

<<听懂宝宝>>

图书基本信息

书名：<<听懂宝宝>>

13位ISBN编号：9787539947945

10位ISBN编号：7539947942

出版时间：2011-11

出版时间：江苏文艺

作者：杨巍

页数：236

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>

## &lt;&lt;听懂宝宝&gt;&gt;

## 前言

我学的是教育学，也一直在教孩子，但是当我有了自己的孩子以后，我惊异地发现，刚出生的小宝宝完全不同于我所学所教的对象。

这个阶段的孩子，如此与众不同。

他们似乎沉浸在自己的世界里，不会说话，无法用语言清晰表达自己的愿望、不满或者其他的情绪。

身为教育工作者的我，此刻发现自己非常需要学习，然后才感觉慢慢进入了婴儿神秘而单纯的世界。

在带儿子的这一年多的时间以来，他从零岁开始成长，我似乎也从啥也不懂变得可以给别的妈妈偶尔指点一二。

然而源于此的自豪感还远远不及当我看着儿子健康成长时涌出的幸福感。

很多年轻妈妈一听到孩子哭就手忙脚乱，宝宝不吃奶、不睡觉，可怕的哭声似乎无时不休。

其实他为什么哭不重要，最重要的是你听懂他为什么哭，对症下药不就没问题喽！

看着宝宝因为感冒而难受，看着宝宝耳朵流出不明脓液，看着宝宝背气而满脸通红，着急吧？

心疼吧？

这些都没有用，最重要的是你听懂他的不安源于哪里，知道他到底怎么了。

曾经的我也是别人眼中想当然不会照顾宝宝的80后，我也经历过茫然揣摩这个阶段，想他在哭什么，想他为什么不喜欢吃奶了，想他为什么还吐奶，想他怎么老是出汗。

经过请教朋友、医生，上网看书查询知识，我明白了：他哭，不代表和大人一样是伤心，而可能是饿了，害怕了，生病了。

当你仔细观察，你会进一步发现，不同的哭声代表的是不同的意思：如果宝宝的哭声高亢、冗长，说明宝宝尿湿了，身体不舒服，这时妈妈就该给宝宝换尿布了；如果宝宝哭声响亮，头不时左右转动，口唇有吸吮的动作，双脚紧蹬，有的时候还会抱着拳头啃，这就说明宝宝饿了，这时妈妈就应该给宝宝喂奶了；如果宝宝的哭声比较低，吭吭唧唧，断断续续，给人的感觉是似乎眼泪都没有，而且宝宝一边哭着，一边还不停地四处张望，似乎是在寻找着什么，这就说明宝宝想要找人抱，需要妈妈的陪伴了；如果宝宝的哭声与平日不同，哭声持续的时间特别长，而且宝宝的哭声听起来十分痛苦难受。这时，家长就要注意了，很可能是宝宝身体不舒服，生病了，需要家长带着宝宝及时地去医院看医生。

宝宝会呕吐或呛奶，是因为我不正确的喂奶姿势、奶量过大过急；宝宝出汗，可能和缺钙有关；小宝宝也会便秘，但是可不能随便吃药，多给他喝水按摩是很有好处的……咿咿呀呀中，宝宝向我传达着他饿了，他难受，他想妈妈了；手舞足蹈中，宝宝向我展示着他高兴，他不安，他需要抱抱；哭泣闹腾中，他在告诉我他害怕生人，他害怕打针，他害怕黑洞洞的外面……小婴儿不会说话，他的一切一切都是通过哭泣与肢体动作来表达的；小婴儿会说话，他用的是世界上要求最低的语言，只要妈妈能听懂就行！

