

<<宝宝不生病的秘密>>

图书基本信息

书名：<<宝宝不生病的秘密>>

13位ISBN编号：9787501981113

10位ISBN编号：7501981116

出版时间：2011-7

出版时间：中国轻工业出版社

作者：沈关桢

页数：284

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>

## <<宝宝不生病的秘密>>

### 内容概要

《宝宝不生病的秘密》由沈关楨编著。

宝宝如何才能不生病？

父母如何为宝宝撑起健康的“保护伞”？

怎样让宝宝吃得更健康？

宝宝易患哪些身体疾病？

宝宝生病了该怎么办？

《宝宝不生病的秘密》将为您解决以上问题，帮您找寻宝宝不生病的秘密，分担年轻父母的忧愁。

## <<宝宝不生病的秘密>>

### 作者简介

沈关桢，中医科主任医师，浙江省中医药学会妇科分会副主任委员，嘉兴市中医药学会副秘书长，从事中医工作38年。

擅长小儿呼吸道、胃肠道等疾病的中医中药治疗。

获浙江省中医药科学技术三等奖，被授予嘉兴市首批名中医称号。

## <<宝宝不生病的秘密>>

### 书籍目录

- 第1章 奠定宝宝一生健康的基础
- 第2章 父母是宝宝真正的营养师
- 第3章 宝宝不生病的吃法
- 第4章 成为宝宝最理想的按摩师
- 第5章 宝宝生病有信号
- 第6章 宝宝生病有妙招
- 附录

## <<宝宝不生病的秘密>>

### 章节摘录

版权页：插图：(1)哺乳期的妈妈做什么，宝宝才不哭闹、不夜惊健康的宝宝出生后，由于身体没有任何的不适感，因此，他们应该是很安静的，很少出现哭闹的现象，同时吃奶正常、睡眠时间长，一般的声响不会惊扰到他们。

可是有的宝宝却十分爱哭闹，只睡很短的时间，常常在夜间惊醒或有一会儿响动就马上醒来，还有一些宝宝则必须是抱着睡，如果不抱就哭闹不止。

一旦出现了这些情况，父母首先要找出宝宝哭闹的原因，看看宝宝是不是饿了，是不是尿布湿了，是不是被子裹得太紧，是不是穿得过多或太少，又或者是宝宝发热、肚子痛等原因。

如果在排除了以上各种原因以后，宝宝仍然哭闹个不停，那么很大的可能是因为宝宝气血两亏，先天性体质比较弱。

妈妈在怀宝宝期间身体虚弱、气血两亏，或者是在怀孕期间妊娠反应明显，持续时间长，孕妇挑食严重，还有可能是妈妈本身就有慢性病，造成在孕期营养不良，这些因素都会对宝宝的身体健康造成不良的影响。

对于这一类先天不足的宝宝来说，首先需要注意的是最好用母乳喂养，妈妈需要注意调理饮食，摄入合理的营养，然后再吃一些催奶的食物，努力提高奶水的质量。

宝宝吃了高质量的母乳，他们的身体内部马上会发生变化，一般在2-3天之内，就会发现宝宝安静多了，睡眠的时间变长，睡觉质量变好，哪怕是出现轻微的响动也不会惊醒宝宝。

之后，需要妈妈长期注意饮食，用自己健康、气血充足的奶水去弥补宝宝的先天不足，从而避免宝宝由于先天不足而造成各器官发育不良，这样，宝宝的体质就会逐渐提高。

## <<宝宝不生病的秘密>>

### 编辑推荐

《宝宝不生病的秘密》：关心宝宝的肠胃、养育不偏食的乖宝宝，合理饮食防治婴幼儿常见疾病，简单的穴位按摩治疗宝宝常见病，及时发现宝宝的身体异常，让宝宝更健康。  
沈关桢编著的《宝宝不生病的秘密》帮您找寻宝宝不生病的秘密，分担年轻父母的忧愁。

<<宝宝不生病的秘密>>

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>