

<<0-3岁喂养护理百科>>

图书基本信息

书名：<<0-3岁喂养护理百科>>

13位ISBN编号：9787543949904

10位ISBN编号：7543949903

出版时间：2011-10

出版时间：上海科技文献

作者：陈宝英

页数：299

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>

## 前言

随着一声嘹亮的啼哭声，宝宝呱呱坠地，告别妈妈温暖的子宫来到了人间。

新手爸妈怀抱着肉嘟嘟的小家伙心里有说不出的喜悦，但是面对不会讲话的宝宝，他们也有些无所适从，心中充满了疑惑与茫然。

比如，他们准会犯最简单的错误：边看电视边哺乳。

其实，母亲的低声细语对宝宝的视觉和听觉都是一种刺激，尽管宝宝还听不懂母亲的语言，但能从母亲的声音中分辨出喜怒哀乐，哺乳时母亲与宝宝的“交谈”，对宝宝的大脑发育尤为重要。

又比如，新手爸妈还会对宝宝有不合理的护理：宝宝生病时手忙脚乱，甚至一个劲地喂高营养食饮食，以为可以增加宝宝的抵抗力。

殊不知0~3岁的宝宝生病时，大都会引起以交感神经系统活动增强为特点的全身性反应。

唾液的分泌、肠胃的活动也会减弱，消化酶、胃酸、胆汁的分泌都会相应地减少，这些食物如果长时间地滞留在胃肠道中，就会发酵、腐败，最后引起中毒。

所以当宝宝生病时，爸妈不要盲目给他们喂高营养食物，应多给宝宝喂白开水，多吃新鲜的蔬菜和水果。

面对0~3岁的宝宝，新手爸妈还有很多育儿知识要掌握与了解。

不过相信你们只要有心学习，在本书的帮助下，你们一定会从育儿新手成为育儿能手，你们的宝宝也一定会在你们精心呵护下成为人间小天使！

## <<0-3岁喂养护理百科>>

### 内容概要

毫无疑问，掌握科学的喂养与护理方法，会让新手爸妈在育儿过程中少走弯路。目前有诸多关于0~3岁宝宝喂养护理方案可供参考，那么，哪一种方案最适合自己的宝宝呢？

《0-3岁Baby喂养护理百科》提供了最新、最权威的育儿信息。

根据0

~3岁婴幼儿生长发育的特点，逐月全面地介绍了婴幼儿生长发育特点，以及饮食喂养、日常护理、常见病调理、意外伤害家庭护理等知识。

相信在《0-3岁Baby喂养护理百科》的帮助下，新手爸妈只要做个有心人，就一定能出色地完成繁重的育儿任务。

本书由陈宝英孕产育儿研究中心编著。

## <<0-3岁喂养护理百科>>

### 作者简介

陈宝英，女，主任医师，教授。

1963年毕业于中国医科大学医疗系。

曾任北京积水潭医院副院长；北京急救中心第一任主任；首都医科大学北京妇产医院及北京妇幼保健院党委书记、院长。

现任北京美兆健康体检中心院长；世界卫生组织母婴及妇女保健研究培训合作中心主任；为北京市政府专家顾问团顾问并享受国务院政府特殊津贴。

40余年从事医院管理、妇产科保健及妇幼保健工作，为北京市妇幼保健工作的发展作出了突出贡献。

主编有《避孕方法知情选择查询与指导宝典》、《妇产医院专家谈妇女保健》、《爱妻宝宝》等百余万字的专业和科普读物，经常到全国各地为广大基层妇女和干部宣讲妇女保健知识，是我国妇女卫生保健工作的推动者。

2010年，为顺应国际妇幼保健新概念的发展趋势，为更好推动妇产科学及母婴保健方面的普及工作，陈宝英主任邀请北京、上海、广州等地的相关专家在北京成立了陈宝英孕产育儿中心。

中心拥有国内顶级妇科专家、产科专家、儿科专家、早教专家。

中心将定期开展妇幼保健及儿童早教领域的系统性、前瞻性研究，探讨适合我国国情的妇幼保健和儿童早教的方法及推广普及；并为相关部门制定战略规划、政策法规等提供决策支持，同时也为社会机构开展研究提供咨询服务。

