脂肪类食品对宝宝有什么好处  
宝宝对奶瓶过于依赖怎么办  
宝宝不愿意自己动手吃饭怎么办  
2~3岁宝宝的营养方案  
宝宝四季饮食调节  
鼓励宝宝自己进食  
给宝宝吃精细食物要适量  
可以给宝宝吃补品吗  
宝宝不好好吃饭怎么办  
怎样给宝宝安排一日三餐  
为什么不能忽视宝宝的早餐  
怎样给宝宝安排加餐  
宝宝晚餐应该少吃吗  
给宝宝喝豆浆要注意什么  
宝宝常吃黑木耳有什么好处  
宝宝常吃银耳有什么好处  
如何注意宝宝的饮食卫生  
正确对待宝宝对食物的喜恶感  
如何帮助宝宝使用筷子  
服驱虫药后如何调理宝宝的饮食  
怎样使宝宝吃饭更香  
谨慎给宝宝吃冷饮  
不宜多给宝宝吃糖或甜食  
宝宝为何不宜多吃肥肉  
宝宝吃瓜果为何要有节制  
宝宝为何忌多吃橘子  
为什么宝宝吃瓜果要洗净和削皮  
警惕影响宝宝智力发育的食物  
细嚼慢咽能促进大脑发育  
为什么宝宝忌滥用补药健脑  
怎样调整饮食促进宝宝大脑发育  
哪些营养素有助于宝宝智力发育  
哪些动物肉类能健脑益智  
哪些水果能健脑益智  
宝宝暴饮暴食有什么害处  
宝宝爱吃零食为何不好  
为什么宝宝常吃油炸食品有害  
为什么宝宝不宜食用人参  
为什么宝宝不宜服用人参蜂王浆  
为什么宝宝不宜多吃鱼松  
宝宝常吃芝麻有何好处  
给宝宝喝水的注意事项  
宝宝不宜喝哪几种开水

<<0-3岁育儿全程必读>>

为什么宝宝忌喝浓茶  
宝宝为什么不宜吃果冻  
如何为宝宝选购乳酸饮料  
为什么给宝宝吃虾皮好处多  
怎样合理给宝宝吃巧克力  
吃大豆对宝宝身体有什么好处  
为什么红枣是天然维生素丸  
适当吃香菇有什么好处  
为什么宝宝吃饭前不宜喝碳酸饮料  
宝宝为什么不能吃泡泡糖  
超剂量服用维生素B1有何危害  
为什么不宜超量服用维生素D  
为什么不宜滥用丙种球蛋白  
为什么摄入氨基酸过多有害  
第四章关注宝宝的生长发育  
出生到2个月的宝宝  
第1个月宝宝的表现  
第2个月宝宝的表现  
3~5个月的宝宝  
第3个月宝宝的表现  
第4个月宝宝的表现  
第5个月宝宝的表现  
6~9个月的宝宝  
第6个月宝宝的表现  
第7个月宝宝的表现  
第8个月宝宝的表现  
第9个月宝宝的表现  
10~12个月的宝宝  
第10个月宝宝的表现  
第11个月宝宝的表现  
第12个月宝宝的表现  
1岁~1岁半的宝宝  
1岁1~2个月宝宝的表现  
1岁3~4个月宝宝的表现  
1岁5~6个月宝宝的表现  
1岁7个月~2岁的宝宝  
1岁7~9个月宝宝的表现  
1岁10个月~2岁宝宝的表现  
2~3岁的宝宝  
2岁1~3个月宝宝的表现  
2岁4~6个月宝宝的表现  
2岁7~9个月宝宝的表现  
2岁10个月~3岁宝宝的表现  
如何正确教育宝宝  
关注宝宝上幼儿园问题  
为宝宝选择玩具  
安全可靠

<<0-3岁育儿全程必读>>

结实耐玩  
玩法多样

## &lt;&lt;0-3岁育儿全程必读&gt;&gt;

## 章节摘录

第一章迎接新生儿专家的话作为新手爸爸妈妈，一定对刚刚度过的那些日子记忆犹新：在分娩之前，为怀孕期间遇到的大大小小的问题焦虑，在分娩的时候如何分配体力、怎样才能顺利娩出宝宝感到忧心忡忡；同时还特别渴望能早点把健康的小家伙抱在怀里，赶紧结束这难熬的孕期。

其实，就算经历了顺利的分娩，当妈妈真的把小宝贝抱在手中，那些孕期的痛苦以及分娩的艰辛体验也不会马上淡忘。

妈妈完全可以在任何乐于聆听你的朋友面前详细地描述分娩经历，这样对缓解那些由分娩带来的负面的心理暗示和压力很有帮助。

而且怀里这个刚刚平安诞生的小家伙，很快就会提醒你：他的到来并不仅仅意味着难熬的孕期结束，更多的是，一辈子为人父母的日子这就开始啦！

养育宝宝的第一年，充满了无数个神奇的第一次：宝宝绽放的第一次微笑，宝宝长出的第一颗牙齿，宝宝咿呀说出的第一个字、第一句话，宝宝勇敢迈出的第一步……他会在你无微不至的呵护和深情的注视中经历那许许多多的第一次。

从现在开始，细心的你就会看到宝宝出生后的每一天都有着令人惊喜的变化和成长。

作为新手爸妈，你也一定会为自己掌握了那么多照顾宝宝的本事、逐渐成为完美的育儿高手而感到由衷的自豪！

家庭的新变化宝宝的到来使爸爸妈妈的生活从此充满出人意料的变化。

就算妈妈正平心静气地享受晚餐，或者跟好久没机会做爱的老公耳鬓厮磨，或者跟好友兴高采烈地通电话聊天，宝宝忽然睡醒大哭起来或者因为大小便而大喊大叫起来，妈妈都肯定会忙不迭地跑去，但是相信爸爸妈妈都不会有任何怨言，反而还会满心欢喜。