也是世界上最重要的语言，每个妈妈都应该掌握！

书里记录的75个关键词和方法，其实不是每个宝宝都能用到的，也不能包括所有宝宝出现过的状况。

每个宝宝都是不同的，仅仅看书是不够的，最关键的是抱有一颗关心爱护宝宝的心，做最体贴的妈妈就从听懂宝宝开始吧！

## <<听懂宝宝>>

### 内容概要

婴儿在不会说话之前，无法用语言直接表达自己的想法，哭闹和肢体语言是他们的表达方式。生手妈妈们看着他们歇斯底里的哭泣、不明原因的闹腾，是不是很迷惘很着急很心疼？

75个关键词，75个亲身经验和靠谱知识，杨巍让你不用再恐慌：

0~1月龄的宝宝，喂奶要注意时间，也要采用正确的姿势！

2~3月龄的宝宝，睡觉姿势不对会把头型睡歪！

4~5月龄的宝宝，学翻身时妈妈要帮忙！

6~7月龄的宝宝，坐也是需要训练的！

8~9月龄的宝宝，喜欢扔东西不是调皮，而是在成长！

10~12月龄的宝宝，会走时要注意补钙！

13~16月龄的宝宝，断奶要“和平演变”不要突然袭击！

最佳的照顾基于最精准的了解！

做能干妈妈，从宝宝不会说话时开始！

作者简介

杨巍：教育学硕士，教育事业从业者和践行者，开心育儿网教育专栏作家，两个可爱孩子的妈妈

## &lt;&lt;听懂宝宝&gt;&gt;

## 书籍目录

## 第一次走进这个世界（0~1月龄）

1. 听，饿了的声音 怎样识别宝宝饿了？
2. 我生命中的第一次“减肥” 为什么宝宝出生后吃得好睡得香却体重下降？
3. 我是名副其实的“黄”种人 新生儿黄疸怎么办？
4. 疼——肚脐磨破了 怎样护理新生儿娇嫩的肚脐？
5. 不许碰，我的囟门是禁区！  
怎样对待新生儿的囟门？
6. 爸爸说我像蛇一样脱皮 怎样照顾脱皮期间的宝宝？
7. 哎呦，这个嗝啊！  
宝宝打嗝怎么办？
8. 我是个浪费粮食的家伙 宝宝溢奶为哪般？
9. 吃奶也能把全家吓得手忙脚乱 宝宝呛奶怎么办？
10. 我娇弱的皮肤起癣了 宝宝出现奶癣怎么办？
11. 吃完就吐 宝宝吃奶后呕吐怎么办？
12. 睡觉也搞怪 宝宝睡觉时为什么会有奇怪的表现？
13. 肚子鼓鼓像个球 宝宝腹胀怎么办？

## 满月宝宝向前冲（2~3月龄）

14. 见不得光？  
怎样让新生儿接触阳光？
15. 为啥有那么多人想我？  
新生宝宝总打喷嚏怎么办？
16. 我是大鼻子猪 宝宝鼻塞怎么办？
17. 如期而至的哭泣源于如期而至的腹痛 宝宝肠绞痛怎么办？
18. 哭出来的高肚脐 宝宝哭泣后肚脐突出来怎么办？
19. 睡觉也累人 被放下就醒、抱着就睡怎么办？
20. 咳嗽真痛苦 怎样照顾咳嗽的宝宝？

<<听懂宝宝>>

- 21. 猴屁股 怎样预防宝宝尿布疹？
- 22. 淌淌男子汗 宝宝睡觉时大量出汗，小心缺钙！
- 23. 偏头型是这样诞生的 怎样固定宝宝正确的头部睡姿？
- 24. 我是一只小鸭子，咿呀咿呀哟 061 宝宝不愿洗澡怎么办？

“翻”也翻不出妈妈的手心（4~5月龄）

- 25. 我要翻身！  
怎样训练宝宝翻身？
- 26. 爱的抱抱 怎样看待宝宝对妈妈的依恋？
- 27. 我不再只会哭了，我还会笑 怎样培养宝宝笑？
- 28. 夜里有个爱哭鬼 宝宝夜惊怎么办？
- 29. 三天没大便了 怎样缓解宝宝大便不畅？
- 30. 我也有不想吃奶的时候 宝宝厌奶怎么办？
- 31. 糖做的手指头 宝宝爱吃手怎么办？
- 32. 有时候我哭是因为我想你 怎样从哭声中分辨宝宝的需要？
- 33. 脚丫子也要啃啃 宝宝出牙时要注意什么？
- 34. 白开水也可以是美味 怎样让宝宝爱上喝白开水？
- 35. 为什么挨针的总是我？  
给宝宝打疫苗应该注意什么？

我是“坐”着观察世界的（6~7月龄）

- 36. 镜子中的另一个我 宝宝为什么爱照镜子？
- 37. 浑身都是红点点 宝宝长急疹怎么办？
- 38. 哭到背气吓坏妈妈 如何预防宝宝背气？
- 39. 真正的饭把我给吃撑了 添加辅食应注意什么？
- 40. 不会坐，后果很严重！ 怎样教会宝宝坐？
- 41. 哈喇子那些事儿 怎么处理宝宝长流不止的口水？

