

<<做自己孩子的保健专家>>

图书基本信息

书名：<<做自己孩子的保健专家>>

13位ISBN编号：9787510038464

10位ISBN编号：7510038464

出版时间：2011-7

出版公司：世界图书出版公司

作者：哥肯·佛克

页数：199

译者：李振华

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>

## <<做自己孩子的保健专家>>

### 内容概要

小朋友从呱呱落地开始，就与他的健康人生发生了关系。

从小到大的健康维护是为人父母最关心的课题，哥肯·佛克编著的《做自己孩子的保健专家(畅销版)》是每个家庭值得珍藏的一本儿童健康照顾大全，宛若一个全天候随侍在侧的全职医生、护士，帮每位小朋友的健康把关、照料，《做自己孩子的保健专家(畅销版)》从预防、保健、急救、治疗等方面，给予最贴心的建议。

## <<做自己孩子的保健专家>>

### 书籍目录

#### 婴儿、学龄前、青春期成长阶段

1月龄

2月龄

3月龄

4月龄

5月龄

6月龄

7月龄

8月龄

9月龄

10月龄

11月龄

12月龄

生命中的第二年(1~2岁)

学龄前期(3~5岁)

学龄期(6~12岁)

青春期(13~18岁)

性别特征

青春期的各阶段

#### 婴儿、儿童饮食营养健康

婴幼儿喂养

开始母乳喂养

母乳喂养和断奶

推荐母乳喂养的原因

用奶瓶喂养宝宝

断奶

幼儿期的饮食

营养建议

青春期饮食

营养建议

#### 儿童成长护理和保健

婴幼儿和儿童贫血

儿童便秘

腹泻

腹泻的分类和病因

食物过敏症

儿童拒食

拒食的原因

肥胖

厌食症和贪食症

体格检查和预防接种

医学咨询是预防的基础

记录孩子的身高和体重

精神运动的发育

牙齿

## <<做自己孩子的保健专家>>

- 牙齿的成长
- 牙齿问题
- 卫生
- 婴儿卫生
- 性
- 婴幼儿性意识
- 青春前期的性欲望
- 青春期性意识
- 儿童疾病治疗和护理
- 警示症状
- 呕吐
- 发热
- 儿童哮喘
- 哮喘
- 过敏
- 免疫系统和过敏反应
- 过敏症的症状
- 过敏症的治疗
- 过敏症的诊断
- 呼吸系统疾病
- 上呼吸道感染
- 下呼吸道感染
- 其他呼吸系统感染性疾病
- 消化与泌尿系统疾病
- 出疹性疾病
- 疱疹和足癣
- 疱疹
- 足癣
- 艾滋病
- 获得性神经系统疾病
- 儿童肿瘤
- 一般表现和常见类型
- 儿童情感健康和教育
- 亲情与教育
- 早期智力开发
- 婴幼儿睡眠障碍
- 与上学相关的难题(1)
- 与上学相关的难题(2)
- 存在语言障碍的儿童
- 有特殊需求的儿童：天才儿童
- 如何区分天才儿童
- 发展特殊技能
- 被收养的儿童
- 性教育
- 儿童虐待
- 儿童及青春期毒品问题
- 儿童意外伤害与急救

