

<<实用育儿百科小全书>>

图书基本信息

书名：<<实用育儿百科小全书>>

13位ISBN编号：9787508071435

10位ISBN编号：7508071433

出版时间：2012-11

出版时间：华夏出版社

作者：于松 主编

页数：258

字数：130000

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>

前言

愿为宝宝的成长保驾护航孩子的降临无疑给家庭生活带来许多乐趣，不过，望着这个可爱的小生命，父母在分享幸福的同时，也常常困惑于孩子各个时期不同的表现，责任感也随之油然而生：我会成为称职的父母吗？

我会照顾好这个小生命吗？

宝宝生病、发烧、出现意外怎么办？

宝宝长湿疹、便秘怎么办？

宝宝认生、偏食、发脾气怎么办？

宝宝耍赖、打人怎么办？

为什么宝宝还没有开口说话？

初为人父人母，难免会面临诸多挑战，需要学习的育儿知识不可谓不少。

但其实，年轻父母欠缺的都是些常识性的东西，只要掌握了一些基本的育儿护理方法，再面对育儿难题就能够从容解决。

有的年轻父母不知从何着手学习育儿知识。

并且，无论是从时间、精力还是经济条件上，又不能动辄去医院咨询大夫。

于是，我想能不能根据我二十多年的临床经验，化繁为简出本小书。

在这本小书中，针对宝宝各阶段的生理和心理特点，精选一些年轻父母常遇到的养育难题，重点给出实用、易操作的育儿方法和技巧，让家长一目了然，心中有数，从传统的育儿模式中摆脱出来，采用现代育儿方法科学育儿。

此外，我还想告诉年轻父母的是，育儿是一项系统工程。

育儿不仅是把孩子带大，还包括语言、社交、心理等多方面能力的培养。

只有这样，才能在父母与孩子之间建立起亲密的亲子关系，有效促进宝宝的身心健康发展，养成良好的性格和习惯，培养孩子的合作与交往能力，为其后续的学习和发展奠定良好基础。

父母都希望自己的宝宝能健康、快乐、聪明的平安成长，那么现在，请您拿起这本书，与我一起，为了宝宝的安康和笑颜而努力吧！

<<实用育儿百科小全书>>

内容概要

根据0~3岁婴幼儿的生理和心理特点,针对年轻父母遇到的养育难题,北京妇产医院孕产专家为新手父母提供宝宝养育过程中的各方面知识,包括营养饮食、护理保健、早期教育,以及常见疾病的预防与治疗等,通俗易懂、方法实用,且配有插图,是北京妇产医院著名专家集20多年临床和教研经验而撰写成的儿童早期家庭养育百科全书。

作者简介

于松 首都医科大学副教授、硕士生导师，毕业于原白求恩医科大学临床医学专业，曾赴日本留学。
现任北京妇产医院产科副主任、主任医师，从事妇产科临床和教研工作20多年，主要研究方向是妇产科高危妊娠管理、各种孕期复杂合并症和并发症的处理、优生优育咨询，以及妇产科急危重症诊治。曾被好医生网站评选为“北京市十大受欢迎好医生”。
曾在国内核心期刊、杂志发表论文20多篇。
主编有多部孕育类畅销书，深受读者好评。

<<实用育儿百科小全书>>

书籍目录

第1章 新生儿期（诞生～28天）

- 1 母乳喂养是一种幸福
- 2 人工喂养的宜与忌
- 3 呵护宝宝娇嫩肌肤
- 4 给宝宝洗澡的注意事项
- 5 宝宝睡眠不安怎么办
- 6 护理宝宝大小便
- 7 护理宝宝脐带

第2章 1～3个月的宝宝

- 1 护理宝宝溢奶
- 2 塑造宝宝完美头型
- 3 宝宝晒太阳有讲究
- 4 宝宝要剃“满月头”吗
- 5 抚触宝宝，好处多多
- 6 重视宝宝的疫苗接种
- 7 宝宝长湿疹怎么办
- 8 宝宝便秘怎么办

