第一图书网, tushu007.com

# <<婴幼儿护理大全>>

## 图书基本信息

书名：<<婴幼儿护理大全>>

13位ISBN编号：9787538545173

10位ISBN编号：7538545174

出版时间：2010-10

出版时间：北方妇女儿童出版社

作者：米里亚姆·斯多帕德

页数：352

译者：黄妙瑜,陈可

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

第一图书网, tushu007.com


## 前言

前言　　作者：蜜莉恩?斯托帕得（Dr.MiriamStoppard）　　目前，市场上的育儿书籍数不胜数。
我研究这一领域已经近30年，但是仍然感觉即使是市面上最好的育儿书籍也存在不足之处：比如很少有育儿书籍涉及孩子3到5岁这一阶段。
我还发现大部分的书籍，包括我以前出版的书籍，都忽略了那些身患残疾或有慢性疾病的婴儿以及妈妈的需要，这些妈妈也因此觉得自己的孩子没有得到足够的重视和关注。
在这些育儿书籍中，父亲的角色仍然被忽视，而且也很少谈及新生儿的降临给家庭带来的影响。
随着越来越多的父母都外出工作，如何为宝宝选择合适的育儿环境就成为了一个普遍存在的难题。
　　在我的前几本书中有很多重要内容都没有很详细地展开，比如耳积水、脑积水等疾病的治疗问题，以及如何照顾双胞胎以及婴幼儿急救护理，等等。
最重要的是出于多方面的限制，我无法详述幼儿生理、心理和社交等方面的发展与技能习得之间的关系。
但对父母而言，这些都是非常重要的问题。
举个例子来说，只有当神经和肌肉发育成熟后，孩子才能学会控制大小便，如果没有这层知识，父母很可能就会按照已经过时的方法强迫孩子进行“如厕训练”。
　　这本书让我有机会填补这些空白，更详细地阐述孩子在入学前两年应注意的问题。
3岁的孩子进入托儿所或学前班后，在很多方面会有很大的进步。
家长需要给予他足够的耐心、理解和支持，才能让孩子完全发挥潜能——毕竟这也是孩子与生俱来的权利。
　　这本书除了介绍婴幼儿在日常生活中应注意的问题，还包括教孩子学习一些技能，家长所扮演的“老师”的角色，以及我一直想写的男女婴在成长方面的差异，以便给家长提供更明确的指导，让他们学会如何按照男女婴各自的特质来照顾自己的孩子。
　　在近30年的育儿写作中，我一直都致力于增强家长的自主性和自信心，让他们随时能够按照正确的直觉处理日常护理中出现的问题。
在这本新书里，我的目标仍未改变，同时我还借此机会更新了部分信息，书中也囊括了很多最新的育儿建议和研究调查。
尽管这本书可能仍有不足，但这已与我心目中最完美的育儿书籍相差无几。

第一图书网, tushu007.com

# <<婴幼儿护理大全>>

## 内容概要

《婴幼儿护理大全》内容简介：米里亚姆·斯多帕德博士的这本书是一部全面而最新的指导，提供了0-5岁幼儿健康日常护理方面实用而安全的建议。
生命中的0-5岁：《婴幼儿护理全书》对孩子的护理和成长来说提供了具有决定性意义的指导，它配以丰富的实拍图片，能够指导父母进行基本的日常护理，并适用于各个年龄阶层的孩子，包括刚出生的婴儿、稍微成熟的婴儿、初学走路的孩子，以及学龄前的孩子。
来自父母专家的私人建议：　　这本书从如何给婴儿洗澡到选择学前班提供了深入的全面指导，同时，还给父母们在日常护理方面提供了众多的建议。
斯多帕德博士解释了婴儿的成长与获得技能之间的关系，还重点强调了父母的示范作用，指出父母是孩子最好的老师。
这本书详细地介绍了孩子的疾病和急救方面的知识，并通过真实的案例提供多个话题的深入分析，如单亲父母养育孩子的问题，多个孩子之间的竞争问题。
这本书信息丰富，提供了每个父母都会面临的问题的答案：什么时候是给孩子断奶的最佳时期？
孩子几岁的时候应该开始学习走路？
父母如何帮助孩子表达自己的想法？
《婴幼儿护理大全》适用于：准父母，初为父母，并适用于各个年龄阶层的孩子，包括刚出生的婴儿、稍微成熟的婴儿、初学走路的孩子，以及学龄前的孩子。

