

<<科学育儿新观念>>

图书基本信息

书名：<<科学育儿新观念>>

13位ISBN编号：9787509125823

10位ISBN编号：7509125820

出版时间：2009-4

出版时间：卢宪梅、张梅英 人民军医出版社 (2009-04出版)

作者：卢宪梅，张梅英 编

页数：148

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>

<<科学育儿新观念>>

前言

纵观人类繁衍的长河，长久以来处于一个自然的状态。

到了现在优生优育时代，减少生育缺陷，提高人类综合素质，是人们的共同心愿。

生一个健康聪明的孩子，把孩子培养成人，并非易事。

那么怎样才能实现这个美好的愿望呢？

俗语说，孩子是父母的一面镜子。

要想教育孩子，父母就必须先学习。

家长们应先“充电”，父母不仅需要了解儿童各个生长发育阶段有关生理和智力开发方面的知识，也要了解一些现代婚育知识、新的健康观念。

为此，我们邀请部分儿科专家和教育工作者编写了这本书，专家们就科学婚育以及有关育儿方面的新认识、新进展，用通俗易懂的语言写出来供大家参考。

本书只讨论了从婚育到学前阶段儿童的养育知识，适合男女青年、年轻父母、广大家长以及幼教人员阅读。

相信此书能成为读者的益友。

<<科学育儿新观念>>

内容概要

《科学育儿新观念》全面介绍了科学婚育观念，孕前保健措施以及新生儿到幼儿(0~3岁)的喂养、体格、智力、心理的发育，常见疾病的防治，婴幼儿教育等方面的新理念。
《科学育儿新观念》适合即将养育或正在养育孩子的年轻父母阅读参考。