## <<0-3岁喂养护理百科>>

### 书籍目录

#### Part 1 新生儿喂养护理

- 1个月：新生儿需要特别关心
- 出生第1天的宝宝
- 出生时体格标准
- 满月时的宝宝
- 满月时体格标准
- 运动能力
- 视觉能力
- 听觉能力
- 新生儿喂养同步指导
- 纯母乳喂养最好
- 母乳喂养的优势
- 母乳喂养的重要性
- 喂养方法和喂养时间
- 掌握正确的喂养方法
- 按需喂养
- 一次哺乳至多20分钟
- 预防因喂养引起的窒息
- 母乳喂养常见问题及其对策
- 乳头异常
- 乳头皲裂
- 乳胀
- 如何知道宝宝吃饱了
- 人工喂养新生儿的方法
- 奶粉的调配步骤
- 新生儿的奶量(指牛奶)
- 给宝宝喂奶时，奶的温度要适宜
- 用奶瓶喂奶的姿势
- 给宝宝添加维生素AD滴剂
- 什么是维生素AD
- 补充维生素AD的重要性
- 丰富食物的品种也是获取维生素AD途径
- 新生儿奶粉怎么选
- 选择奶粉一定要有 -乳清蛋白
- 奶粉的质量怎么看
- 如何选择奶瓶与奶嘴
- 奶瓶的选择
- 奶嘴的选择
- 多余乳汁的处理
- 处理溢奶和吐奶
- 不宜母乳喂养的情况
- 妈妈患病
- 哺乳期妈妈再次怀孕时
- 妈妈服药
- 妈妈接触毒物