第一图书网, tushu007.com

# <<婴幼儿护理大全>>

## 作者简介

米里亚姆·斯多帕德 每个妈妈都信赖的全球孕产育儿专家，英国DK出版社旗下首席明星作者，作品全球累计畅销2000万册，《每日镜报》热门专栏作者，全英最大浏览量健康咨询博客，2010年荣获大英帝国皇家荣誉勋章。

◆米里亚姆·斯多帕德，1937年生，1963年毕业于英国国王学院医学系，曾供职于皇家维多利亚医院，并长期担任药业巨头（兴泰克斯）Syntex公司的研发总监。

现任英国皇家医学院会员的斯多帕德是英国最著名最受欢迎的女性与儿童健康专家。

◆米里亚姆·斯多帕德从70年代开始就在英国电视台主持健康类的专题电视节目，之后又长期在英国《每日镜报》开辟健康专栏。

斯多帕德关于女性与儿童健康方面的著作多达50余种，被翻译成42种语言。

其中在英国DK出版社出版的《受孕怀孕与分娩》、《婴幼儿护理大全》、《第一次为人父母的育儿经》等著作已成为英美国家从专家到大众人人皆知的经典畅销书。

总销量超过2000万本。

◆除此之外，斯多帕德还在《每日镜报》网站上开设了个人博客，现在她的博客日点击量已经超过60万，成为英国最热门的健康咨询博客。

2010年，因在大众健康和慈善领域的卓越贡献，米里亚姆.斯多帕德获得大英帝国皇家荣誉勋章。

◆全世界的妈妈都信赖她！

◆“她是一位父母问题的专家，为读者提供丰富的、明智的和可行的建议。”

——英国《卫报》

◆“她是医学前沿各个领域的权威——尤其是在解决父母问题的领域”

——英国《每日电讯报》

◆“米里亚姆·斯多帕德博士是照顾婴儿的专家，全世界的妈妈都信赖她。”

——英国《新生儿》杂志

第一图书网, tushu007.com

# <<婴幼儿护理大全>>

## 书籍目录

第一章 你的新生命10 你的新宝宝12 案例分析：初为父母18 新生儿的行为20 新生儿的健康24 第二章 日常护理30 布置婴儿房32 喂食和营养（0-6个月）38 案例分析：早产儿的食物喂养48 案例分析：素食断奶58 喂食和营养（6-18个月）60 喂食和营养（18个月-3岁）66 喂食和营养（3-5岁）72 抱姿和安抚（0-6个月）74 抱姿和安抚（6-18个月）78 抱姿和安抚（18个月-3岁）80 穿衣着装（0-6个月）82 穿衣着装（6-18个月）86 穿衣（18个月-3岁）88 洗澡和卫生（0-6个月）90 洗澡和卫生（6-18个月）96 洗澡和卫生（18个月-3岁）98 洗澡和卫生（3-5岁）100 肠道和膀胱（0-6个月）104 肠道和膀胱（6-18个月）112 肠道和膀胱（18个月-3岁）114 肠道和膀胱（3-5岁）116 案例分析：同胞争宠118 睡觉和清醒（0-6个月）120 睡觉和清醒（6-18个月）124 睡觉和清醒（18个月-3岁）126 愉快的就寝时光（3-5岁）127 案例分析：从婴儿床到大床128 哭闹和安抚（0-6个月）130 哭闹和安抚（6-18个月）134 哭闹和安抚（18个月-3岁）136 哭闹和安抚（3-5岁）138 旅游和外出140 第三章 玩耍和成长148 关于成长的一切150 促进发育 运动能力（0-6个月） 案例分析：婴儿松弛综合症 运动能力（6-18个月） 运动能力（18个月-3岁） 运动能力（3-5岁） 肢体控制（新生儿） 肢体控制（稍大的婴儿） 肢体控制（幼儿） 肢体控制（学龄前儿童） 牙齿 视力 听力 心智发展 心智发展（新生儿） 心智发展（稍大的婴儿） 心智发展（幼儿） 心智发展（学龄前儿童） 语言能力（新生儿） 语言能力（稍大的婴儿） 社会行为 社会行为（新生儿） 社会行为（稍大的婴儿） 社会行为（幼儿） 社会行为（学龄前儿童） 早期教育 第四章 家庭生活 建立新家庭 案例分析：单亲父母 计划您的生活 分居与离婚 多胞胎 第五章 特殊需要 特殊的孩子 慢性疾病