第3章 4～6个月的宝宝

- 1 该给宝宝添加辅食了
- 2 职场妈妈母乳喂养经
- 3 帮助宝宝养成良好睡眠习惯
- 4 训练宝宝大小便
- 5 训练宝宝翻身
- 6 给宝宝挑选玩具
- 7 宝宝厌奶怎么办
- 8 警惕宝宝肠套叠

第4章 7～8个月的宝宝

- 1 宝宝学爬好处多
- 2 提高宝宝免疫力
- 3 训练宝宝坐便盆
- 4 宝宝出牙期的护理方法
- 5 帮助宝宝顺利度过认生期
- 6 让宝宝远离跌落摔伤的危险
- 7 宝宝偏食怎么办

第5章 9～10个月的宝宝

- 1 训练宝宝站立
- 2 增进亲子感情有妙招
- 3 训练宝宝手指灵活度
- 4 提高宝宝说话能力
- 5 防止宝宝牙齿畸形
- 6 激发宝宝听觉的方法
- 7 宝宝感冒怎么办

第6章 11～12个月的宝宝

- 1 顺利给宝宝断奶
- 2 改掉宝宝边吃边玩坏习惯

<<实用育儿百科小全书>>

3纠正宝宝顽劣行为

4训练宝宝注意力

5训练宝宝的方向感

6不可不知的用药误区

7宝宝腹泻怎么办

第7章 1~2岁的宝宝

1训练宝宝学步的注意事项

2找准方法, 矫正宝宝坏脾气

3训练宝宝说话

4精心呵护宝宝娇嫩眼睛

5预防宝宝烫伤的措施

6宝宝“上火”怎么办

7宝宝发烧怎么办

第8章 2~3岁的宝宝

1面对反抗宝宝的正确做法

2克服宝宝嫉妒心的方法

3改掉宝宝爱打人的毛病

4正确对待宝宝的耍赖行为

5正确对待宝宝的安慰物

6让宝宝告别羞涩的方法

7“劣性刺激”让宝宝更皮实

8宝宝被宠物咬伤了怎么办

章节摘录

了解新生宝宝的肌肤生长特点，做好肌肤护理是非常重要的。

宝宝脱皮可适当涂抹婴儿油 新生儿在出生24~36小时后会出脱皮现象，并持续2~3周，这是因为宝宝刚刚脱离母体，对周围环境还不适应，是正常现象。

而且，刚出生的小宝宝全身附着一层胎脂，这使得皮肤看起来不太明亮，这层胎脂通常在几周内会自动褪去。

同时，由于新生宝宝的表皮角质层出生时并未完全褪去，再加上油脂分泌不足，所以新生儿的皮肤较容易产生干燥及皲裂现象。

可以为宝宝擦拭婴儿油以滋润宝宝的肌肤。

脸上“痘痘”别用手挤 新生宝宝的脸上常常会出现一些白色的“粟粒疹”，鼻头上也容易长一些类似痘痘的“新生儿痤疮”，而头部、眉角、双颊、耳朵等处也常有一些不易去除的黄色皮屑，这些都是正常现象，多数会在出生数月后消失。