看吧，生活就是如此奇妙，照顾宝宝就此变成全世界最令你们心满意足、喜笑颜开的事。

这里提及的就是你们的家庭在宝宝到来时应该预料到的一些变化。

为人父母为人父母的意思是让爸爸妈妈面对现实：爸爸妈妈自己的一切安排都得围绕宝宝的时间表来进行，无论是照顾宝宝还是做自己的工作，都得先满足宝宝的需求，而且很快爸爸妈妈就会发现，就算出门没带着宝宝，爸爸妈妈心里惦记的和跟人聊天的内容，还会全部围绕着宝宝。

爸爸妈妈好像一整天都忙活着换尿布、喂宝宝吃奶、抱着宝宝哄他入睡或者逗宝宝高兴。

彼此可能觉得已经很久不拥抱了，也不互相关心了，甚至有时候爸爸会觉得妈妈对宝宝的关注和爱远远超过了对自己的而感到嫉妒和失落。

这时候，两个人应该互相体谅，要记住做父母是需要时间去适应和习惯的。

等爸爸妈妈逐渐适应了父母的角色，就要好好经营夫妻之间的关系，记住，你们是这个宝宝的爸爸妈妈，一家人一定要互相支持。

你做妈妈啦宝宝刚出生后，睡眠不足和分娩后激素的变化，以及感情上的不知所措，都会让新妈妈变得情绪低落。

对有些人来说，产后抑郁所导致的情绪起伏不是很大，一般在几周内就平复了。

可是还有一部分妈妈，经历了这种情绪上的失落后就显得无所适从，持续很长时间都不能释怀，那就需要求助于医生了。

爸爸和家人尽管爸爸和家里其他人没有像妈妈那样经历身心的巨大变化，但是他们也陪伴妈妈历经了孕期和分娩前后许多感情上的起伏。

爸爸和家人在感觉到对宝宝的爱的同时，也会想到养育宝宝的巨大责任，肯定也有不少困惑、矛盾、恐惧和失落。

和妈妈一样，在家人、朋友的支持和身边其他父母的鼓励下，一切都会走上正轨。

家里的其他孩子如果家里还有个大的孩子，那么无论妈妈在怀孕期间对大孩子做过多少解释，在宝宝出生回到家后，大孩子都会有段时间很难接受自己不再是这个家里唯一的宝宝这个事实。

他可能忽然又开始缠着妈妈吃奶了，还可能改变睡眠时间，开始吃手指或者晚上尿床。

这些表现都很正常，这只是大孩子对家里的变化表示出担心恐惧的孩子式反应，他觉得自己的爱被这个小宝宝偷走了，需要用自己的方法唤起爸爸妈妈对他的爱和关注。

## &lt;&lt;0-3岁育儿全程必读&gt;&gt;

为了让大孩子安心，爸爸妈妈每天都应该花些时间和他单独相处，专心地陪着他，耐心聆听和了解他对新宝宝和对家里有了变化的感觉，告诉他做大孩子有做大孩子的好处，比如，可以自己独立做一些事情、可以去公园玩、还会交朋友什么的，让他逐渐平衡自己的心态，学会跟弟弟妹妹相处，学会爱别人。

宝宝的新变化宝宝生出来后会有筋疲力尽的感觉，大多数宝宝娩出后都会沉睡6个小时左右。

出生时，一般宝宝的体重是2.7~3.6千克，身高在45.7~55.9厘米。

不过，在出院时的体重反而会下降，等到出生1周后，他的体重就开始回升并且迅速增长。

在子宫的时候，宝宝全部的营养来源都依赖连着妈妈的那根脐带，所以他那时候根本不知道什么是饿。

一出生，他就有了吮吸反射，也开始能感觉到饥饿，这样也知道必须自己去吃才能不饿。

出生前，宝宝不会呼吸。

他的氧气全部来自妈妈的血液。

出生后，是依赖鼻子到颈部再到肺部，功能不是很强，呼吸比较浅而且不规律。

宝宝在新生儿时期就会通过打喷嚏、喘气、打嗝和咳嗽来清理呼吸系统分泌的黏液。

在子宫里，妈妈的羊水让宝宝生活在一个舒适的恒温环境里。

然而宝宝娩出体外之后，他的体温忽然下降，所以应该采取措施尽量让宝宝觉得温暖舒适。

在妈妈子宫里的时候，宝宝生活在一个安静黑暗的无声世界里。

出生之后，他忽然听见了很大声、很清晰的各种嘈杂的声音，还看见很亮的光线。

出生前，他在妈妈肚子里想睡觉、想玩都随心所欲，也完全不知道白天黑夜，现在可在妈妈肚子里的时候，宝宝每天跟着妈妈走来走去，在羊水里不断地轻柔摇晃着，这让他觉得很安逸和放心。