第一图书网, tushu007.com


## 章节摘录

头部　　婴儿的头颅由四块尚未融合的头骨组成，因此这些颅骨可以相互运动，特别是在分娩的时候，宝宝的头颅会受到阴道壁的挤压，而这四块可以相互滑动的骨头能够保证婴儿顺利地穿过产道。
在这过程中宝宝的头颅可能会被拉长或是有些畸形。
但这是正常的现象，并不影响大脑的发育。
有些宝宝的头部可能还会出现淤血或肿胀，在几天或几个星期后便会逐渐消失。
在婴儿头顶有个柔软的部位，也就是颅骨尚未愈合的地方，称为囟门。
颅骨要到孩子两岁左右才会完全闭合，所以要特别注意不要挤压宝宝的囟门。
眼睛　　宝宝在出生时脑部会受到挤压，导致眼睛浮肿，可能无法立即睁眼。
挤压力同时还会破坏眼睛内的毛细血管，眼白处可能会出现一些三角形的红色小点。
这属于正常现象，无须治疗，几周后会自动消失。
有些宝宝的眼睛会出现黄色的分泌物，成为“黏眼”。
虽然这种情况十分常见，但如果持续了一天左右，则需要就诊，因为这极有可能引起如耳部感染等其他病症的发生。
宝宝可以看清的距离只有20至25厘米远，如果看更远的距离，他的眼睛则无法同时对焦，极容易形成斜眼或内斜视眼。
但随着眼部肌肉的不断增强（通常一个月左右），宝宝便能逐渐看清东西，斜眼的状况也会自然消失。
如果两个月大的时候，你的宝宝还是斜视（见289页），则需要求医问诊了。
起初你会发现宝宝很难睁眼，但千万不要强迫他睁眼。
我发现让宝宝睁眼的最好办法就是将他高举过头顶。
大多数新生儿，不管是什么人种，眼睛都是蓝色的。
而在出生以后，宝宝自身开始产生黑色素，眼睛的颜色才会慢慢开始变化。
早产儿的特别需要　　和足月出生的婴儿相比，早产儿需要喂奶的次数更多，因为他的热量消耗得更快。
如果你把早产儿想象成一只蜂鸟，就不难理解为何需要多次喂奶了：蜂鸟必须不断地进食以补充新陈代谢消耗的能量，这样才能维持正常的体温。
婴儿的身体越小，他所需喂奶的次数越多，而睡觉的时间也越少（见24页）。
对于早产儿来说，在母体子宫以外的环境生存是一项巨大的挑战。
同时，由于早产儿长期待在育婴器里，缺少外界的刺激，因此除去进食以外，大部分时间他都在睡觉。
乳房的护理　　乳房和乳头的日常清洁工作十分重要。
每日应用清水轻轻拍打干净。
不要使用肥皂，因为肥皂会洗掉皮肤油脂，造成乳头酸痛和皲裂。
每次喂奶结束后轻轻擦干乳头。
尽量随时穿戴胸罩，因为你的乳房需要足够的支撑。
乳头疼痛时可涂一些乳液。
每次喂奶后记得涂上一些软膏，如凡士林。
一旦乳汁分泌固定，乳汁很可能会自动流出。
你可以在胸罩里面放入乳垫或手帕以吸收漏出的乳汁。
自带容器的护乳罩可以保持乳头干燥，并收集渗漏的乳汁。
乳汁可保存在冰箱里。
护乳罩下次使用之前应先清洗消毒干净。
第一次固体进食　　事先准备好少量的固体食物，再让宝宝按平时位置坐好。
虽然宝宝已经能够吸收固体食物的热量，他还是会偏爱奶水。