<<科学育儿新观念>>

书籍目录

第一章 科学婚育新观念第一节 更新观念从源头抓起 /2一、预防出生缺陷 /21.常见的出生缺陷有哪些 /22.出生缺陷能预防吗 /33.健康新生儿的标准是什么 /4二、预防遗传病 /41.为什么近亲不能结婚 /42.为什么近亲生育问题多 /53.常见的遗传疾病有哪些 /54.哪些疾病会遗传给孩子 /65.高血压会遗传吗 /76.家族遗传病有哪些 /87.哪些父母最易把疾病遗传给孩子 /98.什么情况应该进行遗传咨询 /99.通过筛查有出生缺陷该怎么办 /1010.如何择偶婚配预防遗传病 /10第二节 积极进行孕前、婚前保健 /11一、孕前保健 /111.为什么说孕前保健应早于婚前检查 /112.哪些人群应进行孕前保健 /123.孕前保健具有六大益处 /124.孕前保健的具体内容有哪些 /135.为什么妇女要从孕前开始补充叶酸 /136.孕妇为什么要适当补铁 /147.怀孕前需要接种疫苗吗 /148.为什么在孕期应尽量减少用药 /149.服避孕药应停药多长时间再怀孕 /1510.生活中有哪些有毒有害物质会影响胎儿 /15二、婚前保健 /161.为什么要进行婚前体格检查 /162.为什么要在婚前进行性知识咨询 /163.新婚夫妇为什么要在婚前做生育计划安排 /17三、生育咨询 /171.什么季节怀孕好 /172.生孩子越早越好吗 /183.女性生育的最佳年龄 /184.男性生育的最佳年龄 /195.哪些情况下不宜怀孕 /196.患哪些病的妇女不宜怀孕 /207.孕妇健康状况与胎儿有关吗 /208.怀孕前丈夫应注意哪些问题 /21第三节 孕育知识知多少 /221.什么时候是受孕的最佳时期 /222.孕期有哪些宜与忌 /223.怎样科学饮食,营养两个人 /224.怎样早期发现并积极治疗遗传病 /235.父母如何指导和帮助子女预防同种遗传病 /23第二章 科学喂养第一节 母乳喂养 /26一、0~28天的喂养 /261.我国最新科学喂养方面的建议 /262.母乳喂养对婴儿的好处 /263.母乳喂养对母亲的好处 /274.母乳为什么是婴儿最好的营养食品 /275.初乳有何特点 /286.怎样做好母乳喂养 /287.母乳喂养有哪些技巧 /298.哪些情况下需要挤奶 /309.何时开始喂哺母乳好 /3010.生后早喂奶有哪些好处 /3111.怎样给新生儿喂奶 /3112.哪种喂奶姿势喂婴儿好 /3113.每次喂奶多长时间为好 /3214.喂奶的时间间隔和次数如何确定 /3215.产后哺乳的注意事项 /3316.新生儿怎样吮乳效果好 /3417.怎样判断孩子已吃饱了 /3418.如何判断母亲奶量是否充足 /3419.影响母乳的因素有哪些 /3520.影响乳汁分泌的因素有哪些 /3521.如何使母乳增多 /3622.母亲上班后乳汁显著减少怎么办 /3623.怎样防止乳头皲裂 /3724.哺乳期乳房胀痛怎么办 /3725.哪些母亲不宜哺乳 /3726.哪些婴儿不适于母乳喂养 /38二、28天至1岁的喂养 /381.为什么给婴儿喂奶要定时 /382.深夜给婴儿授乳是否必要 /393.夜间喂奶应注意什么 /394.为什么婴儿会溢奶 /405.母乳够吃是否还要增加其他食品 /40三、1~3岁的喂养 /411.什么时间断奶好 /412.什么是半断奶,半断奶期的食物主要包括哪些 /413.怎样半断奶 /424.断奶期的宝宝怎样喂养 /425.及时断奶有哪些好处 /436.早产儿半断奶时应注意什么 /437.断不了母乳时怎么办 /438.回奶的简易方法有哪些 /449.怎样添加婴儿辅食 /4410.幼儿断奶后饮食应注意什么 /4511.断奶后的幼儿应如何调配膳食 /4512.母乳或牛乳喂养的婴儿是否需要服维生素D和钙剂 /4613.孕妇与宝宝是否需要补碘 /46第二节 人工喂养、混合喂养与辅助喂养 /47一、0~28天的喂养 /471.什么叫人工喂养、混合喂养与辅助喂养 /472.母乳与婴儿配方乳有何不同 /473.当母乳不足时,选用哪几种乳制品好 /484.为什么不宜用高浓度糖水喂新生儿 /495.《国际母乳代用品销售守则》规定的要点是什么 /496.如何给新生儿添加辅食 /49二、28天至1岁的喂养 /501.婴儿期为什么要添加辅食 /502.什么时间给婴儿添加辅食合适 /503.添加辅食的原则有哪些 /504.为什么不要完全用人工喂养代替母乳喂养 /515.人工喂养有哪些缺点 /516.断奶食品应符合哪些条件 /527.如何调配奶粉 /528.使用奶瓶和奶头应注意什么 /529.用牛奶喂养婴儿时如何调配 /5310.为什么说给婴儿喝水很重要 /5311.用豆奶喂养婴儿应注意什么 /5312.如何给婴儿添加钙和维生素D /5413.添加辅食时应注意什么 /5414.辅食的种类和喂养方法有哪些 /5415.怎样给孩子补钙 /5516.如何正确使用鱼肝油制剂 /5617.婴幼儿需要哪些矿物质及微量元素 /5618.维生素C对婴幼儿的生长发育很重要吗 /5719.为什么婴儿要特别注意营养 /5720.为什么不能只用米粉喂养婴儿 /5821.为什么婴儿食物不宜太咸 /5822.为什么婴儿不宜多喝饮料 /5923.为什么婴幼儿要重视膳食营养 /59三、1岁断乳后至3岁的喂养 /601.怎样合理安排幼儿期的饮食 /602.婴幼儿必需的营养素有哪些 /603.婴幼儿需要多少热能为宜 /614.婴幼儿对蛋白质的需要量与成人相比有什么差别 /615.哪些维生素婴幼儿需求量较大 /626.为什么说幼儿饮食最好蒸和焖煮 /637.怎样提高孩子的食欲 /638.为什么孩子的饮食不要苛求饭菜鲜美 /649.为什么不能忽视幼儿的早餐 /6410.为什么说幼儿多吃蔬菜好 /6411.哪些蔬菜和水果对幼儿好 /6512.为什么说维生素C代替不了蔬菜 /6513.为什么说水果代替不了蔬菜 /6514.为什么说幼儿多吃豆制品好 /6615.为什么说幼儿吃些粗纤维好 /6616.幼儿缺钙有哪些表现 /6617.含钙较多的食