出生后，他还会记得这种感受，所以很乐意靠在抱着他的大人身上被人轻轻晃动。

这就是为什么哭闹的宝宝，如果被抱起来轻轻地晃动就逐渐安静了的原因。

出生后的头一周，宝宝就是这么睡着慢慢调整自己的全部身心，以便适应这个全新的世界，还有养成自己的新习惯。

新生儿是什么样子跟我们通常的观点相反的是，并不是所有的新生儿的样子都很可爱。

下面是一些关于新生儿典型特征的描述。

头部、头发和脖子新生儿的头部按照全身的比例来看，显得很大——占身体的1/4。

脖子很短而且有很多褶皱，由于颈部肌肉发育得不是很好，所以头老是直不起来，往一边歪着。

由于出生时头骨经过产道和骨盆的挤压变形，头顶会显得有点尖，不过几天后就会变成圆圆的了。

新生儿的颅骨骨化尚未完成，在颅顶的前后方各有一处未闭合的由坚韧的膜覆盖的部位，叫做囟门。

额骨与顶骨之间的菱形部分叫前囟，顶骨与枕骨之间有一块三角形部位，叫做后囟。

宝宝出生后6个月左右后囟即封闭，前囟在出生后18~24个月内封闭。

有些宝宝长着浓密的头发，有些则很短，甚至出生时脑袋光秃秃的，不过6周以后，头发会再次长出来。

有的宝宝长着皱巴巴的头皮，会随着宝宝长大变成正常的头皮。

有些宝宝头皮上长着厚厚一层头皮痂，也会慢慢褪掉。

脸新生儿的脸看起来总是红红的，有点肿。

由于在出生时毛细血管破裂，或者出生后为了避免母体细菌感染宝宝的眼睛，医院一般会给宝宝涂抹上眼药水或者药膏，所以看起来有点充血。

有的宝宝生下来就会流泪，而绝大多数则要等到6周以后才会流泪。

新生儿的鼻子又扁又宽，脸通常胖乎乎的，没有明显的下巴。

皮肤刚出生的宝宝皮肤一般都显得皱巴巴的，也有点松弛，几天内看起来很干燥还有脱皮的现象。

皮肤上还覆盖着一层胎儿皮脂——一种白色的蜡状物质，可以帮助宝宝减少出产道时的摩擦力，也保护宝宝的皮肤不受感染。

宝宝还长着胎毛，软软的小绒毛覆盖着肩膀、后背和脸颊，这些柔软的毛发会在几天后脱落。

身体新生儿的身体一般都蜷缩着，腹部很大，臀部比较小。

出生后，脐带被剪断，然后用一个金属或者塑料的夹子夹在残端。

## &lt;&lt;0-3岁育儿全程必读&gt;&gt;

这个夹子是给剪断的脐带止血的，在出院前会拿掉，剩下的脐带根部数日后会自然脱落。

出院前医生或者护士会指导回家后如何给宝宝护理脐带。

不论男婴还是女婴，出生后乳房和生殖器都显得肿胀，有些乳头甚至会渗漏乳汁状液体。

女婴的阴部有时候会有轻微出血和黏性白带，这些都是由于她的体内残留妈妈的雌性激素造成的。

这种症状会在几天或者几周内消失。

新生儿会在24小时内第一次排出大小便。

胳膊新生儿的胳膊是收缩蜷曲的。

小手摸着会有点凉凉的，还蜷成小拳头握着。

皮肤的颜色也因为循环系统没有完全发育成熟，看起来会有点发青。

手腕看起来胖得都起了褶皱，指甲也显得又尖又长。

腿新生儿的膝盖是弯曲的，腿也像弯弓一样。

跟手上的皮肤颜色发青一样的原因，宝宝的脚也因为血液循环系统发育的不成熟而显得有点发青，还有些斑驳的小点。

另外由于脚底厚厚的脂肪垫，宝宝还显得有些平足。

宝宝出生后的状况即便是顺产的妈妈，通常也会出现一些状况，不过不用担心，绝大多数问题都只存在于新生儿或者婴儿期，随着宝宝长大，就会逐渐痊愈或者消失。

胎记有的宝宝身上的胎记出生时就看得到，有些在第一个月时才慢慢浮现出来。

一般来说不用特别关注，因为宝宝有胎记很正常，大多数胎记都会消失或者到孩子五六岁的时候慢慢褪色。

色素痣一般是比较小的深棕色或者黑色的斑痕，可能出生时就有，也可能过段时间才显现出来。

很少有宝宝一出生就长着大片的色素痣，如果出现这样的情况，皮肤科医生会为宝宝做进一步检查。

色素痣会随着宝宝的成长而生长，不过成人后很少会发生癌变，但是还是应该养成随时监测宝宝身上的色素痣变化的习惯，这样能够及时发现病变。

血管瘤扁平的血管瘤：通常叫做“鲑鱼斑”、“天使之吻”或者“鹳吻痕”。

这些血管瘤很平，呈粉红色或者鲜红色的斑块，也属于最常见的胎记。

一般出现在眼皮周围、前额、鼻梁或者头后边和颈部。

在宝宝哭的时候或者用力的时候颜色会加深，不过很多都在几个月之后就褪色变得很不明显了。

凸起草莓瘤：这些小凸起在宝宝出生时你可能注意不到，1个月左右后它们会长成红色的凸出的小红点。