第一图书网, tushu007.com


开始时先喂宝宝一些母乳或奶水，但分量是平时的一半，然后再喂他1到2勺的固体食物。
喂食固体最好在午餐时进行，因为那时宝宝不会饥肠辘辘，并且比较清醒，愿意合作。
　　不要强迫宝宝吃过多的食物。
当他进食固体后，再给喂他剩余部分的奶水。
一旦宝宝习惯固体食物后，他会很愿意先吃固体食物。
宝宝进食固体后就需要喝一些水或奶水。
在喂食中或喂食后可给宝宝喝15毫升的水。
不要给宝宝喝甜饮，这会损坏他的牙齿。
一天中宝宝喝水量不要超过120毫升，因为奶水仍然是主要的营养来源。
牙医还建议在出生后头几个月不要给宝宝喝果汁。
　　黏人的小孩　　稍大的孩子有时仍喜欢坐在你的大腿上玩耍。
当孩子身处陌生的环境，尤其是有陌生人在场时，他也许还会想让你抱着他吃饭。
如果无伤大雅的话不妨将就他一次，你会发现短短几分钟的安慰能帮助他日后更从容地面对任何情况。
　　就寝时间是你表现关爱的好机会。
在我看来，孩子一定需要父母先哄哄，才会乖乖去睡觉。
你的爱抚可以带给孩子一种安全感，让他感觉到你是在乎他的。
当孩子难过、焦虑、迷惑或害怕的时候，你更应该守在他身边让他安心。
　　对黑暗的恐惧　　随着孩子逐渐长大，他的想象力也越来越丰富，很容易将阴影想象成其他恐怖的东西。
孩子对黑暗的恐惧是完全正常的，即使是成年人也会有这种恐惧。
当孩子晚上睡觉时记得把夜灯打开，或在房外打开一盏光线微弱的灯，方便孩子上厕所或害怕时去你的房间。
（如果你打开夜灯，要确保光线照出的影子不是令人害怕的形状。
）切勿坚持关掉孩子房里的灯，也不要嘲弄他的恐惧。
这一阶段正是孩子逐渐成长并了解周围环境的过程，告诉孩子当他醒来害怕时可以去找你。
　　绞痛　　如果宝宝经常哭闹，而你又无法找出原因，则很可能是由绞痛引起。
绞痛常发生于傍晚或晚上，但也可能在任何时间发生。
因绞痛而发出的哭声非常密集且尖锐，有时可能持续数小时之久，一般的处理办法无法让宝宝平静下来。
绞痛时，宝宝的脸会变红，腿部弯曲至腹部，拳头握紧。
绞痛并不是由于疼痛而引起的。
　　宝宝3到4个月大的时候，不需要任何的治疗，绞痛一般都能自行缓解，很少会进一步恶化。
尽管如此，家长还是觉得婴儿绞痛十分麻烦。
绞痛的病因尚未明朗，通常发生在婴儿出生后的头3星期内。
事实证明患绞痛的宝宝很健康，生长发育也很正常。
　　很多原因均可能引起绞痛，比如喂食过多或喂食不足、肠道不适、抱得过多或抱得过少、消化不良或紧张。
　　紧张被认为最有可能导致绞痛。
晚上的时候，你总是忙于给宝宝洗澡、准备晚餐、哄他睡觉。
这种忙碌的状态和紧张的情绪很可能也影响到了宝宝，进而伴随着每天哭闹时段一并发作。
　　12周大之前，宝宝极有可能在夜间大哭不已，我反对家长使用任何药物止住宝宝哭闹。
当然你应该试着安抚他，但不要期望他会立刻有所回应。
试着用另一种观点看待这个问题：这些哭闹在晚上才会发生，而且只会持续3个月，好日子已经离你不远了。
　　游戏的重要性　　孩子的发展主要以游戏为中心，而这也是最自然的学习方法。
在以前，游戏被认为是一种空洞无意义的活动，仅仅是孩子无聊时用来消磨时间的工具。

