

<<实用宝宝喂养护理百科>>

图书基本信息

书名：<<实用宝宝喂养护理百科>>

13位ISBN编号：9787538018776

10位ISBN编号：7538018778

出版时间：2009-7

出版时间：内蒙古科学技术出版社

作者：张喜云

页数：479

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>

<<实用宝宝喂养护理百科>>

内容概要

本书从父母角色的转换开始，以时间为顺序，分别对新生儿的喂养护理、婴儿的喂养护理及幼儿的营养与护理进行了讲解，共分十篇，每一篇都包括宝宝成长月历、喂养时刻、基本护理、亲子乐园、宝宝家庭医生，并针对新手妈妈的烦恼特开辟了专家答疑栏目，旨在帮助新手妈妈排忧解难，从而培育一个健康聪明的宝宝。

<<实用宝宝喂养护理百科>>

书籍目录

第一篇 身份转换不容忽视——全面准备迎接天使到来 特别图示——宝宝喂养护理中的10个误区 从
容进入角色 一 树立信心, 船到江心自然直 二 顺其自然, 坦然面对分娩时 三 大胆摸索,
逐步积累育儿经 做爸爸的准备 一 忙里偷闲, 掌握育儿相关知识 二 关心体贴, 减轻妻子心
理负担 三 充分准备, 解除妻子后顾之忧 四 养儿育女, 父母同心无分主次 五 妻子生产,
丈夫伺候责无旁贷 做妈妈的准备 一 放松心情, 避免精神过度紧张 二 细处着眼, 养精蓄能
确保安全 三 由内到外, 分娩物品样样齐备 四 适时入院, 准确判断临产征兆 五 为防万一,
特殊情况入院待产 为宝宝做的准备 一 睡具 二 卫生用品 三 新生儿衣物 四 哺乳用
品 产前专家在线答疑第二篇 0~1个月——初乳是给宝宝的最佳“见面礼” 新生儿特点 一 第
一天的生理特征 二 新生儿特殊生理现象 三 新生儿期发育特点 四 用哭笑与大人沟通 哺乳
时刻——宝宝最满足的幸福 一 母乳是婴儿的天然食品 二 母乳对宝宝的七大好处 三 哺乳
对母亲的七大好处 四 尽早进行初乳喂养 五 正确抱持婴儿哺乳 六 哺喂新生儿的姿势
七 母乳喂养小秘诀 八 哺乳不可拉动乳房 九 两侧乳房轮流哺乳 十 乳头受伤哺乳不宜停
十一 把握喂养次数 十二 夜间哺乳很重要 十三 乳头疼怎么喂 十四 早产儿要尽早开奶
十五 早产儿尽量母乳喂养 十六 双胞胎的喂养 十七 多胞胎的喂养 基本护理——每天必
做的家庭作业 一 抱起宝宝的方法 二 抱起仰卧宝宝的方法 三 抱起侧卧宝宝的方法 四
抱起俯卧宝宝的方法 五 放下宝宝的方法 六 包裹宝宝的方法 七 “蜡烛包”不能防止“罗
圈腿” 八 给宝宝垫尿布的方法 九 纸尿裤的选择和使用 十 给宝宝洗屁屁的方法 十一
给新生儿洗澡的方法 十二 怎样避免宝宝睡偏了头 十三 宝宝睡眠不安的护理 十四 不要搂
着孩子睡觉 十五 让“夜哭郎”入睡五步法 十六 如何建立亲子依恋关系 十七 母子感情需
后天加深 十八 经常抚摸宝宝好处多 十九 抚摸前的准备工作 二十 抚摸宝宝的技巧与方法
二十一 保护婴儿远离意外事故 特殊护理——开始几周要格外关注 一 脐带护理 二 眼睛
护理 三 耳部护理 四 口腔护理 五 鼻腔护理 六 乳痂清除 七 屁股护理 八 保留胎
脂 九 接种卡介苗 十 接种乙肝疫苗 宝宝生病了——父母是最好的医生 一 反常现象要注
意 二 观察大便辨疾病 三 哭闹声中有原因 四 新生儿发热 五 生理性黄疸 六 病理性
黄疸 七 呼吸异常 八 脐炎 九 硬肿病 十 肺炎 十一 新生儿低血钙症 特别图示——
新生儿条件反射 亲子乐园——经典益智游戏 一 和宝宝讲话 二 给宝宝听音乐 三 明暗训
练 四 视觉训练 五 抓握能力训练 新手妈妈的烦恼第三篇 1~3个月——母乳喂养是最科学的
选择 宝宝成长月历 一 满了月的宝宝紧握双拳 二 2个月的宝宝寻声追人 三 3个月的宝宝见人
会笑 哺乳时刻——密切母婴亲情的纽带 一 母乳仍是最佳食品 二 按需哺乳更科学 三 哺乳
时需注意的问题 四 喂乳后帮宝宝排气 五 婴儿为什么拒绝吃奶 六 哺乳睡觉属正常现象 七
喂哺惊跳是什么原因 八 婴儿为什么咬乳头 九 吐奶怎么办 十 不要随意给婴儿补充其他食品
十一 母乳不足的对策 十二 判断奶水不足的方法 十三 影响母乳分泌的因素 十四 催乳食谱
十五 民间催乳验方 十六 经穴位按摩催乳方 十七 补督强腰催乳按摩法 十八 乳房按摩催
乳方法 十九 腹部经络催乳按摩法 二十 同时混合喂养法 二十一 母乳和乳制品间隔喂养法
人工喂养——无奈而灿烂的大道 一 不能母乳喂养的情况 二 为宝宝选购健康的奶瓶 三
奶瓶的消毒方法 四 婴儿配方奶的种类 五 选购婴儿配方奶的技巧 六 配方奶粉的冲调方法
七 配方奶粉的喂养方法 八 喂婴儿牛奶不要过量 九 宝宝牛奶过敏的对策 十 人工喂养要科
学补水 基本护理——好好学习细心做 一 每天给婴儿洗脸 二 清除眼屎 三 减少鼻塞 四 清
洁耳朵 五 修剪指甲 六 给婴儿理发 七 给婴儿洗澡的方法 八 洗澡要注意的事 九 不能洗澡
时的清洁法 十 培养大小便习惯 十一 婴儿要常晒太阳 十二 小心保护婴儿眼睛 十三 不要给
婴儿挖耳朵 十四 尽量让宝宝睡好 十五 预防宝宝睡偏了头 宝宝生病了——父母是最好的医生
一 服用小儿麻痹糖丸 二 脐疝是怎么回事 三 预防颈部腋下糜烂 四 保持干爽防尿布疹 五 “
气蛋”的治疗与护理 六 急性化脓性中耳炎 七 先天性甲状腺功能低下 亲子乐园——经典益智游
戏 一无声的语言 二 引逗宝宝发笑 三 看玩具 四 学转头 五 找声源 六 听响铃 七 抚摸
皮肤 八 叫宝宝 九 逗搭话 十 看脸谱 十一 练抬头 十二 寻找目标 十三 教宝宝抓和蹬