随后的6个月里小红凸起生长得很快，停止生长的迹象是红色的表面长出了白色的小斑点，像草莓一样，停止生长之后就开始收缩，一般最晚在五六岁就彻底消失了。

葡萄酒斑：是宝宝身上形状不规则的、深红色或者紫色斑点，有时候随着宝宝长大会变淡，但是不会最终消失。

如果宝宝的葡萄酒斑长在眼部或者前额，可能还需要做进一步检查，因为葡萄酒斑如果长在这些部位，可能会对宝宝的眼睛或者其他器官造成潜在的危害。

蒙古斑：新生儿身上通常都会有平坦的黑色或者青色斑印，最常出现的部位是背部或者臀部。

有的面积比较大，有的比较小，绝大多数会在宝宝五六岁的时候完全消失。

这种斑印看起来很像磕碰导致的淤伤，其实这不是由于受伤引起的。

芝宝贝提醒什么样的胎记需要治疗肿瘤性痣。

普通的痣表面比较光滑，颜色不会发生很大变化，属于正常现象。

但有一些痣，颜色特别黑，边界不整齐，随着年龄的增长会逐渐长大，且成长速度较快。

有的还会增多，侵犯整个背部、颈部或整个肢体，甚至会出现糜烂、结痂的现象。

这种痣容易变成皮肤癌或恶性肿瘤，必须尽快到医院进行检查治疗。

咖啡色胎记。

常见于面部和颈部。

这种胎记若只是单纯的一小片，不会长大，它是不影响健康的。

但是这种咖啡色斑若超过6片以上，并且逐渐增大，就可能是神经性纤维瘤，必须及时进行治疗。

## &lt;&lt;0-3岁育儿全程必读&gt;&gt;

年轻的爸爸妈妈也不必谈“斑”色变。

如果斑发生变化，首先要向医生请教，并注意随着宝宝年龄的变化多加观察留意，及时配合医生进行早期治疗。

唇部水疱宝宝吃奶的时候很用力吮吸，可能导致娇嫩的嘴唇上磨起水疱。

别担心，这些水疱很正常，也不会让宝宝感到疼痛。

眼泪和泪腺阻塞宝宝出生时，一层薄膜会封闭住宝宝的泪腺管，几个月后才会打开，通常在几周之内宝宝是没有眼泪的。

有些宝宝的泪腺管道被阻塞，这种情况就会持续下去，泪水不能排出，发生病变的眼睛总是会眼泪汪汪的。

要是宝宝的眼睛发红而且总有大量的分泌物，那就得检查是不是发生了感染。

一般来说泪腺管会自动打开，最初只需要医生开一瓶眼药滴剂帮助宝宝清除分泌物，如果泪腺阻塞的情况一直没有好转，在宝宝1岁左右的时候可能需要做个外科小手术进行人工疏通泪管，彻底解决这个问题。

锁骨骨折经过阴道分娩降生的宝宝有时候会锁骨骨折。

不过就算不治疗，锁骨也会在几周内自动愈合。

愈合的地方会留下一个小节瘤，过段时间就自行消失了。

有锁骨骨折情况的宝宝，大人在抱宝宝起身的时候，还是应该当心，不要弄痛宝宝。

髋部发育不良新出生的宝宝经常出现髋部发育不良的情况。

有的可能在出生后几天或者几周内才表现出来。

如果父母有髋关节发育不良的家族史，一定要告知医生，医生会反复仔细检查宝宝的髋关节发育情况，以便有问题及时处理。

头颅血肿头颅血肿是指头皮下出现血肿块。

形成原因是宝宝在娩出时头部顶到了骨盆的骨头上或者由胎头吸引器吸出或者被产钳拖出时弄伤。

你的宝宝看起来像是头上长了几个大鹅蛋，有些甚至看起来很严重，不过别担心，绝大多数情况下这些肿块都会在1周左右消失。

粟粒疹粟粒疹是宝宝的鼻子、下巴或者脸颊等部位长出了有点硬的、细小的白点，是未发育好的或者堆积的汗腺分泌物，通常会在几个月内消失。

新生儿黄疸新生儿黄疸很常见。

这是因为新生儿的肝功能尚未健全，不能充分排出体内的胆红素。

胆红素在人体内循环的时间过长，就会有过多的胆红素留在体内，宝宝的皮肤和白眼球都会显得很黄。

这属于生理性黄疸，一般在出生后2~3天出现，1周左右开始消退，10~14天完全消退。

有时候可以通过验血来监控宝宝的胆红素水平。

一般情况下，生理性黄疸不需要治疗。

但是，父母要密切关注，看宝宝黄疸出现和消退的时间是否异常，黄疸是否出现进行性加重，宝宝是否有嗜睡、烦躁、惊厥、呕吐、发烧等异常症状，如有上述情况，要尽快前往医院检查。

芝宝贝提醒尽管母乳喂养的宝宝得黄疸的概率比人工喂养的宝宝大，但是这绝对不是不进行母乳喂养的理由。

有时候，由于宝宝含乳方式不正确，或者因为妈妈泌乳量不足造成宝宝母乳摄入量偏低，从而引发排便不足而形成黄疸，这种情况，妈妈应该尽快帮助宝宝掌握正确的含乳方式，并增加宝宝的吸奶次数，来确保宝宝吃到了足够的母乳。