物有哪些 /6718. 婴幼儿如何补锌 /6719. 婴幼儿如何补铁 /6820. 婴幼儿如何预防营养性缺铁性贫血 /6821. 为什么说幼儿吃饭适宜细嚼慢咽 /6822. 为什么说幼儿不宜过多食用冷食 /6923. 为什么说幼儿饭前饭后吃冷饮有坏处 /6924. 为什么说幼儿饭后不宜马上吃水果 /6925. 为什么说幼儿不宜过多喝牛奶 /7026. 为什么说幼儿不宜常吃糕点 /70

第三节 患病儿的喂养 /711. 婴幼儿喂养中经常出现什么问题, 如何解决 /712. 婴儿反复吐奶怎么办 /723. 幼儿积食(胀肚子)怎么办 /724. 婴儿患感冒时还可以继续喂断乳食品吗 /735. 不能喂母乳时怎么办 /736. 怎样注意断奶后出现蛋白质营养不良症 /737. 怎样喂养腹泻的婴幼儿 /748. 怎样预防婴幼儿便秘 /749. 怎样喂养便秘婴幼儿 /7510. 婴幼儿出现营养不良的原因和表现 /7511. 如何预防婴儿营养不良 /7612. 什么叫肥胖儿 /7613. 如何预防婴幼儿肥胖 /7614. 肥胖儿的饮食应注意什么 /7715. 怎样预防佝偻病 /7816. 孩子偏食怎么办 /7817. 怎样提高孩子的食欲 /7918. 幼儿为什么爱挑食、偏食 /79

第四节 常见喂养误区 /80 误区1: 初乳稀淡而且发黄, 孩子吃了会拉肚子, 应该弃去 /80 误区2: 婴儿吐奶一定是胃肠出了毛病 /81 误区3: 给孩子断奶不必急, 多吃些时日对身体有益 /81 误区4: 喂养越饱越好 /82 误区5: 婴幼儿饮用纯净水好于白开水 /83 误区6: 维生素的补充越多越好 /83 误区7: 贫血的孩子一定是缺铁 /84 误区8: 常喝酸奶有助于消化 /84 误区9: 吃肉总比吃素好 /84 误区10: 薯类食品对胃不好 /85 误区11: 胃口不好一定是厌食症 /86 误区12: 饮食中多放盐可以增加孩子的食欲 /86 误区13: 偏食、拒食是因为孩子小, 等长大了就好了 /87 误区14: 婴幼儿胖比瘦好 /88 误区15: 价格越贵, 水果的营养价值越高 /89 误区16: 鸡汤的营养价值高于鸡肉 /89 误区17: 菠菜可以补血 /90 误区18: 孩子个子矮就是营养不良 /90 误区19: 孩子吃补药会发育得更快更好 /91 误区20: 大量服用浓缩鱼肝油可以预防婴幼儿缺钙 /92 误区21: 婴幼儿生长发育迅速, 必须大量补钙 /93 误区22: 以茶代水没坏处 /93 误区23: 婴幼儿腹泻一定是肠道感染 /94 误区24: 腹泻婴幼儿应该禁食 /94 误区25: 婴幼儿不吃早餐 /95 误区26: 多吃冷饮没有多少危害 /96

第三章 婴儿期(0~1岁)的发育、护理、早期教育 第一节 婴儿的生长发育 /98 一、体格是生长发育的标志 /98 1. 婴儿期孩子的发育特点 /98 2. 体重指标说明了什么 /98 3. 影响身长的因素 /99 4. 头、胸部的发育有什么特点 /99 5. 婴儿何时长牙好 /99 二、关注婴儿的神经、心理发育 /100 1. 怎样观察婴儿视觉发育 /100 2. 怎样观察婴儿听觉发育 /100 3. 怎样观察婴儿的味觉和嗅觉 /101 4. 怎样观察新生儿的运动能力 /101 5. 大运动的发育怎么样 /101 6. 精细动作的发育怎么样 /102 7. 婴儿怎样学说话 /102 8. 为什么听力影响婴幼儿学说话 /103 9. 要使语言正常发育需要具备什么条件 /103 10. 婴儿记忆的特点 /103 11. 怎样观察婴儿的心理发育 /104 12. 婴儿的情绪和健康有什么关系 /104 三、注意孩子智能发育的危险信号 /105 1. 哪些情况提示孩子智能发育有障碍 /105 2. 家庭怎样进行智力自测 /105 3. 怎样测试婴儿语言与情感 /106 4. 怎样测婴儿视力 /106 5. 怎样测试婴儿听力 /106 6. 怎样测试婴儿运动能力发育情况 /107 7. 怎样进行6个月以上婴儿记忆检测 /107

