

<<专家教你1岁宝宝怎么带>>

图书基本信息

书名：<<专家教你1岁宝宝怎么带>>

13位ISBN编号：9787512701007

10位ISBN编号：7512701004

出版时间：2010年11月

出版时间：中国妇女出版社

作者：区慕洁

页数：307

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>

## <<专家教你1岁宝宝怎么带>>

### 内容概要

专业权威的专家解读、细致贴心的育儿指导、一目了然的体例划分、全面科学的养育方案。本书以宝宝的月龄为主线，详细介绍了0~1岁宝宝每个月的身体变化和能发展情况，帮助新手父母了解宝宝的成长需要和发育特点，为宝宝制订全面的体检计划和免疫方案，让宝宝健康、快乐每一天。

本书介绍了大家最为关心的0~1岁宝宝的护理要点和育儿知识，帮助新手父母解答分娩的准备、宝宝喂养、日常护理、疾病保健、意外防范、亲子互动以及能力开发等方面的各种疑问与困惑。从0~1岁宝宝的生理、心理、营养、运动、睡眠、着装、清洁、防病、安全、启智等方面，进行了全方位、多角度的解读，贴心指导您的育儿生活。

## <<专家教你1岁宝宝怎么带>>

### 作者简介

#### 区慕洁

全国著名育儿专家

1951年毕业于北京协和医院师资班，1959年毕业于天津医科大学，曾在北京医科大学公共卫生系妇幼卫生教研组担任教学及儿童保健工作，此后在239职工医院任小儿科副主任医师。