通常，黄疸会逐渐减弱，但是吃母乳的宝宝可能一直到断奶的时候还会显得有点黄疸，如果黄疸不是很重，医生会建议妈妈继续坚持母乳喂养。

如果因吃母乳而导致严重黄疸，母乳喂养已经影响了宝宝体内胆红素的排出。

这时，医生可能建议一两天之内停掉母乳，添加配方奶，让宝宝体内的胆红素减少，如果这样，妈妈应该按时吸奶来维持泌乳量，好让宝宝好转之后继续吃母乳。

新生儿皮疹出生几天后，很多宝宝会出现常见的疹子，这是中毒性红斑。

## &lt;&lt;0-3岁育儿全程必读&gt;&gt;

这种小斑点或者丘疹通常出现在宝宝的脸部、胸部和背部，特点是豌豆大的红斑中有小黄点。1周左右自行消失，不用治疗。

新生儿还有另外一种皮肤疹子——新生儿痤疮，会起小水疱然后变干脱皮，留下雀斑样的印迹。

足部畸形足部畸形的宝宝，脚的样子很奇怪，向内翻转，俗称内八字。

新生儿出现这样的情形也很常见，与在子宫内生长时脚所放置的位置有关。

有些宝宝在1岁前就能自己矫正过来；所以绝大多数医生不赞成在宝宝1岁前就进行矫正，除非还有别的足部并发症。

舌系带过短在这种情况下，宝宝舌头背部和口腔底部连接着的系带过短，使得舌头的运动空间变小，限制舌头向前运动。

医生会建议做舌系带修剪手术，这样可以减少今后宝宝在吮吸和说话方面的障碍。

腕关节损伤新生儿的腕关节损伤主要是在子宫里吮吸手腕造成的，会不治自愈。

新生儿要做哪些护理和检查新生儿在医院时会接受多项必要的检查和护理。

有的在出生后马上就进行，有的会延迟到你回家后，这些固定检查和护理完全是为了了解宝宝的身体状况，及早发现一些潜在的或者遗传性疾病并及时做出应对。

最好提前了解宝宝在出院前和回家后都需要做什么样的检查和护理，不仅要多了解宝宝所要接受的检查和护理内容及过程，更要关注和遗传家族史有关的疾病检查和应对方案。

不过你也有权拒绝你不想做的检查和护理。

眼部护理当宝宝从产道娩出时，他的眼睛可能被妈妈阴道里存在的细菌感染，有些感染甚至可能导致宝宝失明。

为了防止宝宝的眼睛受到感染，医生通常都会给新生儿点眼药水或者涂抹眼药膏。

注射维生素K宝宝出生后医生会为他注射维生素K，主要是为了防止他体内维生素K缺乏，如果缺乏就会导致新生儿出血症，出血不止，造成生命威胁。

注射之后，这个剂量的维生素K可以维持到几周后，直到宝宝能够自己产生足够的维生素K。

注射乙肝疫苗乙肝是一种严重的肝脏病毒感染疾病。

疫苗说明上写着：宝宝可以在出生后24小时之内接种第一剂注射（如果妈妈乙肝检查呈阴性，从未被感染过的话，那么孩子的第一剂接种时间可以推迟到第2个月），满1个月时接种第二剂注射，满6个月时接种第三剂注射。

如果妈妈感染了乙肝病毒，宝宝接种就要遵循另外的程序。

这些都该仔细咨询你的保健医生。

阿氏评分在新生儿娩出之后，医生会马上进行专门的新生儿阿氏评分。

表1-1是阿氏评分的标准，这些标准能很准确地评估出宝宝出生时的健康程度。

医生会观察宝宝的心率、呼吸状态、肌肉张力、反射的应激性（也就是对刺激的反应能力）以及皮肤颜色五项指标，然后在出生后1分钟之内为各项指标评分，评分标准是0~2分，出生后5分钟之后还会再做一次五个单项的评分。

不必过分为宝宝最后的得分担心和焦虑，几乎很少有新生儿能够在这个测评中得到满分10分，只要超过7分就是健康的宝宝，甚至得分再低点的宝宝之后生长发育正常的也占绝大多数。

表1-1 阿氏评分标准  
 心率 没有 慢100次/分钟  
 呼吸情况 没有 慢，不规则 正常，哭声响亮  
 肌肉张力 软弱无力 四肢略弯曲 四肢任意活动  
 对刺弹足底 无反应 微弱哭或者脸部扭曲 尖声哭闹  
 激的反应 反应插鼻管 无反应  
 脸部扭曲 咳嗽或者打喷嚏能力的反应  
 全身苍白 皮肤颜色 身体粉红，略青紫 全身红 青紫  
 新生儿体检按标准，在出生后24小时之内，医生应该为宝宝做一次全身体检。

这种体检家长可以陪同，所以要抓住这个好机会，去询问一切你想了解的关于照顾宝宝的细节问题。

医生会从头到脚地为宝宝检查很多项目，包括检查宝宝的心率、脉搏、髋部发育情况、各种新生儿的条件反射的情况，还要通过触摸宝宝柔软的全身来检查宝宝内脏的发育情况。

血液筛查在医院的时候，医生需要从宝宝的后脚跟采集几滴血液样本做新生儿的血液筛查，主要是为了筛查苯丙酮尿症和先天性甲状腺功能低下等遗传疾病。

另外，由于生活地区的差异，每个地区的筛查都有一些适合自己地域特点的项目。

你应该详细了解你所在地区血液筛查项目，看看宝宝还需要做哪些筛查。

## &lt;&lt;0-3岁育儿全程必读&gt;&gt;

苯丙酮尿症（CPKU）：这是一种遗传性疾病，宝宝消化蛋白质并代谢苯丙氨酸的能力不足，就会使堆积在体内的苯丙氨酸进入大脑，影响大脑功能，造成智力低下和器官损毁。

有这种疾病的宝宝不能母乳喂养（除非保健医生同意时，可以给宝宝少量母乳），应该专门食用特殊配方的配方奶，这种配方奶降低了苯丙氨酸和蛋白质的含量，以便于病患宝宝吸收。

甲状腺功能低下：是一种比较严重的代谢性疾病。

甲状腺功能低下会引起宝宝的生长发育问题、智力迟钝和嗜睡。

可以通过口服药物来代替甲状腺激素，以维持宝宝的正常生长发育。

半乳糖症：得了这种遗传性疾病的宝宝不能正常代谢半乳糖类，导致半乳糖积攒在血液里，造成宝宝智力低下、白内障和肾肝脏器的疾病。

作为家族遗传病，没有显性疾病症状的父母也可能将疾病遗传给孩子。

有这种病的新生儿不能母乳喂养，需要喂特殊的无乳糖配方的奶粉。

血红蛋白病：是由遗传缺陷引起的血液病。

镰状细胞贫血是最常见的一种血红蛋白病，会造成贫血症和其他严重问题。

镰状细胞贫血常见于非洲地区、地中海地区，印度和中东血统的人种也易患这种病，但是任何人都有可能患这种病。

血液筛查同样也能发现其他血红蛋白病，有些疾病需要医疗监控和干预治疗。

其他代谢紊乱：筛查测试还能够检测出其他疾病，包括囊肿性纤维化和许多代谢疾病，比如，枫糖尿症、生物素酶缺乏和脂肪酸氧化紊乱等疾病。

有些地区新增添了不同的新生儿疾病筛查项目先天性肾上腺皮质增生症：又称肾上腺生殖器综合征或肾上腺性变态征。

主要由于肾上腺皮质激素生物合成过程中所必需的酶存在缺陷，致使皮质激素合成不正常。

所以临床上出现不同程度的肾上腺皮质功能减退，伴有女孩男性化，而男孩则表现性早熟，此外，还可有低血钠或高血压等多种症候群。

治疗上应及早应用氢化可的松或强的松，应坚持终身服药。

葡萄糖-6-磷酸脱氢酶缺乏症：是一种遗传性代谢缺陷，为X伴性不完全显性遗传，男性发病多于女性。

由于G6PD缺乏症变异型很多，临床表现差异极大，轻型的可无任何症状，重型者可表现为先天性非球形红细胞溶血性贫血，一般多表现为服用某些药物、蚕豆或在感染后诱发急性溶血，重的可危及生命。

