

<<科学育儿百事通>>

图书基本信息

书名：<<科学育儿百事通>>

13位ISBN编号：9787536950139

10位ISBN编号：7536950136

出版时间：2011-5

出版单位：陕西科技

作者：范秀华

页数：365

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>

## <<科学育儿百事通>>

### 内容概要

《科学育儿百事通（最新双色版）》立足于0~3岁宝宝的饮食喂养、日常护理、常见疾病防治及智能开发，将父母们最关心的婴幼儿健康和早教问题囊括其中，为广大父母提供了可供借鉴的理念与方法，使宝宝能在父母无微不至的呵护下健康快乐地成长。

《科学育儿百事通（最新双色版）》由长期从事婴幼儿健康教育的医学专家范秀华编著。

书籍目录

上篇 0~1岁, 幸福哺育从第一声啼哭开始第一章 听到幸福花开的声音第一节 记录宝宝成长的刻度尺  
一、宝宝的发育指标 身高 头围 胸围 体重 阿氏评分 (Apgar) 二、宝宝神经心理发育特点 宝宝原始神经反射 宝宝的听觉 宝宝的触觉 宝宝的视觉 宝宝的语言 宝宝的动作 宝宝的心理 第二节 寻找最佳的喂养方式  
二、母乳的科学喂养 母乳喂养的益处 母乳喂养的要领 一次喂母乳的时间 哺乳后应做的事情 双胞胎的喂养 学习一点增奶方法和措施  
二、人工喂养的科学选择 不适宜母乳喂养的母亲 人工喂养的乳类选择 人工喂养要补充水分 记得给宝宝添加鱼肝油  
第三节 盘点宝宝护理小技巧  
一、宝宝的睡眠护理 给宝宝创造良好的睡眠环境 给宝宝选择合理的睡姿 宝宝夜间睡不踏实的原因 “夜哭郎”的防治 预防宝宝睡偏头 有高招  
二、宝宝日常衣、住、行 宝宝穿衣有学问 新生宝宝的服饰特点 给宝宝穿脱衣服的方法 如何为新生儿宝宝选择尿布 给新生儿宝宝清洗尿布的方法 给宝宝洗澡的步骤 给新生儿宝宝洗澡应注意的事项 给新生儿宝宝洗脸、洗手 新生宝宝的正确抱法与放法 抱新生宝宝的四个原则 适宜户外活动  
第四节 小心疾病带给宝宝自！  
一、宝宝逐月防疫计划 预防接种的安排 新生儿宝宝接种卡介苗 新生儿宝宝接种乙肝疫苗  
二、宝宝常见疾病的防治 新生儿宝宝脐炎、脐茸的防治 新生儿宝宝脐疝的处理方式 新生儿宝宝黄疸的预防与治疗 新生儿宝宝出现腹泻的防治 新生儿宝宝脱水热的防治 新生儿宝宝鼻塞的处理 新生儿宝宝结膜炎的防治 新生儿宝宝溢乳的解决措施  
第五节 打造聪明宝宝的亲子游戏  
一、宝宝能力培养训练 新生儿宝宝先天性反射种类与训练 感知觉训练的重要性 新生儿宝宝与外界的交流 选择适合新生宝宝的玩具  
二、亲子游戏进行时 和宝宝讲话 给宝宝听音乐 做鬼脸 游戏 摇摇拨浪鼓 看红色的球 看玩具 转头 抓手指  
第二章 微笑中的成长记忆 第一节 记录宝宝成长的刻  
一、宝宝的发育指标 身高 头围 胸围 体重  
二、宝宝神经心理发育特点 宝宝的听觉……下篇  
1~3岁, 培养一个完美的宝宝

章节摘录

版权页：插图：边看电视边吃饭不好宝宝已经能够自己拿勺吃饭了，坐在儿童专用餐椅里，和爸爸妈妈一同进餐，其乐融融。

很多家庭喜欢边看电视边吃饭，这样的进餐方式，不利于营造一个整体的进餐气氛；分散宝宝吃饭的注意力，影响食欲，还影响消化功能。

进餐时胃肠道需要增加血液供应，但宝宝看电视，把注意力集中在电视上，大脑也需要增加血流量。

血液供应首先是保证大脑，然后才是胃肠道，在缺乏血液供应的情况下，胃功能就会受到伤害。

宝宝不宜多吃豆制品豆浆、豆腐脑是家长经常为宝宝准备的饮食，而且在家长们中间普遍流传豆制品不怕多就怕少吃的观念。

然而营养学专家认为，宝宝的最佳饮食原则是“平衡膳食，合理营养”。

经研究发现，大豆中含有皂角苷，它不仅能降低胆固醇，而且还会将人体的微量元素碘带出体外。

长期大量食用豆制品会造成体内缺碘，影响宝宝的生长发育，造成智力下降，产生呆小症。

此外，经常过多地食用豆制品会造成血液中的钙的含量过高，阻碍人体对锌的吸收和利用，引起锌含量的相对不足。

而人体缺锌会导致食欲减退、发育迟缓等。

因此，宝宝不宜过多食用豆制品。

睡前不要给宝宝零食吃宝宝进入这一阶段，辅食已成为他主要的营养来源，许多妈妈都担心宝宝吃不饱，十白夜里饿，睡不踏实，于是喜欢让宝宝睡觉前吃些东西。

本意是为宝宝的健康着想，殊不知，这是一个非常不好的习惯，因为人在睡眠前大脑已经处于疲劳状态，胃肠道的消化酶分泌减少。

如果宝宝在睡前吃太多东西容易发生消化不良，这样会影响睡眠。

<<科学育儿百事通>>

编辑推荐

《科学育儿百事通(最新双色版)》：妇幼专家倾情奉献，最实用的优生优育方案。  
父母的精心准备，可影响宝宝的一生。  
宝宝成长刻度尺，日常护理小技巧，最佳的喂养方式，亲子游戏进行时。

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>