退休后曾在人民卫生出版社任编审，1985年参与卫生部护理中心对1864

## &lt;&lt;专家教你1岁宝宝怎么带&gt;&gt;

## 书籍目录

《专家教你1岁宝宝怎么带》迎接新生命的降临：准妈妈你准备好了吗 心理准备：做合格父母的第一堂课 \* 相信自己：不要把做父母看的过于复杂 \* 积极参与：尽到做父亲的职责 \* 赶走恐惧：以轻松的心态迎接分娩 物质准备：给宝宝创造最好的生活条件 \* 入院准备：一切都是为了顺利分娩 \* 婴儿床：让宝宝睡得香甜 \* 寝具：注重实用与安全 \* 衣物：舒适度最重要 \* 尿布：呵护宝宝的小屁股 \* 宝宝奶具：补充营养的必备道具 “皱巴巴”的小可爱：0~1个月宝宝 成长备忘录：新生宝宝的发育状况 \* 宝宝身体发育水平 \* 宝宝动作发育水平 / 宝宝感觉发育水平 \* 宝宝情绪反应水平 / 宝宝心智发育水平 / 宝宝发育测评 健康直通车：新生儿的处理和检查 \* 对新生儿的处理 / 健康状况检查 / 斜颈检查 \* 口腔内检查 / 头部检查 / 耳朵检查 / 股关节检查 / 肛门检查 / 生殖器检查 / 先天性代谢检查 身体全接触：新生儿特有的生理现象和反射行为 \* 体重减轻 / 打喷嚏 / 脱皮 \* 下巴抖动 / 打嗝 / 肤色变化频繁 / 眼睛斜视 \* 肢体蜷曲 / 乳房增大 / 女婴阴道出血 / 拥抱反射 / 颈肢反射 \* 吸吮反射 / 握持反射 / 惊跳 / 马牙 / 踏步反射 宝宝加油站：母乳喂养的要领 \* 母乳喂养的益处 \* 采取舒适的喂奶姿势 / 早开奶，好处多 \* 新手妈妈的哺乳技巧 / 帮助宝宝吸到乳头 \* 采取舒适的喂奶姿势 \* 对宝宝的喂养要合理 \* 如何判断宝宝是否吃饱 \* 宝宝拒绝吃奶怎么办 \* 哺乳妈妈应避免的行为 \* 如何促进乳汁分泌 \* 掌握挤母乳的方法 迫不得已的选择：人工喂养与混合喂养 \* 这些新妈妈不宜哺乳 \* 正确选择配方奶粉 \* 人工喂养的注意事项 \* 科学进行混合喂养 \* 奶粉的调配和冲调方法 特殊宝宝的喂养 悉心呵护，点滴关爱：无微不至的生活护理 \* 睡眠护理：掌握宝宝的睡眠与觉醒状态 \* 穿着护理：第一次给宝宝穿衣服 \* 排便护理：观察宝宝的大便次数与颜色 \* 清洁：让宝宝开始“亲水之旅” \* 身体护理：从头到脚的关爱 \* 尿布更换：让小屁屁保持干爽和舒适 \* 正确抱宝宝的方法 \* 特别关注：新生宝宝护理要点 保健免疫：为宝宝撑起健康保护伞 \* 预防接种的安排 \* 卡介苗 / 乙肝疫苗 疾病防治：新生儿常见病的预防与治疗 \* 新生儿黄疸 \* 腹股沟疝 \* 脐带发炎 / 头颅血肿 \* 脐疝 / 发热 你快乐，所以我快乐：无处不在的亲子互动 \* 情感交流：爱心传递，母子情深 \* 甜蜜亲吻：神秘的母婴语言 每天进步一点点：全面的能力培养与训练 \* 运动训练：让宝宝一出生就动起来 \* 视觉训练：宝宝喜欢鲜艳的色彩 \* 听觉发音训练：给宝宝适当的听觉刺激 育儿Q&A 宝宝会微笑了：1~2个月宝宝 成长备忘录：2个月宝宝的发育状况 \* 宝宝身体发育水平 \* 宝宝动作发育水平 / 宝宝语言发育水平 / 宝宝感觉发育水平 \* 宝宝情绪反应水平 / 宝宝心智发育水平 / 宝宝发育测评 宝宝加油站：母乳喂养的要领 \* 母乳喂养的次数 / 每侧乳房哺乳不超过10分钟 \* 宝宝吃奶时间缩短别担心 / 避免用奶瓶喂母乳 / 从宝宝嘴里取出乳头时应小心 \* 上班族妈妈如何储存母乳 迫不得已的选择：人工喂养与混合喂养 \* 给宝宝科学换奶 / 人工喂养的标准 \* 人工喂养时的注意事项 / 适当添加其他食品 / 适合宝宝的果汁和喂养方法 悉心呵护，点滴关爱：无微不至的生活护理 \* 睡眠护理：培养睡眠习惯，纠正“睡偏头” \* 清洁护理：给宝宝清洁口腔和鼻子 \* 排便护理：查找宝宝小便减少的原因 / 穿着护理：2个月宝宝服装的选择要求 保健免疫：为宝宝撑起健康保护伞 \* 服用小儿麻痹糖丸 / 选择接种Hib疫苗 疾病防治：2个月宝宝常见疾病的预防与治疗 \* 湿疹 \* 尿布疹 \* 鼻塞 / 胃肠炎 \* 食物返流 / 幽门狭窄 / 吸收障碍综合征 你快乐，所以我快乐：无处不在的亲子互动 \* 带宝宝晒太阳 / 游戏让宝宝更快乐 每天进步一点点：全面的能力培养与训练 \* 运动训练：宝宝的抬头练习 / 语言能力训练：运动宝宝的嘴唇肌肉 \* 嗅觉能力训练：让宝宝闻不同的香气 / 身体平衡能力训练：适当摇晃宝宝 \* 脚部肌肉训练：活动宝宝的双脚 预防意外：让宝宝时时刻刻都安全 \* 注意宝宝玩具的安全性 / 防止宝宝窒息 育儿Q&A 宝宝进入婴儿期：2~3个月宝宝 成长备忘录：3个月宝宝的发育状况 \* 宝宝身体发育水平 \* 宝宝动作发育水平 / 宝宝语言发育水平 \* 宝宝感觉发育水平 / 宝宝情绪反应水平 / 宝宝心智发育水平 \* 宝宝发育测评 宝宝加油站：母乳喂养的要领 \* 注意母乳的质量 / 灵活掌握喂奶的间隔 迫不得已的选择：人工喂养与混合喂养 \* 母乳不足时添加牛乳的依据 / 让宝宝学会接受奶粉 悉心呵护，点滴关爱：无微不至的生活护理 \* 睡眠护理：让宝宝香香甜甜睡好觉 \* 排便护理：学会观察宝宝的尿液情况 \* 穿着护理：不要让宝宝穿得太