本病重在预防。

确诊患者此后应禁食蚕豆、禁止服用某些药物。

新生儿听力筛查儿科专家建议所有的新生儿在出院前都应该接受新生儿听力丧失或者损伤的筛查。

医生一般会使用下面两个筛查程序之一来检查宝宝的听力：听觉脑干反应(ABR)：这个测试主要是通过了解大脑的脑电波对声音的反应来检查宝宝的听觉。

耳声发射(OAE)：是一种产生于耳蜗，经听骨链及鼓膜传导释放入外耳道的音频能量，是目前最简便可靠的一种听力筛查技术。

这两种检查方式都是无创伤性的，操作方法迅速简便，仅需要5~10分钟，对宝宝没有任何危害，不过需要在宝宝睡着或者安静地躺着的时候进行。

如果在医院没能为宝宝做听力筛查，就一定要争取在宝宝满3个月之前做这项测试。

新生儿的感觉和能力过去，研究人员一直认为新生儿天生就很被动，对周围环境不太感兴趣。

但是，现在他们才发现其实新生儿对周围环境有相当积极、明确的反应，他们几乎能跟成年人一样很好地感知这个世界，在某些方面甚至超过成年人。

触觉在出生之前，宝宝感知子宫里的环境，更多的是依赖触觉。

等到出生后，新生儿仍然有着非常敏感的触觉，敏感程度甚至可能超过成人。

他能感知很细微的变化，比如，织物的质地和温度的变化，他更喜欢温暖的、柔软的感觉，而身体的前面部分则喜欢受到持续的压力，比如，被襁褓包好或者被爸爸妈妈紧紧地搂在怀里，都能让宝宝感到愉快。

## &lt;&lt;0-3岁育儿全程必读&gt;&gt;

最初几周内，爸爸妈妈和宝宝的亲密身体接触能提升宝宝的幸福感或者促进宝宝一些能力的发展。

母乳喂养也让妈妈跟宝宝在出生后很短的时间里就有一根特殊的纽带紧密相连。

所以无论是抱着、亲吻、抚摸宝宝，还是跟这个小婴儿互相深情凝视、每日亲昵相依，所有一切充满爱意的举动都能成为父母跟宝宝建立良好亲子关系的最佳方式。

这种父母跟宝宝的接触是如此的重要，很多医院和育儿中心都放宽了常规产科的程序，以保证父母跟宝宝的接触时间，不让任何事情干扰这种亲密亲子关系的建立。

视觉尽管宝宝一出生就能看见东西，但是他们只能看到眼前20~30厘米那么远的物体。

这也正好是宝宝吃奶和被爸爸妈妈抱着时候跟爸爸妈妈的脸的距离，超过这个距离，宝宝只能看到一些模糊的光亮和运动的身影了。

有不少小婴儿是内斜视，这属于正常情况。

新生儿对探索这个世界有着无比浓厚的兴趣，在吃奶的时候，他会停下来凝视着某种物体，尤其是一组一组颜色对比强烈的物体。

很快宝宝就会对人脸产生浓厚的兴趣，不过，在新生儿看来，脸其实就是一个圆圆的东西加上头发、眼睛和嘴巴而已。

宝宝的眼睛能够跟随一个物体缓慢地从一边移动到另一边，难度大点的表现还有能用目光追随上下运动的物体。

到了宝宝两个月的时候，宝宝的眼睛就能够追视缓慢运动的物体了。

要是你对宝宝的视力有点担心，那就联系保健医生给他检查下视力。

在头两个月，斜视是很正常的。

听觉大多数宝宝生下来的时候，已经有很好的听力了。

在出生后10分钟之内，宝宝能够准确定位一种声音的来源，而且根据检测的数据看来，他更喜欢听见声调高的声音和有节奏的、柔和的声音。

很大的声音会惊到宝宝，引起惊跳反应。

宝宝会对持续10秒钟以上的声音做出反应，四下寻找声音的来源。

有时候在吃奶时，也会因为听见附近有激起他兴趣的声音而停下来专心倾听。

绝大多数医院都会在宝宝出院时对宝宝的听力进行检测——也就是做新生儿听力筛查。

父母会在出院前拿到测试的结果，如果出院前没得到结果，一定要询问原因。

如果对宝宝的听力有任何疑虑，尽快联系医生，为宝宝做进一步检查。

嗅觉和味觉目前的医学对新生儿的嗅觉和味觉了解并不是很多，这是因为很难描述宝宝是如何分辨一种气味或味道和另一种不同。

不过臭味通常会让新生儿显露出明显的厌烦。

在给宝宝尝试甜味、酸味和咸味的时候，可以看出宝宝都是有所反应的，这说明新生儿的味觉已经存在。

智力宝宝对自己生活的环境非常敏锐，兴趣取向也很明确，这个聪明的小家伙天生就关注自己感兴趣的事情或者物体而忽略自己不感兴趣的那些，并且也会在出生后不久很快掌握如何把触觉、视觉和听觉综合起来去体验和感受周围更多的人和一切。

最初，宝宝只有很短暂的记忆，如果某个物体不在2.5秒钟之内重复出现的话，他就把它给忘了。

宝宝对很多刺激的反应都是一样的，比如，闲极无聊的时候、感觉不安的时候他都会吮吸自己的手指来寻求安慰。

不过宝宝有时候也会对一些明显的环境变化做出全身反应，比如，妈妈忽然把他抱出去，离开了暖和的婴儿房去了客厅，他觉得有点冷，就会全身蜷缩一下。

交流能力尽管新生儿期甚至再大一点的宝宝都只能感知到自己的存在，可是他们仍然对周围的人很感兴趣。

他们能通过眼神、声音和各种身体的动作来跟人们交流，尤其是跟天天见到的爸爸妈妈交流。

1周大的宝宝已经能够识别爸爸妈妈的声音；满2周的宝宝，已经能记得爸爸妈妈的面容，在父母一靠近的时候，马上认出来，并做出积极的反应；等到宝宝满月的时候，他已经能够很准确地区别爸爸妈妈跟出现在眼前的其他人。