## <<0-3岁喂养护理百科>>

促进乳汁分泌的方法

新生儿日常护理指导

新生儿体质标准

头部

四肢

呼吸

儿斑

体温

排泄

睡眠

视觉

触觉

味觉

痛觉

温度感觉

最佳养育环境

准备新生儿的日常生活用品

为宝宝准备的衣物

衣服的材质

衣服的款式

怎样给新生儿洗澡

洗脸、洗头

洗身体

浴后护理

护理新生儿的眼、耳、鼻、口

给新生儿剪指甲

勤剪指甲

剪指甲的技巧和方法

选择最佳剪指甲的时机

学会给宝宝解大小便

便便是新生儿健康的晴雨表

听懂宝宝的哭声

培养良好的睡眠习惯

了解宝宝的睡眠规律

让宝宝有安全感

睡眠姿势

记住给宝宝接种疫苗的时间

卡介苗接种

乙肝疫苗接种

新生儿常见病症防与治

疾病信号灯

新生儿湿疹

产生疾病的原因

护理方案与就诊建议

新生儿发热

产生疾病的原因

护理方案与就诊建议

## <<0-3岁喂养护理百科>>

新生儿腹泻

产生疾病的原因

护理方案与就诊建议

新生儿黄疸

产生疾病的原因

护理方案与就诊建议

新生儿感冒

产生疾病的原因

给宝宝用药的五大原则

原则一：药品选择需谨慎

原则二：联合用药要控制

原则三：严格遵守用药剂量

原则四：营养药物别滥用

原则五：喂药方法要适当

宝宝常用OTC药物指南

什么是OTC药物

常备药物一：感冒类药

常备药物二：退热类药

常备药物三：止咳祛痰平喘类药

常备药物四：胃肠类药

常备药物五：维生素类药

常备药物六：外用药

附录2：关注宝宝心理健康

如何判断宝宝心理是否健康

宝宝的心理健康主要包括四个方面

宝宝的哪些行为是心理疾病的表现

宝宝心理问题就医指南

儿童心理医生是如何给宝宝看病的

带宝宝看儿童心理门诊需特别注意

护理方案与就诊建议

新生儿吐奶

产生疾病的原因

预防宝宝吐奶

护理方案与就诊建议

新生儿鹅口疮

产生疾病的原因

做好预防工作

护理方案与就诊建议

新生儿便秘

产生疾病的原因

预防宝宝便秘

护理方案与就诊建议

新生儿脐炎

产生疾病的原因

护理方案与就诊建议

Part 2 婴儿期喂养护理

2个月：甜美的梦乡中

## <<0-3岁喂养护理百科>>

身体发育状况  
感觉发育状况  
2个月宝宝怎么喂奶  
把握每次哺乳时间  
混合喂养的最佳方案  
乳类产品选择  
特殊宝宝喂养  
宝宝厌奶怎么办  
养成良好的排便习惯  
适当进行户外活动  
保护好宝宝的头发  
宝宝要多晒太阳  
男宝宝生殖器的清洗  
男宝宝生殖器的护理  
女宝宝生殖器的清洗  
女宝宝生殖器的护理  
3个月：手舞足蹈  
身体发育状况  
感觉发育状况  
继续母乳喂养  
为添加配方奶粉做准备  
日光浴让宝宝更健康  
三联针和小儿麻痹糖丸  
如何去掉头顶上的油痂  
全面的身体检查  
体检前的准备  
4个月：咿咿呀呀学说话  
身体发育状况  
感觉发育状况  
添加辅食  
添加辅食小信号  
各类辅食的添加顺序  
补充新鲜果汁  
为宝宝配备枕头  
正确应对宝宝流口水  
为宝宝准备外出用品  
推车  
汽车安全座椅  
5个月：奇奇怪怪的眼神  
身体发育状况  
感觉发育状况  
上班后母乳喂养  
5个月宝宝喂养要点  
远离危险物品  
避免吞入异物  
远离宠物  
接种第三针三联针