## &lt;&lt;听懂宝宝&gt;&gt;

42. 挑食？  
厌食？  
怎样让宝宝顺利接受新食物？
43. 吃药是场战斗！  
怎样喂宝宝吃药？
44. 躲猫咪，躲妈咪 为什么宝宝喜欢藏猫猫的游戏？
- 终于可以“爬”向外面的世界（8~9月龄）
45. 我和奶嘴一起睡觉 宝宝睡觉时要吃奶嘴怎么办？
46. 我进化为爬行动物 怎样教会宝宝爬？
47. 面朝枕头背朝天 宝宝趴着睡时应该注意什么？
48. 陌生人真可怕 宝宝怕生怎么办？
49. 天黑黑真可怕 宝宝怕黑怎么办？
50. 扔了又扔 宝宝喜欢扔东西怎么办？
51. 小身板也打呼噜 宝宝打鼾怎么办？
52. 书是用来撕的 宝宝为什么喜欢撕纸？
53. 一天拉七八次，我虚弱了 宝宝拉肚子怎么办？
54. 好了肚子坏了嘴 怎样预防宝宝鹅口疮？
55. 外面的世界真精彩 抱着宝宝外出时应注意什么？
56. 因为肉多被认为是扁平足 如何预防宝宝扁平足？
- “走”下窗台走出家门（10~12月龄）
57. 我的腿是罗圈 怎样判断宝宝是否真的是罗圈腿？
58. 妈妈我热 怎样护理发烧的宝宝？
59. 我怎么变得这么娇气？  
怎样照顾病愈后的宝宝？
60. 别给我吃我不需要的 怎样给宝宝进行食补？
61. 迈开小步 怎样教会宝宝走？
62. 我运动我出汗 宝宝盗汗怎么办？

<<听懂宝宝>>

63. 把酒杯放回它的家 怎样培养孩子的秩序感？

64. 好个暴力狂 宝宝爱咬人怎么办？

65. 咿咿呀呀学说话 怎样教会宝宝说话？

长大了还是有那么多事（13~16月龄）

66. 我生命中的第一场雪 怎样预防宝宝感冒？

67. 我生气我生气 宝宝脾气大怎么办？

68. 我长10颗牙了 怎样锻炼宝宝的吞咽和咀嚼功能？

69. 耳朵里流水了 宝宝中耳炎怎么办？

70. 邻家小瘦猴儿 怎样避免宝宝营养不良？

71. 四季皮肤皆烦恼 怎样避免宝宝皮肤过敏？

72. 人小火气大 怎样预防宝宝上火？

73. 摔倒了，看见妈妈我再哭 宝宝摔倒后妈妈应该怎么办？

74. 断奶的日子 怎样顺利地给宝宝断奶？

75. 哎，还是害怕怪物 宝宝胆小怎么办？



## &lt;&lt;听懂宝宝&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：哎哟，这个嗝啊！

——宝宝打嗝怎么办？

出生16天从医院回到家已经有些时日了，之前宝宝一直都很好。

可今天不知是为什么，早上喂完奶后，他就不住地打嗝。

我小心翼翼地抱着他并在他的后背轻轻地拍了拍，可还是不管事。

看着儿子难受的样子，老公还故意调侃儿子说：“这个小家伙就跟偷吃了别人的东西一样，怎么不停地打嗝呢？”