## &lt;&lt;专家教你1岁宝宝怎么带&gt;&gt;

厚 / 清洁护理：给宝宝理发需注意 保健免疫：为宝宝撑起健康保护伞 \* 注射百白破三联疫苗 / 接种疫苗后的反应与处理 \* 做好体检前的准备 / 进行全面身体检查 疾病防治：3个月宝宝常见疾病的预防与治疗 \* 呕吐 / 腹泻 \* 脓疱病 你快乐，所以我快乐：无处不在的亲子互动 \* 按摩抚触：增加母子间的情感交流 \* 相互模仿：妈妈宝宝的早期交流方式 每天进步一点点：全面的能力培养与训练 \* 运动能力训练：发展头部动作的灵活性 / 精细动作能力训练：让宝宝看、玩自己的 小手 / 触觉能力训练：刺激宝宝的手心和脚心 \* 视觉能力训练：对宝宝进行适当的视觉刺激 预防意外：让宝宝时时刻刻都安全 \* 预防宝宝猝死 \* 宝宝呛奶或溢奶 \* 小心食物烫伤 / 注意宝宝外出时的安全 \* 防止宝宝被蚊虫叮咬 育儿Q&A自说自话的小宝宝：3~4个月宝宝 成长备忘录：4个月宝宝的发育状况 \* 宝宝身体发育水平 \* 宝宝动作发育水平 / 宝宝语言发育水平 / 宝宝感觉发育水平 / 宝宝情绪反应水平 \* 宝宝心智发育水平 / 宝宝发育测评 宝宝加油站：饮食营养全攻略 \* 发现母乳不足的迹象 / 人工喂养的宝宝要控制食量 \* 牛奶和钙粉不要一起喂 / 需要添加辅食的信号 / 添加辅食要循序渐进给宝宝添加辅食的注意事项 悉心呵护，点滴关爱：无微不至的生活护理 \* 睡眠护理：给宝宝选择合适的睡袋 \* 清洁护理：学会给宝宝剪指甲 \* 穿着护理：给宝宝穿易于活动和穿脱的衣服 \* 外出护理：带宝宝外出要做好准备工作 保健免疫：为宝宝撑起健康保护伞 \* 宝宝患病了如何接种 / 药物对接种疫苗的效果有影响 / 接种疫苗后发热怎么办 疾病防治：4个月宝宝常见疾病的预防与治疗 \* 便秘 / 佝偻病 \* 肛裂 / 心脏杂音 你快乐，所以我快乐：无处不在的亲子互动 \* 适度满足宝宝的依恋心理 \* 被动操增进母子感情 每天进步一点点：全面的能力培养与训练 \* 运动能力训练：让宝宝学会抬头、侧翻、抓握 \* 语言能力训练：对宝宝说话 预防意外：让宝宝时时刻刻都安全 \* 防止玩具弄伤宝宝 / 防止宝宝坠床 \* 不要过分逗宝宝笑 \* 推宝宝车上路的安全提醒 育儿Q&A翻来覆去的小淘气：4~5个月宝宝 成长备忘录：5个月宝宝的发育状况 \* 宝宝身体发育水平 \* 宝宝动作发育水平 \* 宝宝语言发育水平 / 宝宝感觉发育水平 / 宝宝心智发育水平 / 宝宝发育测评 宝宝加油站：饮食营养全攻略 \* 添加辅食应符合宝宝的实际需要 \* 宝宝辅食的营养标准 / 宝宝辅食的种类 \* 