第一图书网, tushu007.com


在最近20年里，游戏对于儿童发展的重要性才逐渐得到认可。
现在普遍都认为游戏是孩子学习技能的重要方式，特别是社交方面的技能。
孩子在游戏中可学习如何与同龄人建立人际关系，因而玩具在孩子发展的过程中扮演着举足轻重的角色。
　　在购买玩具时，应注重玩具的教育意义。
孩子在组装玩具、猜谜语、玩拼图以及匹配游戏中学到的基本技能为他今后学习阅读、写作和算术打下良好的基础。
最好的玩具是孩子愿意一玩再玩，并能激发其创造力的玩具。
正因如此，孩子可能觉得普通的家用物品比价格昂贵的玩具更有吸引力。
你应该和孩子一起分享游戏的乐趣，并不时鼓励他，增强你们之间的纽带，渐渐地他会将你看作知识和乐趣的给予者。
　　游戏的地方：为孩子专门开辟一个游戏小天地是再好不过了：比如开辟一个能让孩子画画、戏水或玩沙的地方。
不过只要做好安全措施，孩子可以在任何地方玩耍（见308到315页）。
厨房是一个理想的游戏区域，但前提是你要在厨房看着孩子。
你还可以设立一个专门放玩偶的区域，让所有的玩偶能在晚上“睡觉”，早餐时“起床”。
　　关爱与安全感　　新生儿最需要的就是家长的照顾和情感上的关爱。
如果宝宝在成长过程中受到足够的关爱，他长大以后会更开朗、更豁达。
小时候有足够安全感的孩子长大后不会过于苛求生活。
相反，如果宝宝小时候感觉自己被忽略，长大后就可能缺乏安全感，不愿意离家，对外界产生焦虑与恐惧。
　　为人父母，千万不要因为害怕宠坏宝宝而刻意避免表现自己对他的爱意。
虽然的确不应该让孩子“要什么有什么”，但更重要的是不要让宝宝感觉自己不讨人喜欢。
　　记住宝宝的视角与您视角的不同。
一些看似不太重要的细节，一个拥抱、一个亲吻，都是关爱的表现，是塑造宝宝个性的重要因素。
如果您只在心里爱他，却不表现出来，以为可以让宝宝养成坚强的个性，这其实是错误的想法，只会适得其反。
　　父母的关爱无论在身体上还是心理上都对宝宝有很大好处。
举例说，在母亲怀抱中的婴儿呼吸会更缓慢、稳定和畅顺，哭得更少，睡眠质量会更高。
这其实并不奇怪，因为温暖的怀抱会让他想起在妈妈子宫中的安全感。
拥抱也是表达您对宝宝关爱的最佳方式。
如果宝宝经常看到您和您的丈夫拥抱对方，他就会明白虽然家里偶尔有矛盾，你们还是深爱对方的。
　　虽然宝宝可以通过身体动作体会到您的爱，让他听到您对他的关心也是非常重要的。
蹒跚学步的婴孩尤其需要这一点。
这个年龄的宝宝往往可以告诉您他爱您了，他需要听到您也一样爱他。
不要羞于表达您对他的爱——这是你们能分享的最美好的东西。
　　产后性生活　　如果您在产后性欲没有降低，这是好事，应该尽情享受。
如果您感到身体能承受，就不用非得等到产后一个半月的身体检查，再进行性生活。
可是对于一些产妇而言，尤其是生孩子时进行了外阴切开术的妇女而言，则不应太快恢复性生活。
　　宝宝出生后，大部分父亲不会太急着恢复性生活，但是如果您的另一半开始着急，您可以让他摸摸手术留下的疤痕，这通常会让他为您感到心疼，弄明白和体谅您的感觉。
　　性欲减退是自然现象，不发生性行为是最可靠的避孕方法。
毕竟，许多新任妈妈都不想刚生完一个宝宝就发现自己又怀孕了。
　　但是也要让丈夫明白，您暂时不想恢复性生活的原因除了生理因素之外，还有心理因素，而他应该充分尊重您的选择。
　　摄取水分　　宝宝生病的时候，如发烧、腹泻、呕吐，都需要摄入大量水分，以防止脱水。
建议摄入的水分数量如下：如果是发烧，一天里，宝宝每公斤体重应该相应摄入100至150毫升水。