第二节 婴儿的护理 /108 一、日常护理 /108 1. 婴儿护理要注意哪些情况 /108 2. 怎样选择尿布 /110 3. 男婴纸尿裤的使用 /110 4. 怎样保护眼睛 /110 5. 怎样保护听力 /111 6. 怎样保护牙齿 /111 7. 为什么要少去公共场所 /111 8. 为什么不要抛摇婴儿 /112 9. 婴儿多看电视有什么不利 /112 10. 噪声对婴儿的生长发育有什么危害 /112 11. 为什么说婴儿穿衣不宜捂 /112 12. 婴儿为什么不宜睡沙发床 /113 13. 婴儿用的食具怎样消毒 /113 14. 怎样清洁婴儿身体 /113 二、婴儿期常见意外的预防 /114 1. 怎样防止外伤 /114 2. 怎样防止烫伤 /114 3. 怎样防止触电 /114 4. 怎样防止窒息 /115 三、计划免疫 /115 1. 接种疫苗为什么能防病 /115 2. 怎样看卡介苗的反应 /116 3. 服过脊髓灰质炎疫苗后还会肢体瘫痪吗 /116 4. 接种过“乙脑”“流脑”疫苗还会得脑炎吗 /117 5. 接种后的常见反应如何处理 /117 6. 哪些情况不能免疫接种 /117

第三节 婴儿的早期教育 /118 一、婴儿的学习 /118 1. 怎样从小开发宝宝的智力 /118 2. 为什么说早期视觉刺激对婴儿智力发育有利 /118 3. 怎样进行早期听觉刺激 /119 4. 怎样用语言和宝宝交流 /119 5. 怎样用动作刺激促进大脑发育 /119 二、培养宝宝的生活习惯 /119 1. 怎样安排规律的生活 /119 2. 怎样养成良好的睡眠习惯 /120 3. 怎样建立良好的饮食习惯 /120 4. 怎样建立清洁卫生习惯 /120 三、怎样对婴儿进行语言训练 /120 1. 为什么在胎儿期就要进行“子宫对话” /120 2. 怎样培养宝宝学习说话 /121 3. 怎样跟宝宝说儿歌、讲故事 /122 4. 为什么要进行音乐的启蒙 /122

第四章 幼儿期(1~3岁)的发育、护理、早期教育 第一节 幼儿的生长发育 /124 一、体格发育 /124 1. 幼儿期宝宝生长发育有哪些特点 /124 2. 怎样看幼儿身高体重增长 /124 3. 幼儿头颅骨是怎样发育的 /124 4. 幼儿牙齿是怎样发育的 /125 5. 幼儿脂肪与肌肉发育的特点 /125 二、神经心理发育 /125 1. 幼儿神经心理发育的特点 /125 2. 幼儿感知发育的特点 /125 3. 幼儿在运动方面的发育 /126 4. 为什么说语言是幼儿全面发育的标志 /126 5. 怎样正确对待幼儿情绪情感的发育 /126 6. 幼儿注意力与记忆的特点 /127 7. 幼儿思维和想像的特征 /128