辅食的喂养方法 \* 宝宝吃蛋黄能补铁 / 宝宝辅食的制作方法 \* 喂养5个月宝宝的注意事项 悉心呵护，点滴关爱：无微不至的生活护理 \* 睡眠护理：给宝宝选择合适的枕头 \* 清洁护理：正确应对宝宝的口水 \* 排泄护理：晚上换尿布不要太勤 / 穿着护理：该给宝宝换服装了 保健免疫：为宝宝撑起健康保护伞 \* 百白破疫苗接种全完成 / 给宝宝用药要小心 疾病防治：5个月宝宝常见疾病的预防与治疗 \* 发烧 \* 脂溢性皮炎 / 中耳炎 你快乐，所以我快乐：无处不在的亲子互动 \* 帮宝宝度过认生期 / 和宝宝在水中一起游戏 每天进步一点点：全面的能力培养与训练 \* 运动能力训练：让宝宝尽早学会翻身 \* 视觉反应能力训练：锻炼宝宝对光刺激的反应 / 视觉记忆能力训练：让宝宝分辨颜色 预防意外：让宝宝时时刻刻都安全 \* 日常护理谨防事故 / 防止宝宝摔伤 \* 防止宝宝吞食异物 / 注意宝宝服装的安全 \* 避免宝宝洗澡时出现意外 / 注重婴儿车的安全 育儿Q&A宝宝“发芽”了：5~6个月宝宝 成长备忘录：6个月宝宝的发育状况 \* 宝宝身体发育水平 \* 宝宝动作发育水平 / 宝宝语言发育水平 \* 宝宝情绪反应水平 / 宝宝心智发育水平 \* 宝宝发育测评 宝宝加油站：饮食营养全攻略 \* 宝宝的饮食每天要有五大类 / 添加辅食不要影响母乳喂养 \* 及时更换辅食品种 / 辅食莫以米面为主 / 警惕宝宝食物过敏 / 辅食不要太咸 \* 给宝宝吃肉类食品 悉心呵护，点滴关爱：无微不至的生活护理 \* 睡眠护理：防止宝宝踢被子 \* 清洁护理：做好宝宝牙齿和口腔的清洁工作 \* 排泄护理：不要把精力用在宝宝排便上 / 穿着护理：给宝宝准备合适的鞋 保健免疫：为宝宝撑起健康保护伞 \* 流感疫苗 / 乙脑疫苗 \* 脑脊髓炎疫苗 疾病防治：6个月宝宝常见疾病的预防与治疗 \* 哮喘 / 婴儿玫瑰疹 \* 哮喘 / 鼻充血 你快乐，所以我快乐：无处不在的亲子互动 \* 让宝宝随时听见妈妈的声音 / 对宝宝的体态语言要及时回馈 每天进步一点点：全面的能力培养与训练 \* 运动能力训练：坐姿训练 \* 身体灵活能力训练：追光 / 语言能力训练：多说话 \* 生活能力训练：培养宝宝的睡眠和饮食习惯 / 选择有利于发展宝宝能力的玩具 预防意外：让宝宝时时刻刻都安全 \* 防止宝宝吞食小物品 / 宝宝的脑袋怕摇晃 / 宝宝的肚皮怕受凉 \* 宝宝进食时怕呛着 / 不要给宝宝掏挖耳朵 育儿Q&A表情丰富的小可爱：6~7个月宝宝 成长备忘录：7个月宝宝的发育状况 \* 宝宝身体发育水平 \* 宝宝动作发育水平 \* 宝宝语言发育水平 / 宝宝感觉发育