## <<0-3岁喂养护理百科>>

6个月：白白胖胖

身体发育状况

感觉发育状况

选择合适的辅食

宝宝特别喜欢吃某种食物怎么办

均衡的饮食安排

正确对待宝宝的摇晃行为

选择玩具

预防贫血和佝偻病

接种乙肝疫苗第三针

7个月：宝宝会坐了

身体发育状况

感觉发育状况

辅食的要求

食用辅食的餐具

辅食自己做好还是买市售的好

帮宝宝做口腔清洁

学习用杯喝水

8个月：开始了爬行生活

身体发育状况

感觉发育状况

出牙

为断乳做准备

给宝宝手抓食物

解决好宝宝食欲减退期

正确的断奶方法

预防断奶综合征

训练宝宝的咀嚼能力

宝宝眼睛的护理

准备一些安抚物

带宝宝去旅行

接种麻疹减毒活疫苗

9个月：宝宝有点儿怕生

身体发育状况

感觉发育状况

为宝宝建立一日三餐的饮食规律

选择宝宝可以用牙床磨碎的食物

辅食性质以柔软、半固体为好

正确使用学步车

正确处理宝宝怕生现象

纠正宝宝出牙期的坏习惯

宝宝的四季穿衣方法

10个月：进入正式断奶期

身体发育状况

感觉发育状况

宝宝进入断乳末期

开始正式断乳

<<0-3岁喂养护理百科>>

给宝宝一些手抓食

让宝宝在安全的地方尽情玩耍

不会爬怎么办

用脚尖走路

适合宝宝的玩具

逗宝宝开心要适度

11个月：完全能站立了

身体发育状况

感觉发育状况

纠正宝宝偏食习惯

纠正偏食的方法

不要给宝宝吃太多盐

正确食用适量的食盐

帮助宝宝改正不良习惯的方法

小心呵护宝宝的肝脏

12个月：迈出人生第一步

身体发育状况

感觉发育状况

适合完全断开母乳

以胡萝卜作为食物硬度的标准

学习自己用勺子吃饭

培养宝宝独立吃饭

保护宝宝的乳牙

培养刷牙的习惯

教宝宝学走路

婴儿期常见病症防与治

疾病原因

护理方案与就诊建议

宝宝咳嗽多痰时如何护理

疾病原因

护理方案与就诊建议

疾病原因

护理方案与就诊建议

疾病原因

护理方案与就诊建议

疾病原因

疾病原因

护理方案与就诊建议

疾病原因

护理方案与就诊建议

中耳炎

疾病原因

护理方案与就诊建议

Part 3 幼儿期喂养护理

1岁1~3个月宝宝

1岁1~3个月宝宝发育特点

身体发育状况

## <<0-3岁喂养护理百科>>

感觉发育状况

饮食喂养同步指导

宝宝恋乳情况

不宜多给宝宝吃的食物

宝宝缺钙的表现

含钙的食物有哪些

宝宝吃鸡蛋的注意事项

给宝宝补充钙剂的注意事项

日常护理同步指导

宝宝生活时间表

教宝宝洗手

注意玩具的卫生

宝宝误食药物的解决方法

1岁4~6个月宝宝

1岁4~6个月宝宝发育特点

身体发育状况

感觉发育状况

饮食喂养同步指导

宝宝每天吃多少才够营养

春天宝宝要吃哪几种蔬菜

有利于宝宝长高的食物

日常护理同步指导

想要宝宝长高就要加强运动

睡眠与情绪同样影响宝宝身高

天气转凉,给宝宝加衣悠着点

1岁7~9个月宝宝

1岁7~9个月宝宝发育特点

身体发育状况

感觉发育状况

饮食喂养同步指导

对宝宝眼睛有益的食物

宝宝夏天吃什么好

夏季宝宝可吃酸或苦味食物

宝宝可以喝哪些饮料

宝宝吃得多却长不胖的原因

日常护理同步指导

宝宝刷牙应该注意什么

怎样让宝宝安全舒适地过夏天

夏季如何给宝宝防暑

这些植物不要摆放在宝宝房间

1岁10个月~2岁宝宝

1岁10个月~2岁宝宝发育特点

身体发育状况

感觉发育状况

饮食喂养同步指导

宝宝食欲不好的两种因素

秋季3款粥帮宝宝调理脾胃

## <<0-3岁喂养护理百科>>

宝宝饮用酸奶要注意什么  
日常护理同步指导  
宝宝“上火”怎么办  
教宝宝自己穿衣脱衣  
宝宝喜欢要别人的东西怎么办  
2~2岁半宝宝  
2~2岁半宝宝发育特点  
身体发育状况  
感觉发育状况  
饮食喂养同步指导  
2~2岁半宝宝的一日饮食量  
让牙齿更健康的营养素  
多给宝宝吃含铁的食物  
应对宝宝挑食的方法  
让宝宝爱上吃蔬菜  
为宝宝烹饪的基本原则  
选择给宝宝的食物  
日常护理同步指导  
夜间排便训练  
教宝宝正确擦便  
过渡到大床，让宝宝独立睡觉  
教宝宝刷牙  
注意防晒  
冬季护理宝宝皮肤有妙招  
鱼刺卡到喉咙怎么处理  
2岁半~3岁宝宝  
2岁半~3岁宝宝发育特点  
身体发育状况  
感觉发育状况  
饮食喂养同步指导  
2岁半~3岁宝宝的一日饮食量  
宝宝缺乏微量元素的症状  
给宝宝补充营养的误区  
宝宝吃海鲜要注意什么  
怎样榨果汁保留营养多  
宝宝喝牛奶的注意事项  
常见食物中毒的预防  
日常护理同步指导  
培养宝宝午睡好习惯  
教宝宝擤鼻涕  
宝宝学会上卫生间  
宝宝健康过周末  
应对宝宝踢被子  
亲手给宝宝缝个睡袋  
锻炼身体增强体质  
宝宝口吃的防治  
入园前的准备

## <<0-3岁喂养护理百科>>

调整作息时间

教宝宝学会用筷子

培养宝宝五个好习惯

纠正宝宝不良坏习惯

幼儿期常见病症防与治

积食

疾病原因

护理方案与就诊建议

蛔虫

疾病原因

护理方案与就诊建议

疝气

疾病原因

护理方案与就诊建议

疳积

疾病原因

护理方案与就诊建议

龋齿

疾病原因

护理方案与就诊建议

腹痛

疾病原因

护理方案与就诊建议

口腔溃疡

疾病原因

护理方案与就诊建议

小儿肥胖症

疾病原因

护理方案与就诊建议

细菌性痢疾

疾病原因

护理方案与就诊建议

手足口病

疾病原因

护理方案与就诊建议

Part 4 婴幼儿早教益智

0~6个月宝宝早教课堂

经常给宝宝听古典音乐

让宝宝听多种声音

和宝宝一起“跳舞”