第二节 幼儿的护理 /129 一、日常生活照料 /129 1. 你知道乳牙对孩子有多重要

<<科学育儿新观念>>

吗 /1292.怎样从小就养成良好的饮食习惯 /1293.幼儿怎样睡眠对身体发育好 /1304.怎样养成定时排便的习惯 /1315.怎样养成讲卫生的良好习惯 /131二、培养生活情趣 /1311.怎样和孩子做游戏 /1312.户外活动对孩子健康的好处 /1323.为什么要带孩子到野外去 /1324.带孩子去旅游的好处 /133三、幼儿期的预防接种 /1331.幼儿期还要做预防接种吗 /1332.幼儿期应做哪些预防接种 /134四、幼儿期常见意外及处理 /1341.为什么说幼儿期是最容易发生意外的阶段 /1342.遇到外伤怎么办 /1343.遇到烧伤和烫伤怎么办 /1354.遇到异物误吸怎么办 /1355.遇到误服东西怎么办 /1366.遇到其他意外情况怎么办 /136第三节 幼儿的早期教育 /137一、幼儿教育是孩子成长的关键时期 /1371.为什么说0~3岁是孩子成长的关键时期 /1372.怎样培养幼儿良好行为习惯 /1373.怎样培养幼儿良好的礼貌行为习惯 /1384.怎样培养幼儿主动学习的习惯 /1385.怎样培养幼儿自愿参与劳动的习惯 /1396.怎样培养幼儿举止行为习惯 /139二、幼儿性格培养 /1391.怎样培养幼儿性格 /1392.怎样培养幼儿坚强的意志 /1403.怎样培养幼儿做些力所能及的事情 /1404.如何认真对待孩子的问题 /1405.培养幼儿关心别人,与人共享欢乐 /1416.怎样教幼儿树立自尊心与自信心 /1417.对孩子教育的一致性重要吗 /1418.为什么要重视对孩子的情感教育 /1429.给孩子安全感重要吗 /14310.怎样创造良好的家庭教育环境 /14411.为什么说要培养孩子良好的性格,父母应先从自身做起 /144三、幼儿智力培养 /1451.为什么说高智商是成才的条件,后天培养是成才的决定因素 /1452.怎样培养智力 /1453.怎样培养幼儿良好的性格及学习的积极性 /1464.怎样提高幼儿观察力 /1465.幼儿注意力怎样培养 /1476.幼儿记忆力怎样培养 /1477.怎样引导幼儿思维发展 /1488.怎样培养孩子早期阅读 /1489.怎样教孩子亲近科学 /149

章节摘录

2.怎样看卡介苗的反应足月正常新生儿应在生后72小时内接种卡介苗。

接种3~4周后,接种处皮肤出现黄豆大的丘疹,形成红肿硬结,有的形成小脓疮,以后逐渐消退,或破溃后流出少量脓性物,形成小溃疡,经2~3周后渐结痂,留下一个小瘢痕。

同时,左腋下淋巴结可稍肿大。

不需治疗,会逐渐自愈。

以上情况都是接种卡介苗后的正常反应,婴儿可照样洗澡,照常喂奶.接种过卡介苗的婴儿仍不能接触结核病人,原因如下。

(1) 婴儿接种卡介苗后,不知是否成功。

3个月时应到结核病防治所做结核菌素试验(即OT试验),如果是阴性反应,说明卡介苗接种不成功,婴儿仍没有抵抗结核病的免疫力,需要再接种。

所以,接种卡介苗后3个月内不能接触结核病人。

(2) 接种卡介苗后到体内产生抗结核的抗体,需要2个月左右时间,在这期间婴儿对结核仍没有抵抗力。

(3) 即使婴儿接种卡介苗成功(即OT试验为阳性反应),婴儿抗结核的能力是有限的,不一定能抵御毒力强的结核菌感染.尤其是开放性结核病人,传染性强。

因此接种了卡介苗的婴儿仍应避免接触结核病人。

3.服过脊髓灰质炎疫苗后还会肢体瘫痪吗目前社会上肢体瘫痪的残疾人,有些是20世纪60年代前(当时国内无脊髓灰质炎疫苗)患脊髓灰质炎留下的后遗症。

另外,其他疾病也能引起肢体瘫痪,如感染了某些肠道病毒(如柯萨奇病毒),可发生肢体瘫痪。

急性感染性多发性神经根炎也主要表现为急性肢体瘫痪。

<<科学育儿新观念>>

编辑推荐

《科学育儿新观念》：生一个健康聪明的孩子，并把孩子培养成人，并非易事怎样才能实现这个美好的愿望呢？

学习别人的经验，听听专家的建议。

我们邀请儿科专家和教育工作者编写了这样一本书。

<<科学育儿新观念>>

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>