“我都很着急了，老公居然还有心思调侃。

母亲进屋看到后说一定是喝了冷风了，喂孩子点温开水，压一压凉气就好了。

我照着母亲说的喂了儿子一些温开水，果然很灵验，喝下去不一会儿，儿子就止住了嗝声。

我想成人有时也会打嗝，婴儿打嗝是否也和成人一样呢？

为了弄清这个原因，我查阅了一些资料。

发现原来宝宝和成人一样在胸腔和腹腔之间有一层很薄的肌肉，称为“膈肌”，但是与成人不同的是，宝宝是以腹式呼吸为主，膈肌还是宝宝呼吸肌的一部分。

当膈肌收缩时，胸腔扩大，引起吸气动作，膈肌松弛时，胸腔容量减少，引起呼气动作。

当宝宝吃奶过快或吸入冷空气时，都会使自主神经受到刺激，从而使膈肌发生突然的收缩，引起迅速吸气并发出“嗝”的一声，当这种声音有节律地发出时，就是所谓的宝宝打嗝了。

噢，宝宝打嗝的原因原来就是这样啊！

新手爸妈们，你们明白了吗？

听懂关键词打嗝打嗝属于正常的生理现象，通常在宝宝刚出生的前几个月频繁发生，家长们不必太担心。

这是因为宝宝与成人一样在胸腔和腹腔之间有一层很薄的肌肉，称为“膈肌”，当脑部经过横膈神经，到横膈膜肌肉的这条路径受到某种的刺激时，宝宝就会发生打嗝的现象。

这种刺激的原因主要是由于宝宝们经常哭闹或者是妈妈们在给宝宝哺乳时，宝宝因饥饿吃得过急而吸入大量的空气所导致；也有的是因为凉了肚子或受寒所造成；还有的是因为奶凉或者是吃了其它生冷的食物而造成的。

给菜鸟妈妈支招宝宝打嗝怎么办？

1. 避免打嗝：新手爸妈们最好不要在宝宝过度饥饿或哭得很凶时喂奶，这也是避免宝宝打嗝的措施之一。

2. 顺气止嗝：当宝宝打嗝时，先将宝宝抱起来，轻轻地拍其后背，并喂一些温开水。

3. 挠痒止嗝：将宝宝抱起，用一只手的食指尖在宝宝的嘴边或耳边轻轻地挠痒，打嗝即会自然消失。因为嘴边的神经比较敏感，挠痒可以使神经放松，打嗝也就消失了。

4. 啼哭止嗝：将宝宝抱起，刺激其足底使其啼哭，终止膈肌的突然收缩。

睡觉也搞怪——宝宝睡觉时为什么会有奇怪的表现？

出生28天通过这段日子以来与儿子的亲密接触，我发现小家伙似乎已经成为了我的全部，与他在一起的每一天，虽然忙碌，但却是充实的，虽然辛苦，但却是幸福的。

儿子的一举一动、一哭一闹无不牵动着我的每根神经。

看看他是否饿了，看看他是否又尿湿了，看看他是否又想睡觉了……总怕因为我的一点点疏忽，而让他感到不舒服。

从儿子出生到现在，虽然还不足一个月，但在抚育宝宝的过程中，我所了解的东西却是我之前所不曾涉足的。

没有宝宝之前，不知道何为“奶癣”，不明白宝宝为何会呕吐，不清楚宝宝的凶门该如何护理……不懂的东西还很多很多，可有了宝宝之后，在抚育儿子的过程中，这些东西都需要我不断地去发现，去学习。

就拿儿子奇怪的睡眠来说吧，这也是我的发现之一。

## &lt;&lt;听懂宝宝&gt;&gt;

早上给儿子喂完奶之后，小家伙就在我的怀中酣然地睡着了。

可睡着睡着，我却看到他一会儿嘴角上翘，一会儿又皱皱眉头，眼皮下的眼球来回不停地动，眼睛闭闭睁睁的，嘴一张一合的好像在吸吮，有时小嘴撇撇的还哭出声来，似乎有什么委屈事一样。