<<实用宝宝喂养护理百科>>

十四 翻翻身 十五 学习“爬” 新手妈妈的烦恼第四篇 4~6个月——开始逐步添加辅食了 宝宝成长月历 一 4个月的宝宝咿呀学语 二 5个月的宝宝开始认生 三 6个月的宝宝翻滚自如 哺乳时刻——坚持母乳喂养 一 职场妈妈怎样哺乳孩子 二 重返工作岗位要做好准备 三 手工挤乳方法 四 挤奶器挤奶方法 五 挤乳注意事项 六 冷藏母乳的方法 七 冷冻母乳的方法 八 母乳解冻的方法 九 加热母乳的方法 十 母亲感冒怎么哺乳 十一 母亲患乙肝怎么哺乳 十二 母亲患乳腺炎怎么哺乳 十三 提防母乳被污染 十四 咖啡因对母乳喂养的影响 十五 母乳可同时喂两个宝宝吗 添加辅食——开始补充更多营养 一 适时添加辅食 二 添加辅食的方法 三 开始添加营养米粉 四 选购米粉要注意 五 为宝宝补充铁元素 六 添加辅食应注意的问题 基本护理——让宝宝健康又卫生 一 乳牙萌出前的护理 二 乳牙萌出后的护理 三 流口水的护理 四 吮吸空奶头的坏处 五 婴儿为什么吮指头 六 矫正吮指的不良行为 七 怎样提高宝宝的抗寒能力 八 婴儿穿太多容易感冒 九 宝宝盖太厚易受凉 十 婴儿日光浴的方法 十一 做婴儿日光浴时应注意 宝宝生病了——父母是最好的医生 一 预防接种项目 二 感冒的防治与护理 三 脓疱病的防治 四 肠套叠防治与护理 五 先天性眼睑下垂的治疗 六 小儿荨麻疹的家庭护理 亲子乐园——经典益智游戏 一 听音乐 二 听音找物 三 模仿发音 四 抓握玩具 五 看画片 六 看远处的物体 七 照镜子 八 寻物游戏 九 逗逗飞 十 举高转圈 十一 拍拍手、点点头 十二 拉坐 十三 直立 十四 响声从何处来 十五 靠坐 十六 翻身 十七 扯锯拉锯 十八 叫名回头 十九 坐“飞船” 新手妈妈的烦恼第五篇 7~9个月——让宝宝拥有健康牙齿 宝宝成长月历 一 7个月的宝宝坐着翻书 二 8个月的宝宝爬来爬去 三 9个月的宝宝挥手“再见” 母乳喂养——也要正确添加辅食 一 吃点饼干培养咀嚼 二 宝宝人工喂养方案 三 宝宝添加辅食的种类 四 不宜喂给宝宝的食物 五 怎样让宝宝对新食物感兴趣 六 添加辅食小技巧 七 母乳和配方奶不要混合吃 八 给宝宝吃“手指样”食物 九 苹果生吃通便熟吃止泻 十 婴儿辅食制作举例 基本物证护理——让宝宝健康又卫生 一 注意训练婴儿动手能力 二 鼓励宝宝用手拿东西吃 三 做好宝宝自己吃食物的准备 四 教宝宝用勺子 五 纠正牙齿发育期的不良习惯 六 怎样预防食物过敏 七 如何培养宝宝坐便盆 八 坐便盆的一些注意事项 九 预防女婴生殖器感染 十 开始教宝宝学说话 十一 不要逗宝宝过分大笑 十二 不要抛、摇婴儿 十三 不要抱宝宝在路边玩 十四 防止宝宝头部碰伤 宝宝生病了——父母是最好的医生 一 预防小儿脊柱侧弯 二 预防宝宝便秘 三 宝宝便秘的应对措施 四 小儿麻疹的防治与护理 五 手足口病的预防与护理 六 宝宝眼睛斜视怎么办 七 结膜炎的预防与护理 亲子乐园——经典益智游戏 一 叫名儿 二 找玩具 三 边说边丢 四 认识五官 五 讲故事 六 骑大马 七 碰碰头 八 懂得“不” 九 “谢谢”、“再见” 十 学挥手、拱手动作 十一 捏糖丸 十二 挑绳子 十三 拾物 十四 练习独坐 十五 练习爬行 十六 扶立训练 十七 追皮球 十八 语言动作联系 十九 交朋友 二十 听口令倒玩具 新手妈妈的烦恼第六篇 10~12个月——有计划地适时断母乳 第七篇 13~18个月——教宝宝迈出人生第一步 第八篇 19~24个月——培养宝宝良好的生活习惯 第九篇 25~30个月——进入“第一反抗期” 第十篇 31~36个月——言传身教树榜样附录