<<专家教你1岁宝宝怎么带>>

水平 / 宝宝发育测评 宝宝加油站：饮食营养全攻略 \* 给宝宝断奶要逐步过渡 \* 顺利断奶的方法 / 走出断奶的误区 \* 断奶后的辅食添加 \* 断奶食品的保存期限 / 断奶时怎样给妈妈回奶 \* 喂养不当易使宝宝出现营养性贫血 \* 让宝宝正确摄入脂肪 \* 宝宝的食品要注重营养 / 不要让宝宝吃得过多 悉心呵护，点滴关爱：无微不至的生活护理 \* 口腔护理：保护宝宝的乳牙 \* 清洁护理：正确给宝宝使用爽身粉 / 排便护理：警惕宝宝大便干燥 \* 身体护理：让宝宝呼吸通畅 保健免疫：为宝宝撑起健康保护伞 \* 提高宝宝的抵抗力 / 进行乳牙健康检查 疾病防治：7个月宝宝常见疾病的预防与治疗 \* 感冒 你快乐，所以我快乐：无处不在的亲子互动 \* 了解宝宝要求妈妈抱的身体语言 / 陪宝宝一起看电视 每天进步一点点：全面的能力培养与训练 \* 运动能力训练：锻炼宝宝的肢体动作 \* 精细动作训练：让宝宝学会手指之间的配合 / 协调能力训练：锻炼宝宝双手的协调能力 / 感知觉能力训练：激发宝宝对音乐的兴趣 \* 听觉能力训练：教宝宝认识声音的起因 / 语言能力训练：将词语和动作联系在一起 / 自我意识训练：让宝宝认识身体的部位 预防意外：让宝宝时时刻刻都安全 \* 定期检查婴儿车的安全性 / 不宜长时间坐在婴儿车里 / 照相时不要用闪光灯 育儿Q&A匍匐前进的“小战士”：7~8个月宝宝 成长备忘录：8个月宝宝的发育状况 \* 宝宝身体发育水平 \* 宝宝动作发育水平 / 宝宝语言发育水平 \* 宝宝感觉发育水平 / 宝宝心智发育水平 / 宝宝发育测评 宝宝加油站：饮食营养全攻略 \* 本月辅食的添加方法 / 宝宝不能只吃母乳 \* 宝宝的辅食要多样化 / 泥糊状食品的添加 \* 让宝宝尝试固体食物 \* 给宝宝喂蔬菜 / 给宝宝固定的餐位和餐具 \* 训练宝宝的咀嚼能力 悉心呵护，点滴关爱：无微不至的生活护理 \* 睡眠护理：引导宝宝要早睡早起 / 排泄护理：让宝宝使用便盆应注意 \* 穿着护理：给宝宝穿衣服应小心 / 生活护理：给宝宝一个好的活动空间 保健免疫：为宝宝撑起健康保护伞 \* 麻疹疫苗 / 避免他人随意亲吻宝宝 疾病防治：8个月宝宝常见疾病的预防与治疗 \* 婴幼儿结膜炎 \* 疱疹性口炎 / 地图舌 / 缺铁性贫血 你快乐，所以我快乐：无处不在的亲子互动 \* 避免宝宝产生恐惧感 / 不要让宝宝感觉被抛弃 每天进步一点点：全面的能力培养与训练 \* 运动能力训练：快乐爬行 / 手眼协调能力训练：小活动 预防意外：让宝宝时时刻刻都安全 \* 不要这样逗弄宝宝 \* 不要使用空气清新剂 / 防止宝宝被宠物弄伤 育儿Q&A“喜新厌旧”的小宝宝：8~9个月宝宝 成长备忘录：9个月宝宝的发育状况 \* 宝宝身体发育水平 \* 宝宝动作发育水平 / 宝宝语言发育水平 / 宝宝感觉发育水平 \* 宝宝心智发育水平 / 宝宝发育测评 宝宝加油站：饮食营养全攻略 \* 9个月宝宝的喂养要点 \* 添加辅食的五项注意 / 和大人一起吃饭的注意事项 \* 怎样给宝宝吃水果 \* 宝宝偏食怎么办 / 宝宝生病了怎么吃 悉心呵护，点滴关爱：无微不至的生活护理 \* 睡眠护理：不要怕宝宝睡前哭闹 / 排泄护理：关注宝宝的“屁” \* 清洁护理：洗头洗脚 保健免疫：为宝宝撑起健康保护伞 \* 接种流行性腮腺炎疫苗 / 按摩提高宝宝的免疫力 疾病防治：9个月宝宝常见疾病的预防与治疗 \* 痰多咳嗽 \* 及早发现宝宝隐睾 你快乐，所以我快乐：无处不在的亲子互动 \* 把握宝宝的气质类型 / 带宝宝走进大自然 每天进步一点点：全面的能力培养与训练 \* 运动能力训练：加强宝宝肢体动作的锻炼 \* 认知能力训练：全面开发宝宝的感知觉 预防意外：让宝宝时时刻刻都安全 \* 检查宝宝的玩具 / 收藏家中的危险物品 \* 检查阳台护栏 育儿Q&A迎接生命的转折点：9~10个月宝宝 成长备忘录：10个月宝宝的发育状况 \* 宝宝身体发育水平 \* 宝宝动作发育水平 / 宝宝语言发育水平 \* 宝宝情绪反应水平 / 宝宝心智发育水平 / 宝宝发育测评 宝宝加油站：饮食营养全攻略 \* 10个月宝宝的喂养要点 \* 每天可喂三次辅食 / 宝宝吃水果的禁忌 \* 不同体质宝宝饮食 悉心呵护，点滴关爱：无微不至的生活护理 \* 睡眠护理：注意观察宝宝的睡眠状态 \* 清洁护理：宝宝长痱子怎么办 \* 身体护理：呵护宝宝的生殖器官 \* 穿着护理：及时检查宝宝鞋的合脚情况 保健免疫：为宝宝撑起健康保护伞 \* 别让宝宝形成“八字脚” / 减少宝宝磨牙的机会 / 秋季不要常带宝宝去医院 疾病防治：10个月宝宝常见疾病的预防与治疗 \* 高热惊厥 \* 癫痫 你快乐，所以我快乐：无处不在的亲子互动 \* 运用语言与宝宝交流互动 / 让宝宝体验成功与快乐 每天进步一点点：全面的能力培养与训练 \* 运动能力训练：帮助宝宝学迈步 \* 音乐节奏感训练：多让宝宝“闻歌起舞” 预防意外：让宝宝时时刻刻都安全 \* 注意宝宝爬行时的安全 \* 防止宝宝被烫伤 育儿Q&A迈出人生第一步：10~11个月宝宝 成长备忘录：11个月宝宝的发育状况 \* 宝宝身体发育水平 \* 宝宝动作发育水平 / 宝宝语言发育水平 / 宝宝情绪反应水平 \* 宝宝心智发