## &lt;&lt;0-3岁育儿全程必读&gt;&gt;

也就是说, 1个月的时候, 宝宝就认得爸爸妈妈了。

新生儿的条件反射新生儿的条件反射是婴儿自发的、最本能地对外界和自身的刺激做出反应的表现。这些条件反射是宝宝智力和身体协调性最基本的显现, 有些反射, 比如, 眨眼反射和呕吐反射是终身存在的; 像抓握反射和行走反射则很快消失, 再次出现行走动作已经是大脑有意识控制身体的行为了。

保健医生会为宝宝做详细的检查和测试以确定宝宝的神经系统是正常的(见表1-2)。

专家的话宝宝到来的第一年, 有几件事就成了你生活中的必修课: 给宝宝喂奶、给宝宝换尿布、给宝宝穿脱衣服、安抚他和哄他睡觉。

这些在第一年的生活中简直就像固定的线路一样, 宝宝就算到了1岁也照样跟刚出生一个星期时一样需要你给她换尿布呢。

给宝宝换第一块尿布的时候, 你肯定会觉得自己很无助, 如果身边还有人看着你给宝宝换尿布, 更是紧张得要命, 每个步骤都很别扭, 动作也僵硬得一塌糊涂。

给宝宝洗澡更是让你完全手足无措。

另外, 每次带宝宝外出前, 给宝宝穿衣服的时候也恨不能自己长着8只手才够用。

总之, 新手爸妈就是要有段很煎熬的日子。

宝宝刚满1岁, 你就要开始着手培养宝宝的生活能力了。

你要训练小家伙自己大小便、洗手等日常生活小事, 还要帮助宝宝养成良好的生活习惯, 更要注意保护宝宝的眼睛、牙齿以及其他方面的身体健康。

总之, 随着宝宝的日益长大, 爸爸妈妈身上的责任就日益艰巨。

宝宝的日常生活有哪些需要注意的细节?

怎样才能培养宝宝养成

良好的生活习惯?

宝宝有些行为不正确, 要怎么帮他纠正?

宝宝身上出现一些不正常的现象, 应该如何应对?

宝宝的服装、鞋袜该如何选购?

宝宝外出需要注意哪些问题?

在如何照顾宝宝方面, 你一定有许多问题需要了解。

这个章节就是为了帮助你掌握每天的固定“工作”, 提供给你很多方便好用的小技巧。

经过学习和不断练习, 你很快就成为给宝宝穿衣服的高手, 安抚宝宝也轻而易举, 换尿布也能很快搞定。

带着宝宝出门, 你所有动作一气呵成, 培养宝宝生活自理能力, 对你来说更不成问题。

宝宝在你的教育和培养下, 能够逐步养成良好的生活习惯, 自理能力也一定会逐渐加强。

其实在这些照顾宝宝的繁琐小事的磨炼中, 你会发现自己变得更有耐心, 也练就了在忙乱中有条不紊的本事, 还会在无数次换尿布的过程和纠正宝宝错误行为中锻炼成足智多谋、随机应变能力超这些每日的琐碎照顾也让你和宝宝之间的感情日益紧密, 你成为他生命中最最不可或缺的那个人, 而他也是一样。

洗澡和换尿布的时候, 你都会紧紧地抱着宝宝; 每天喂奶的时候深情地凝视着他; 为他唱歌、为他跳舞; 乐此不疲地陪他做你曾经觉得幼稚的婴儿游戏; 每天抱着他轻轻摇晃着哄他睡觉的时光, 会让你忘记了一切的疲惫和烦恼; 拉着他的小手, 帮助他迈出人生第一步的回忆, 就算你拿到大学录取通知书的时刻也无法比拟; 吃到小家伙送到嘴边的沾着口水的蛋糕, 就算有山珍海味放到你面前你也不会愿意换走。

怀中抱着这个软软的小身体, 幸福不期而至——而所有这一切, 都会是你多年后脑海中最铭心刻骨的温馨记忆。

宝宝与爸爸妈妈的12个月每个宝宝个体差异很大, 与这里所列的成长过程并不完全一致, 爸爸妈妈不妨耐心守护自己的宝贝健康成长吧!

