

<<小儿便便书>>

图书基本信息

书名：<<小儿便便书>>

13位ISBN编号：9787510415272

10位ISBN编号：7510415276

出版时间：2011-1

出版时间：新世界出版社

作者：蔡天恒

页数：216

字数：100000

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>

<<小儿便便书>>

内容概要

它是宝宝的朋友，它与生俱来：您对它有点儿意见，但还是默默接受；它有很多表情，松懈状的、紧绷状的、奔放状的……它偶尔会来点惊叹，短短地喷出小气，吓你一跳：它偶尔也会穿些花红柳绿的衣服，暗示你有状况快行动：它就是宝宝的便便。

<<小儿便便书>>

作者简介

蔡天恒

北京协和医科大学博士

北京大学医学院第三临床医院儿科教授主任医师

国际儿童科学委员会常务理事

中华医学会儿科分会会员

卫生部儿童保健专家组成员

北京市儿童营养与保健学组副组长

《健康时报》专栏作家

<<小儿便便书>>

书籍目录

开篇

从食物到便便的各个加工点

产品层级表

第一部分 小儿便便大学问

臭便便是小儿的健康“宝”

异常便便：宝宝的“求救信号”

小儿便便背后不可不说的问题

新爸妈不“读”懂便便怎么成!

第二部分 最完美的小儿便

宝宝人生中第一次便便

母乳喂养儿的便便

人工喂养儿的便便

混合喂养儿的便便

添加辅食后的便便

被误解的正常便便

第三部分 便便颜色里的大

便便颜色背后的门道多多

亮黄色系便便是健康的证明

看起来怪怪的绿色便便

多形态的白色系便便

令人犯急的红色便便

暗含危险的黑色便便

第四部分 奇形怪状的“坏”便便

坏便便1号：稀糊样便便

坏便便2号：稀水样便便

坏便便3号：海水样便便

坏便便4号：米泔水样便便

坏便便5号：蛋花汤样便便

坏便便6号：泡沫样便便

坏便便7号：赤豆汤样便便

坏便便8号：羊粪蛋样便便

坏便便9号：豆腐渣样便便

坏便便10号：果酱样便便

坏便便11号：黏液样便便

坏便便12号：脓血状便便

坏便便13号：冻状便便

坏便便14号：条状便便

坏便便15号：凝乳状便便

坏便便的“四大家族”

第五部分 便便的气味：肠道健康的测量计

便便的气味来自哪里

“臭”便便背后的秘密

小儿便便的怪气味

肠道的健康卫士：益生菌

第六部分 新爸妈必知的小儿消化系统问题

<<小儿便便书>>

两大消化系统问题

小儿厌食

小儿呕吐

小儿腹胀

小儿腹痛

小儿腹泻

小儿便秘

第七部分 宝宝肠道健康的守卫兵——屁

屁的真相：身体在排放废气

宝宝都是小“屁”孩！

臭屁来报：消化不良！

不是屁大的事那么简单

第八部分 设计健康便便从饭桌开始

产生完美便便的喂养守则

好食物养出宝宝好肠胃

3岁小儿便便之敌：洋快餐

健康便便的秘密武器：膳食纤维

规划饮食打造健康好便便

第九部分 “优质便便”要靠“习惯”塑造

宝宝排泄功能的成长特点

由“把”便便开始前期训练

宝宝自主如厕的启蒙训练

如厕练兵：宝宝是便便的司令

妈妈的烦恼：训练有障碍！

宝宝便后处理的训练

附录：肠道健康简易自测

<<小儿便便书>>

章节摘录

版权页：插图：但是，宝宝未成熟的消化系统和排泄系统，就像一个还没来得及购置齐全设备的工厂，仓促中加工完的产品中有成品，也有半成品。

在爸爸妈妈观察的时候会发现，宝宝的便便并不总是颜色一样、性状相同的，它们有糊糊状、膏状、颗粒状的，有成形的，也有不成形的……有时候，即使便便的性状一样，但可能存在黄色、绿色、褐色、黑色等多种颜色，这些便便的性质和表现出的健康信息也是截然不同的。

正因为如此，爸爸妈妈往往分不清什么样的便便是正常的，什么样的便便是异常的，更加无法了解宝宝通过异常便便传递给爸爸妈妈的“求救信号”了。

正常便便的多种形态要知道什么样的便便是异常的，首先就要了解什么是正常的便便。

一般情况下，正常宝宝便便中水分占干湿比重的80%。

有形成分的三分之二是食物残渣、三分之一是肠道正常细菌，还有微量矿物盐类、胆色素及衍化物、脱落的肠上皮细胞等。

“三分之一的细菌”听起来很吓人，其实，这些细菌是对人体有益的大肠杆菌、乳酸杆菌、双歧杆菌、粪链球菌等，它们能分解食物残渣、产生维生素供人吸收利用，与人共生共存。

但由于宝宝年龄、饮食、排便习惯不同，每天排便的次数也不同；喂养方式、方法不同，便便的外观和内部性质也不同。

比如，母乳喂养儿便便中的细菌主要是乳酸杆菌和双歧杆菌；牛奶喂养儿便便中则主要是大肠杆菌；只有新生儿出生后2~3天内排出的墨绿色黏稠胎便不含细菌。

新生儿的胎便正常时呈墨绿色：母乳喂养的宝宝，正常便便的外观呈黄色或金黄色；而人工喂养的宝宝正常便便则呈淡黄色或土黄色，因此，对于什么样的便便才是宝宝身体健康的最好表现，我们不能一概而论。

关于最好的完美便便，我们会在第二部分详细讲解。

<<小儿便便书>>

媒体关注与评论

这是：一本关于宝宝便便的故事书。

每个便便背后都有一个故事。

一本小儿的成长日记，宝宝成长的每个过程、身体的每个变化都体现在便便里。

一本育儿宝典。

让爸爸妈妈掌握“便便生产监管”的本领。

让养育工作更轻松。

一本能带来趣味的小书。

与便便相识其乐无穷！一本养生指南，它告诉人们。

照管好自己的便便是一种生活的智慧。

——窦红贤首都儿研所附属医院小儿内科主任医师不同颜色和性状的便便传递着哪些不同的讯息？

为什么宝宝的便便会姿态万千、形状多样？便便的气味与肠道功能之间有着怎样千丝万缕的联系？如何根据便便的不同性状来为宝宝修订健康的食谱？赶快打开这本书吧。

一切都将真相大白！——刘琳首都医科大学附属北京中医医院儿科副主任宝宝便便了！手忙脚乱之后。

您很可能会忽视掉便便丰富内涵。

宝宝虽然不说话。

他们的想法和感受全都表达在这看上去不明不白的便便里呢！

——王诗敏广州市儿童医院保健科副

主任医师

<<小儿便便书>>

编辑推荐

《小儿便便书》：什么样的便便提示宝宝身体有恙，什么样的便便证明宝宝完全康复。读懂宝宝便便颜色的奥秘读懂宝宝便便形状的奥秘读懂宝宝便便气味的奥秘打倒坏便便，养育健康宝宝说不清，道不明，宝宝如何表达自己哪里不舒服?小调皮，小捣蛋，便便是宝宝写的“健康说明书”。

不怕臭，不怕脏，勤奋新爸妈变身“读便便大师”。

<<小儿便便书>>

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>