章节摘录

插图：母乳喂养是母子双方之间的共同付出、相互馈赠，最最重要的一点是，哺乳帮助母亲做一个好妈妈。

1.方便、卫生既满足宝宝又方便妈妈。

母乳中几乎没有细菌，直接喂哺不易污染，温度合适，吸吮速度及食量可随小儿需要增减，在宝宝需要时可迅速喂给婴儿，不受时间、地点的限制，也能够免除孩子的哭声而引起母亲的内疚与焦虑。

特别是在夜间，喂母乳能够让全家人都睡的更安稳。

尤其方便的是在旅行途中，不必担心开水供应、奶瓶消毒、喂奶用具的清洁等等问题。

2.有助于产妇子宫复原分娩后几分钟之内让新生儿吸吮乳头会引起子宫收缩，减少出血。

宝宝的吸吮动作刺激催产素的分泌，促进子宫恢复到孕前的大小。

哺乳产妇的子宫复原比不哺乳的产妇更加迅速、彻底。

3.有助于产妇体型恢复怀孕期间母亲身体积蓄的脂肪，就是大自然为产后哺乳而储存的“燃料”。

哺乳消耗母亲体内额外的热量，喂奶母亲的新陈代谢会改变，不用节食就能达到减肥目的。

正如母乳让宝宝有一个健康正常的体型，宝宝也同时帮助妈妈恢复体型。

哺乳可以增加催乳素的分泌，它作用于乳房的肌上皮细胞及悬韧带，有助于防止乳房下垂，保持乳房的外形美。

4.有助于母亲身心健康多种研究表明，哪怕仅仅哺乳几个月，患乳腺癌的几率会大大少于从未哺乳的妇女。

与从未哺乳的妇女相比，哺乳期超过25个月的妈妈们患乳腺癌的几率要减少三分之一。

而且，母乳喂养的女婴今后患乳腺癌的几率也少于没有吃到母乳的女婴。

哺乳还可预防卵巢癌、尿路感染和骨质疏松。

<<实用宝宝喂养护理百科>>

编辑推荐

《实用宝宝喂养护理百科》由全国知名妇幼保健专家倾力打造。
母乳是宝宝最天然的食物，母爱是宝宝最好的精神营养素，给宝宝最好的，宝宝就是最棒的。
为了宝宝的健康聪明：吸吮母乳——宝宝身心能够获得最大的满足
亲子乐园——让宝宝在游戏中成长
宝宝生病了——父母是宝宝最好的医生
添加辅食——为宝宝补充更多的营养

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>