<<专家教你1岁宝宝怎么带>>

育水平 / 宝宝发育测评 宝宝加油站：饮食营养全攻略 \* 11个月宝宝的喂养要点 \* 如何给宝宝吃鱼 / 胖宝宝和瘦宝宝的营养菜单 悉心呵护，点滴关爱：无微不至的生活护理 \* 睡眠护理：宝宝不肯睡觉莫急躁 / 穿着护理：给宝宝穿衣服要有耐心 \* 外出护理：带宝宝外出的注意事项 保健免疫：为宝宝撑起健康保护伞 \* 预防疾病传播的方法 / 宝宝拒绝服药怎么办 疾病防治：11个月宝宝常见疾病的预防与治疗 \* 奶瓶性龋齿 / 消化不良 \* 梨形虫病 / 感染蛲虫 \* 小儿麦粒肿 你快乐，所以我快乐：无处不在的亲子互动 \* 及时回应宝宝的呼唤 / 用笑容和宝宝交流 每天进步一点点：全面的能力培养与训练 \* 运动能力训练：教宝宝学走路 \* 感知觉训练：让宝宝学搭积木 / 认知能力训练：开始给宝宝看图画书 / 学习能力训练：尝试教宝宝识字 \* 语言能力训练：帮助宝宝发展语言的回应技巧 预防意外：让宝宝时时刻刻都安全 \* 宝宝学步摔伤后的处理 \* 宝宝溺水的处理 \* 宝宝喉咙被卡住怎么办 育儿Q&A 健康快乐的周岁宝宝：11~12个月宝宝 成长备忘录：12个月宝宝的发育状况 \* 宝宝身体发育水平 \* 宝宝动作发育水平 \* 宝宝语言发育水平 / 宝宝情绪反应水平 / 宝宝发育测评 宝宝加油站：饮食营养全攻略 \* 12个月宝宝的喂养要点 / 注重规律的饮食习惯 悉心呵护，点滴关爱：无微不至的生活护理 \* 睡眠护理：适应宝宝白天睡眠时间的变化 / 清洁护理：开始让宝宝自己刷牙 \* 生活护理：不要让宝宝长时间看电视 保健免疫：为宝宝撑起健康保护伞 \* 甲肝疫苗 / 水痘疫苗 \* 麻腮风三联疫苗 疾病防治：12个月宝宝常见疾病的预防与治疗 \* 水痘 \* 手足口病 / 毛细支气管炎 \* 过敏性休克 / 厌食症 你快乐，所以我快乐：无处不在的亲子互动 \* 顾及宝宝的精神需要 / 帮助宝宝克服心理障碍 每天进步一点点：全面的能力培养与训练 \* 综合能力训练：让宝宝在游戏中成长 \* 生活能力训练：让宝宝自己吃东西 预防意外：让宝宝时时刻刻都安全 \* 放好家中的药物 / 注意家中的电源设备 \* 警惕厨房的安全隐患 育儿Q&A

## &lt;&lt;专家教你1岁宝宝怎么带&gt;&gt;

## 章节摘录

插图：对宝宝的喂养要合理：母乳喂养不是一件简单的事，并不是宝宝有奶吃就可以了，关键是要科学、合理。

妈妈可以观察宝宝的以下几个方面，从而验证自己的喂养是否科学。

〔观察宝宝的体重是否有规律地增加〕宝宝的体重在出生后的增加是有规律的，出生后12天内，即使吃奶正常，体重一般也不会升高，这是由于宝宝出生后胎粪的排出、全身水分的减少、吃得较少、消化功能尚差等原因造成的。