第一图书网, tushu007.com


也就是说一个9公斤的宝宝每天要摄入1升水。
　　在宝宝床边放一杯水，鼓励他多喝。
（清水和果汁是最好的选择）。
为了吸引宝宝多喝水，不妨使用可爱的卡通杯或弯弯曲曲的吸管。

第一图书网, tushu007.com


## 媒体关注与评论

◆英国《泰晤士报》《卫报》《每日电讯报》《怀孕与新生》杂志推荐购买　　◆《妈妈宝宝》《妈咪宝贝》《时尚育儿》《时尚健康》四大杂志权威推荐　　◆北京美中宜和妇儿医院、宝宝树网站、新浪亲子、腾讯育儿、网易亲子联袂专业推荐　　“《婴幼儿护理大全》揭示了父母对孩子养育的秘密……它将告知所有父母这些具有常识性的方法、使他们安心，并激励他们。”　　——英国《泰晤士报》　　“她是一位父母问题的专家，为读者提供丰富的、明智的和可行的建议。”　　——英国《卫报》　　“她是医学前沿各个领域的权威——尤其是在解决父母问题的领域”　　——英国《每日电讯报》　　“米里亚姆·斯多帕德博士是照顾婴儿的专家，全世界的妈妈都该信赖她！”　　——英国《怀孕与新生》杂志

第一图书网, tushu007.com

# <<婴幼儿护理大全>>

## 编辑推荐

《婴幼儿护理大全》：　◆世界生育领域首席明星专家，《每日镜报》热门专栏作家米丽娅姆博士经典金牌书系国内独家引进　◆英国DK出版社经典长销书，全球畅销15年，累计销量超过280万册　◆不仅要爱宝宝，还要了解宝宝　◆从宝宝第一口呼吸开始，关于0-5岁宝宝的一切　◆第一本0-5岁婴幼儿护理史上权威型“十万个为什么”　◆第一本将医理与实际结合的婴幼儿疾病防控的健康实用书　◆362幅实拍指导照片，实用，形象，指导性强　◆一本书解决0-5岁孩子的妈妈的所有问题，送给中国妈妈最好的礼物　◆英国《泰晤士报》《卫报》《每日电讯报》《怀孕与新生》杂志推荐购买　◆《妈妈宝宝》《妈咪宝贝》《时尚育儿》《时尚健康》四大杂志权威推荐　◆北京美中宜和妇儿医院、宝宝树网站、新浪亲子、腾讯育儿、网易亲子联袂专业推荐

第一图书网, tushu007.com



## 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