## <<做自己孩子的保健专家>>

### 家庭急救

急救的基本原则

### 家庭中意外事故的预防

家庭中常见的意外事故

### 跌伤和撞伤

### 溺水

家中溺水

### 窒息

### 异物伤害

眼内异物

耳内异物

鼻腔内的异物

皮肤的异物

### 烧伤

需要注意的几点

### 触电事故

### 出血

### 中毒

### 过敏或过敏性休克、昆虫叮咬伤

过敏性休克

预防蚊虫叮咬

预防药物过敏

### 青少年体育锻炼

### 体育锻炼，健康与儿童及青少年的成长

儿童期参加体育锻炼的益处

有氧运动对孩子的重要性

4~7岁儿童的前体育运动游戏

### 带着孩子去度假旅行

### 和孩子一起出去度假目的地

阳光与皮肤护理

### 夏天与蚊虫叮咬

叮咬人的昆虫

### 旅游时的特殊预防措施

旅游时的特殊准备

### 残疾儿童的护理

### 儿童自闭症

### 先天遗传性神经系统疾病

### 癫痫

### 髋关节发育不良

### 先天性耳聋

### 失明

### 染色体病

唐氏综合征

特纳综合征

克兰费尔特综合征

猫叫综合征

### 乳糜腹

<<做自己孩子的保健专家>>

先天性心脏病

房间隔缺损和室间隔缺损

## <<做自己孩子的保健专家>>

### 章节摘录

2月龄 出生后的第一个月是宝宝与父母相互适应最困难而又复杂的时期，过了第一个月，宝宝和他的家庭之间已经建立了牢固的联系。

这时的母亲已经完全从分娩过程中恢复过来，并且越来越了解孩子的需求和性格脾气。

而且，母亲已慢慢调整适应了婴儿的哺乳频率、睡眠和觉醒时间。

宝宝更加活泼，父母也更加有信心，家庭生活开始充满了乐趣。

即便如此，家长对于宝宝的保健和发育仍然存在一些疑问和焦虑，需要向医生寻求帮助。

体格的发育 宝宝的运动更加复杂多样（虽然协调性仍然不好）。

下面提到的一些动作很值得注意： 仰卧位。

他会舞动上肢和双腿并试图屈曲，灵活性更好。

俯卧位。

他会用胳膊支撑身体并能够抬头数秒。

双手扶坐位。

头向后仰，但处于直立位时头可直立几秒钟。

双手。

双手常处于伸开状态。

他能够在很短的时间内保持头部直立。

他能够在短时间内抓持小件物品。

精神智力的发育 虽然宝宝大部分时间仍然在睡觉，但是他觉醒的时间较以前明显延长，每天能够达到8~10小时。

他的作息时间开始越来越规律，这个月仍然应该按照他的需求哺乳，即使夜间也不例外。

他开始对其他人的脸感兴趣。

当他看到某个特定物品时会出现表情变化。

他已经能够区分声音并寻找声源。

他能够在180°的范围内随着人和较大物品的移动而移动视线。

感觉和运动的发育 宝宝开始专注地观察周围的环境。

他听到突然出现的噪声时会吓了一跳。

他开始经常笑，并张开嘴模仿和他说话的人。

社会性行为的发育 他能够通过不同的手势表达高兴或不满的情绪。

当有人陪伴时他会表现得高兴。

他更多地活动胳膊和腿，做出更多有意义的姿势来对别人，特别是对父母和亲人给予的刺激做出反应。

通常宝宝都很喜欢洗澡，他会通过各种姿势和积极的活动来表达这种愉悦。

口腔鹅口疮 口腔鹅口疮是由于白色念珠菌感染引起的真菌性口腔炎，其特征为口腔黏膜溃疡或缺损。

这些发白的溃疡会引起口腔干燥和不适。

为了预防口腔内真菌的生长，必须定期对婴儿使用的奶嘴和奶瓶蒸煮消毒。

如果是母乳喂养，那么当母亲使用抗生素或者患有真菌性阴道炎时，也应该特别当心，因为这些情况下会使得真菌容易由母亲向婴儿传播。

虽然口腔鹅口疮并不是严重的疾病，但也需要治疗：一般给予外用的药水或糊剂口腔内涂抹（制霉菌素最常用，还有其他一些药物）。

最好是在婴儿吃奶后使用，这样可以使药物在口腔内停留更长时间，因此也更有效。

3月龄 出生后的第3个月，孩子会以令人惊奇的速度快速成长。

这和来自外部环境的刺激以及神经系统不断发育成熟密切相关。

他对任何外部刺激都会做出反应，开始越来越多的笑，而哭得越来越少。

他开始发出模仿性的咯咯声来参与交谈；在遗传因素和家庭环境的影响下，他各个方面的性格特征开

## <<做自己孩子的保健专家>>

始突显。

**体格的发育** 这个时期，婴儿的平均体重是5.5千克，平均身高为60厘米。

他的肌张力更好了，俯卧位时能够抬起头和肩膀并维持几秒钟。

他能够分别或同时有力地舞动胳膊和腿。

他开始喜欢看自己的手，喜欢伸开胳膊并用拳头敲击物体。

**精神智力的发育** 他开始认识家庭成员。

他的记忆能力越来越好。

他的发音更好，手势也更多了。

他开始用手来摸索自己的脸、嘴巴和眼睛。

**感觉和运动的发育** 他的小脑袋开始随着眼前的物体移动。

他开始看自己的手，注视手指的运动。

他开始观察和触摸周围的物品或是自己的身体，喜欢并试图把它们放进嘴里。

吃奶时，他会被外面的声响吸引并会去寻找声源。

他抓东西抓得更紧了。

**社会性行为的发育** 他的睡眠——觉醒——进食的节律性越来越明显。

他很容易被各种各样的刺激逗笑，哭得也越来越少。

他开始接受更加广泛的社会刺激，并进行交流和回应。

在出生后的第3个月，宝宝经常哭闹不满。

这证明此时的宝宝对奶水的需求较前几个周增加了，同时宝宝的兴奋性增加，睡眠时间也减少了。

孩子看起来似乎总是不满足。

请记住：困难时期只是暂时的，这不能说明父母喂养得不好，孩子和父母都没有出问题。

这种变化是宝宝的神经精神系统不断发育成熟的结果，属于正常现象。

这个时期出现的这种情况恰恰是宝宝不断发育成熟的证明，当这段时间结束时，宝宝会恢复原来的脾气并展现出新的能力。

本书里提到的所有宝宝成长过程中的进步和倒退都只是提示性的，毕竟，每一个孩子都有自己的成长过程。

P12-15



## <<做自己孩子的保健专家>>

### 编辑推荐

哥肯·佛克编著的《做自己孩子的保健专家(畅销版)》涵盖了从婴儿、学龄前，到青春期的儿童健康知识，帮助新生儿父母了解孩子各个成长阶段的特点和需求，学习儿童成长护理和保健的科学方法，并对儿童疾病的治疗和护理采取正确的措施。  
本书是每个家庭值得珍藏的一本儿童健康照顾大全。

<<做自己孩子的保健专家>>

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>