12天之后宝宝的体重会回升，一般出生后头3个月每天增重25~30克，4~6个月每天增重20~25克，7~12个月每天增重15克左右。

但必须说明，这个增加的体重是指平均数而言，不是天天如此，也不用天天去称。

一般满月时宝宝增重为100~500克，但有的宝宝往往超过这个数，头6个月每月可能会增重1千克。

体重增长与否是衡量宝宝进食量合理与否的标志之一，如果宝宝体重增长过于缓慢，那么可以断定宝宝未得到适当的喂养。

〔观察宝宝的大便是否正常〕吃母乳的宝宝在出生后40天内每天大便6次左右，同时体重增长良好，即属正常。

吃牛奶或奶粉的宝宝一般大便较干燥，一般人工喂养的宝宝大便易干结，颜色淡黄，呈块条状，有时可能会夹有不规则的黄白色“皂块”，气味较臭。

人工喂养的宝宝的大便正常与否和牛奶的调配往往有着密切关系：如果牛奶中的脂肪过多，宝宝的大便会增多，而且容易夹有不消化的奶瓣；如果奶中蛋白质过多、糖含量过少，大便易显干燥，或有奶块；如果糖分过多、蛋白质过少，大便就会发酸并过稀，且会夹有泡沫和气体。

牛奶过稀，宝宝易大便少小便多；牛奶过浓，宝宝易不消化，便中夹有奶瓣，妈妈要根据宝宝的大便情况判断牛奶的调配问题，随时作出调整。

天一次亦属正常，但若是便稀，体重不增，则应检查原因，看是否存在配制的奶制品不新鲜、有污染等问题。

〔观察宝宝的脸色和精神状态〕如果宝宝的脸色和气色都不好，精神状态也差，还经常哭闹，这就要考虑是否存在不正常的因素。

在正常情况下，宝宝的精神、情绪都会很好，吃得好，很少哭闹，睡得也好，觉醒后精神愉快，体重规律增长，这样就可以认为宝宝喂养得较好。

如果宝宝脸色过于苍白，要考虑是否缺微量元素，或营养不足，看适当增加奶量能否好转；如果宝宝气色精神不好，要当宝宝在这三方面出现异常时，往往是由于不合理的喂养方法所引起的。

例如：如果不按时喂宝宝或宝宝一哭就喂，而每次都没有喂饱，宝宝会由于喂奶次数频繁，胃肠道得不到休息而引起消化功能不正常，于是大便次数增多，而宝宝本身还常常处于饥饿状态，经常啼哭，影响了正常的睡眠。

有些妈妈为了安静，就把宝宝抱在怀里，拍着、摇着，企图能使宝宝入睡，这样即使宝宝睡着了，也不能持久。

日子一长，就会养成一种坏习惯，即不抱、不拍、不摇晃就不睡觉，这样既影响了妈妈的休息，宝宝摄入的奶也会减少。

考虑是否生病，如消化不良、食物性致泻等，最好到医院检查。

〔观察宝宝睡眠、啼哭和大便三者是否异常〕因此，必须从宝宝新生儿期开始，就根据其消化道的特点，耐心地为宝宝建立一定的生活秩序。

新生儿每2~3小时喂一次，每次喂15~20分钟，第二个月后逐渐地改为3~4小时喂一次，每次喂10~15分钟。

坚持按时给宝宝喂奶，让宝宝从小养成有规律的生活习惯，宝宝吃饱后就会安静入睡，大便良好，体重也能正常地增长。



## <<专家教你1岁宝宝怎么带>>

### 编辑推荐

《专家教你1岁宝宝怎么带》经过漫长的等待，宝宝终于降临，新手父母在感到欣喜的同时，面对这个“皱巴巴的小可爱”，常常感到很棘手。

本书根据婴儿生长发育特点和中国国内婴儿养护经验，详细讲述了孩子出生第一年内新手父母将会遇到的各种各样的养育问题，教新手父母读懂宝宝的身体语言，了解宝宝的生理心理需求，给宝宝最体贴的关怀、最细致的呵护！

本书内容广博精深，以月份为线索，根据每个月宝宝的发育特点，介绍全面的育儿知识：健康成长备忘录、科学喂养、无微不至的生活护理、常见病的预防与治疗、无处不在的亲子互动、全面的能力培养与训练……涉及儿科医学、婴儿心理学、早教学、行为发育学等新兴科学，其中讲述宝宝的发育特点和养护方式极具中国特色，是中国人自己的育儿经。

<<专家教你1岁宝宝怎么带>>

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>