出生后0~4周不论白天或黑夜, 宝宝一整天几乎都在睡眠中度过。

平均每天大便2~6次, 小便15~20次。

## &lt;&lt;0-3岁育儿全程必读&gt;&gt;

你在喂奶的时候可以顺便看一下尿布是不是湿了，需不需要更换。

2个月宝宝1个月时，必须在自己专用的浴盆里洗澡，到了两个月左右，就可以跟爸爸妈妈一起到浴缸里泡澡喽！

宝宝已经能听到声音，并且对声源有所反应，爸爸妈妈在洗澡时不妨跟宝宝聊聊天哦！

3个月宝宝白天醒着的时间变长了，生活作息也越来越有规律了。

爸爸妈妈要学会掌握泡奶粉的量，以及喂奶的时间，并且分辨宝宝的哭声，以便一旦发生异常情况能够马上发觉。

4个月到了这一时期，相信爸爸妈妈照顾宝宝一定已经驾轻就熟了吧！

宝宝此时会发出类似“啊”、“呜”的声音了，哭声也会有更多的变化，脸上的表情也越来越丰富了。

5个月宝宝对周围事物开始产生好奇心，不管看到什么东西都要伸出小手去抓。

此外，宝宝半夜惊醒啼哭的次数也增多了。

6个月宝宝能分辨爸爸与妈妈的脸，也开始怕生。

如果有东西在宝宝面前突然出现，又突然消失，会让宝宝觉得很新鲜、很有趣。

7个月宝宝学会爬行与坐下，活动范围也慢慢扩大了。

爸爸妈妈一定要记得把热的东西（如热水瓶、熨斗）、尖的东西、能塞进嘴里的东西（如香烟、硬币、药品、电池）等，收在宝宝看不到的地方，以免发生意外。

8个月宝宝会用拇指与其他指头抓东西了，也对电视的声音有反应了，有时会突然回头看电视。

宝宝以惊人的速度持续成长。

宝宝活动范围扩大后，爸爸妈妈也就越来越累，你们要互相帮助，分工协作。

9个月宝宝越来越怕生，如果看不到爸爸或者妈妈，就会哭着到处爬、到处找，像小鸭追着鸭妈妈一样。

这是宝宝成长的必经过程，爸爸妈妈不妨趁这个时候，享受一下宝贝的撒娇吧！

10个月宝宝的运动量增加了，体型越来越像幼童，也慢慢学会扶着东西站立，以及靠着墙壁走路了。

爸爸妈妈在与宝宝互动的时候，一定要注意用词和语气喔！

11个月宝宝在地上爬行的速度越来越快了，他的情绪起伏也越来越激烈了，这是宝宝心灵开始成长的迹象。

此时宝宝会模仿大人，学说“拜拜”或者“要”等简单的单字。

12个月宝宝满1岁，体型越来越大，体重是出生时的3倍，身高也长了1.5倍。

此时长出上排2颗、下排2颗门牙，一共4颗牙齿，要开始预防蛀牙喔！

抱持宝宝如何包宝宝1~2个月大的宝宝，特别喜欢被舒服地裹在一个婴儿毯子里。

包成一团可能让宝宝觉得很温暖，也许还让宝宝想起了在妈妈的子宫里那种惬意的感觉，这时宝宝就会很安心、很平静，尤其在安抚腹痛的宝宝时，这个办法很有效。

再加上抱着摇动宝宝，就更能让宝宝很快安静下来，摇晃宝宝其实也是让宝宝有种还在妈妈子宫的水环境里的感觉，他会觉得有安全感，也很舒适。

每分钟60下的节奏最合适，但是动作要轻柔，别太用力。

等到再过两个月宝宝长大一点，摇晃的时候他就不太喜欢你紧紧地抱着他了，他会更加喜欢自由的姿势，那时候抱着宝宝摇晃，他就会配合你在怀里动来动去，还咯咯地笑着，别提多可爱了。

把方形毯子平铺在床上，两个角对折好，把宝宝放在对折好的大三角的中间，头部正好露出来，脚在三角形的顶角部分。

把宝宝右侧的毯子折回，紧贴着宝宝的胸部裹好，多余部分塞进宝宝的左侧大腿下，然后把脚部的毯子向上折起，裹着宝宝的小脚丫，多余的部分折入一侧腋下。

把宝宝左侧的毯子也同样折回，多余的部分塞到宝宝大腿下面。

最初这样把宝宝裹到襁褓里的时候，需要裹着他的胳膊，这样宝宝就不会乱踢乱踹弄散了襁褓，不好睡觉了。

再大点的时候，胳膊可以露出来，宝宝就可以自由地吃手玩手了。

芝宝贝提醒如果宝宝醒着或者有人看护着睡，趴着的姿势没有问题。

## <<0-3岁育儿全程必读>>

事实上，每天有一定时间趴着玩耍或者睡觉，会锻炼宝宝的颈部和上肢肌肉，但是为了宝宝的安全，尽量让宝宝白天采取俯卧姿势，并注意看护。

抱起宝宝和放下宝宝在最初3~4个月，需要特别注意的是：在抱起宝宝和放下宝宝的时候，一定要托住宝宝的头颈部。

因为这时候宝宝还不能很好地支撑起自己的头部，颈部也没有发育完全。

抱起来和放下去时都要轻柔缓慢，托扶的位置正确，这样才会不惊吓和不弄伤宝宝。

抱起宝宝第一种姿势：如果宝宝躺着，把一只手张开五指慢慢放入宝宝的头颈部下面托起宝宝的头，弯腰用另一只手柔和地垫到宝宝身下，把宝宝搂成一团抱起来，别让宝宝的胳膊、腿儿摇晃着吊在外面。

第二种姿势：如果宝宝趴着的话，就一只手放在宝宝的肩膀和脖子下，像托杯子一样用手托着宝宝的下巴，把另一只手柔和地放到宝宝的腹部下面，张开五指托住宝宝的肚子和大腿，缓缓地把宝宝的身体抱起来。

如果很容易帮宝宝翻身，就让宝宝采取躺着的姿势，按照第一种姿势抱起宝宝。

放下宝宝把正抱着宝宝的头部和背部放低，要确保托好宝宝的头，再把宝宝的臀部放在床上或者要放下的平面上，然后小心地把你垫在他身体下的手臂抽出来。

怎样抱宝宝抱着宝宝能给宝宝身心都带来莫大的安慰：一边抚摸着柔嫩的小身体，一边温柔地跟宝宝低语，能让你们双方都感觉十分舒适。

下面展示几种抱宝宝的姿势：第一种姿势：让宝宝躺在你的臂弯抱着他。

第二种姿势：用一只手托着宝宝的小屁屁，另一只手托扶着宝宝的后背，让宝宝的头舒适地靠在你的肩膀上。

第三种姿势：把宝宝仰面朝天放平躺在你的一只胳膊上，贴近你的前胸，用手托扶着宝宝的头，像是抱着一只足球一样托抱着宝宝。

<<0-3岁育儿全程必读>>

编辑推荐

《0-3岁育儿全程必读》提供最全面的新生儿护理方案，科学解答宝宝成长中的疑问，妥善解决护理宝宝过程中的难题，0—3岁宝宝的爸爸妈妈必读的育儿宝典。

<<0-3岁育儿全程必读>>

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>