千万不要用手去挤这些“痘痘”，否则容易造成局部感染。

季节变化。

宝宝皮肤要护好 冬天时常见到许多小宝宝脸上红彤彤的，皮肤有些粗糙并且干燥。

这时需要给宝宝抹一些婴儿油或凡士林等婴儿保养品来改善皮肤状况。

夏季，由于气温较高，新生宝宝皮肤汗腺分泌旺盛，汗腺分泌物常堆积在汗腺口，从而出现红色的小痱子，多见于面部、背部或胸部。

这时妈妈要保持房间的通风和凉爽，勤给宝宝洗温水澡，保持新生儿的皮肤清洁就可以了。

当然，必要的时候也可以在长痱子的皮肤上涂上婴儿热痱粉，帮助宝宝去痱止痒。

褶皱处要保持清洁与干燥 新生宝宝的皮肤非常娇嫩并且代谢很快，所以特别容易受汗水、大小便、奶汁和空气灰尘的刺激，而发生糜烂。

尤其是皮肤的褶皱处，如颈部、腋窝、腹股沟、臀部等处，更容易发生感染，成为病菌进入体内的门户。

妈妈在照料宝宝时一定要细心打理。

稍有不慎，可能就会出现大麻烦，给宝宝的健康带来大隐患。

为了防止意外伤害，新生儿最好能每日洗一次澡，尤其是耳后、颈下、腋下、手心、大腿根部、指(趾)缝间等处，要细细清洗。

慎用沐浴和护肤用品 与成人相比，新生宝宝皮肤薄，血管丰富，有较强的吸收和通透力，对同样量的洗护用品的吸收要多得多，对过敏物质或毒性物质的反应也要强烈得多。

新生宝宝只靠皮肤表面的一层天然酸性保护膜来保护皮肤，以防细菌感染，并维持皮肤滋润嫩滑。

皮肤适应酸碱刺激的能力也比较差。

因此，在给宝宝清洗皮肤时，应根据季节变化，选用经过严格医学测试证明、品质纯正温和、安全性高的洗护用品。

切忌使用酸碱性洗护品清洁肌肤，以免破坏保护膜。

沐浴之后，要为宝宝涂上爽身粉，以保持其身体的清新干爽。

察颜观色。

及时发现病变 新生宝宝的某些肤色异常是疾病的预警信号，年轻妈妈们要注意观察。

正常新生儿皮肤颜色为红色，早产儿可表现为粉红色。

在宝宝出现某些病症时，肤色也会出现异常。

皮肤偏黄，则可能是某种病理性黄疸；皮肤苍白，四肢发凉，则可能提示宝宝体温偏低，或者是有些贫血；皮肤青紫并伴有呼吸困难等症状，则可能是呼吸系统出现了某种病变。

所以，当宝宝皮肤的颜色变得不正常时，一定要及时送往医院诊治，以免贻误病情。

另外，年轻妈妈在给宝宝喂奶、换尿布、洗澡时，对容易感染的脐部、臀部的皮肤，要细心观察。

宝宝皮肤病切忌乱用药 刚出生的宝宝皮肤娇嫩，血管丰富，角质层发育差，接触外用药时有极强的吸收能力和渗透能力。

因此，宝宝一定要慎用外用药。

如果宝宝确实需要用外用药物，要特别注意以下几点： 1.切忌使用胶布及氧化锌软膏、膏药之类的硬膏剂敷贴在皮肤上，否则容易引起接触性皮炎。

2.宝宝患皮肤病或进行皮肤消毒时，不要使用刺激性很强的药物，如水杨酸、碘酒等，以免使皮肤发生水疱、脱皮或腐蚀等情况。

如必须使用，也要在医师的指导下进行。

若出现刺激症状，应立即停药。

3.局部涂药面积不可过大，浓度不宜太高。

比如硼酸，一般用于小面积湿敷，毒性不大，但如果用于大面积皮肤病，则可通过创面吸收发生急性中毒，甚至引起循环衰竭与休克而导致死亡。

P10-14

<<实用育儿百科小全书>>

编辑推荐

《实用育儿百科小全书(Mbook随身读)》编辑推荐：北京妇产医院专家为新手爸妈打造的，儿童早期家庭养育百科全书。

针对0~3岁宝宝生长各阶段的生理和心理特点，北京妇产医院主任医师集20多年婴幼儿养护经验，为新手爸妈提供各个阶段宝宝的体能、智能发展，喂养要点、日常护理、疾病防治等知识，全面解答新手父母会遇到的养育难题，如：宝宝生病、发烧、出现意外怎么办？

宝宝长湿疹、便秘怎么办？

宝宝认生、偏食、发脾气怎么办？

宝宝耍赖、打人怎么办？

为什么宝宝还没有开口说话？

.....归纳出实用、易操作的育儿方法和技巧，可随时随地解答您的育儿疑惑，使宝宝能在爸爸妈妈的关怀下茁壮成长，确保您一册在手，育儿无忧！

<<实用育儿百科小全书>>

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>