不过，有的时候，他还会“咯咯”地笑出声来，似乎有多高兴的事一样。

总之，小家伙的面部表情是极其丰富。

不仅如此，他的四肢有时还动来动去，一点儿都不老实。

有一次，儿子也是睡着了，当他眼睛闭闭睁睁的时候，我以为他醒了，赶紧去拍拍他，可小家伙又没了反应，像是又睡着了，我才发现他根本就没醒。

儿子为何会有如此奇怪的睡眠呢？

当我问到母亲的时候，母亲说：“这是孩子在睡‘婆婆觉’呢，也就是孩子在学东西，学会了就笑，学不会就哭。

”母亲的说法我自然不会认同，但大家都这么说，我也就不再说什么了。

后来，我通过查一些育儿资料，发现宝宝这样的睡眠并不奇怪，大多数宝宝都会这样。

听懂关键词表情丰富的睡眠宝宝在睡眠的过程中出现这种丰富的表情和动作是很正常的。

家长也不用感到奇怪。

真正的原因，是宝宝的身体睡着了，而脑子还醒着，这些表情、动作并未通过大脑皮层指令，而是大脑皮层下的中枢活动而已。

待宝宝再大一些的时候，这些现象也会逐渐地减少以至消失。

给菜鸟妈妈支招怎么对待宝宝表情丰富的睡眠？

宝宝通常有这样的睡眠的时候，一些家长就会以为孩子醒了，不是去拍拍他，就是再一次抱起来哄。

其实，妈妈不用管他，这些都是他浅睡眠的表现，待宝宝呼吸均匀、没有那么多的动作表情、平静的时候，宝宝就到了深睡眠阶段了。

良好的睡眠对新生儿及婴幼儿都是很重要的，不仅仅是为躯体休息，对他们来讲睡眠是保护自己最好的方式。

因此，家长为宝宝创造一个舒适的睡眠环境是最重要的。

小身板也打呼噜——宝宝打鼾怎么办？

出生7个月零28天几天前接到表姐打来的电话。

在电话里，表姐十分着急地向我提起了她的宝贝儿子桐桐。

她说桐桐现在已经4个多月了，不知道是何原因，最近睡觉总是打鼾，问我这会不会影响到孩子的身体健康。

她的问题一时难住了我，因为这么小的宝宝睡觉经常打鼾，我还真没碰到过。

记得我的儿子在这么大的时候虽然有时也打鼾，不过那都是在他得病期间，或者是因为睡眠的姿势不对的时候，通常等儿子的病愈后或者是纠正了他的睡眠姿势之后，他的打鼾现象也立刻停止了。

不过，既然表姐问到了我，即使我不能当时就给她答复，但我也希望能够尽快找到答案，给表姐以切实的帮助。

说到做到，就在今天我终于查到了宝宝睡觉打呼噜的原因。

原来这可能是由于妈妈在怀孕期间因为缺钙，造成宝宝出生后的喉软骨发育不良。

不过，家长们也不必过于担心，待宝宝6个月以后，这种打呼噜的现象就会减轻，也许这和宝宝的个人体质有关，有的宝宝这种打呼噜的现象会持续到1岁半左右。

我还搜集了一些防治打鼾的方法，也不知道能否帮到表姐。

听懂关键词打鼾也称打呼噜，这种现象在婴幼儿时期十分常见。

造成宝宝打呼噜的原因有以下几点：1. 由于宝宝喉软骨先天发育不良，造成宝宝睡觉时打呼噜。

2. 宝宝的睡眠姿势不佳，例如仰睡时，宝宝的舌头过度后垂而阻挡了呼吸的通道，造成了宝宝的打呼噜。

3. 由于喂食不当，宝宝的喉部因奶块淤积造成宝宝打呼噜。

4. 宝宝因疲劳或感冒后，呼吸道有炎症引起打呼噜。

给菜鸟妈妈支招宝宝打鼾怎么办？

## <<听懂宝宝>>

1. 补钙：如果宝宝打呼噜是因为喉软骨先天发育不良造成的，家长就要按时为宝宝补充钙质，并带着宝宝多晒太阳以促进维生素D的吸收。
2. 正确的睡觉姿势：如果宝宝打呼噜是因为睡眠姿势不正确造成的，家长可以试试让宝宝侧着睡，枕头不要垫得过高，以使宝宝的呼吸道处于一个直的状态。
3. 帮助消化：如果宝宝是因喂食不当引起打呼噜的，妈妈喂完宝宝奶后，可以竖着抱起来轻轻地拍拍宝宝的后背，或者是给宝宝饮一些白开水就可以防止宝宝因奶块淤积而打呼噜了。
4. 及时治疗：如果宝宝是因疾病造成打呼噜，那么，家长就应在医生的指导下给宝宝服用消炎药。另外，如果宝宝打呼噜严重、持续时间较长的话，要带着宝宝及时地到医院看医生。

<<听懂宝宝>>

编辑推荐

《听懂宝宝:搞定小婴儿的75个绝招》世界上没有难带的宝宝，只有不了解宝宝需要的妈妈。  
听懂Ta的咿咿呀呀，妈妈从此不再一听哭闹就心烦！  
听懂Ta的手舞足蹈，妈妈从此不再不知所措手忙脚乱！  
宝宝会说话之前，75招成就最贴心最能干的妈妈！

#### 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>