屋内之旅

早期教育从宝宝开始

让宝宝学会自己玩

创造轻松友爱的环境

锻炼爬行意义重大

测量宝宝的智力水平

宝宝期的智力开发

## <<0-3岁喂养护理百科>>

### 宝宝的健脑方法

7~12个月宝宝早教课堂

形成良好的母子依恋关系

为宝宝创造益智的环境

如何培养宝宝的听辨能力

左右脑开发的重大意义

为宝宝安排健脑食物

宝宝受到挫折时

用表情引导周岁内的宝宝

如何开发宝宝的智力

宝宝各个时期发育水平的基本参照法

1~1岁半宝宝早教课堂

父母要不要说儿语

宝宝说话晚怎么办

如何科学地开发宝宝的潜能

开发认知潜能的途径有哪些

怎样引导宝宝观察事物

如何发展宝宝的模仿能力

如何培养宝宝的注意力

怎样教宝宝学习儿歌

宝宝学习古诗合适吗

1岁半~2岁宝宝早教课堂

开发认知潜能应注意哪些问题

宝宝爱提问怎么办

如何回答宝宝的提问

如何看待宝宝的涂涂抹抹

怎样教宝宝学泥塑

宝宝绘画天赋的开发

如何为宝宝选购绘画用品

如何指导宝宝玩拼图游戏

让宝宝在玩沙、玩水中学习

2~2岁半宝宝早教课堂

聪明宝宝有何特质

宝宝如何开始象征思维

如何培养宝宝的记忆力

如何预防宝宝出现的退缩行为

有利于培养宝宝智能的10种方法

怎样指导宝宝背古诗

怎样教宝宝朗诵诗歌

怎样给宝宝讲故事

怎样为宝宝选购图书

要循序渐进教宝宝学计算

早期识字要适可而止

增进幼儿智商的方法

2岁半~3岁宝宝早教课堂

发现宝宝潜能,提高宝宝智力

决定智力的因素——观察力

<<0-3岁喂养护理百科>>

决定智力的因素——思维力  
重视宝宝的音乐启蒙教育  
如何教宝宝练习简单的打击乐器  
语言能力是智力发展的重要条件  
思维能力是智力发展的核心  
宝宝成长需要哪六种教育  
保护好宝宝的好奇心  
如何加强对宝宝自控能力的培养  
父母要做宝宝的表率  
Part 5 婴幼儿意外伤害家庭防护  
  宝宝家庭急救常识  
  急救步骤一、二、三  
  如何测量宝宝的体温  
  如何给宝宝实施心肺复苏  
  人工呼吸的具体操作步骤  
  宝宝鼻出血时如何急救  
  宝宝手部流血如何急救  
  怎样进行热敷  
  怎样进行冷敷  
  宝宝家庭意外事故急救  
  宝宝意外窒息如何抢救  
  如何处理  
  预防方法  
  宝宝吞食异物急救法  
  气管进异物的家庭简易急救法  
  做好家庭预防，避免宝宝气管异物  
  宝宝触电后如何急救  
  如何预防宝宝发生触电  
  怎样预防宝宝被烧伤、烫伤  
  宝宝烧、烫伤后的紧急护理  
  被热液烫伤后的紧急护理  
  如何处理  
  预防方法  
  如何处理  
  预防方法  
  如何判断宝宝是否骨折  
  宝宝骨折后的紧急护理  
  宝宝食物中毒后的紧急护理  
  如何给宝宝催吐  
  预防宝宝食物中毒备忘录  
  宝宝被狗、猫咬伤  
  宝宝被猫抓伤  
  宝宝被啮齿类动物咬伤  
  被动物咬伤后需尽快注射狂犬疫苗  
  怎样预防宝宝被宠物抓、咬伤  
  宝宝被毒虫咬伤、蛰伤一般处理方案  
  宝宝被常见毒虫咬伤紧急处理方案

<<0-3岁喂养护理百科>>

宝宝被蚊子叮咬后的护理

怎样预防宝宝被蚊虫、毒虫叮咬

夏季使用驱蚊药剂不慎中毒的急救措施

如何处理

预防方法

附录1：宝宝安全用药原则

<<0-3岁喂养护理百科>>

章节摘录

插图：

## <<0-3岁喂养护理百科>>

### 编辑推荐

《0-3岁喂养护理百科》内容权威实在，关怀体贴入微，专家温馨指导，生儿育女必备，为80后年轻父母提供专业的解决方案。

<<0-3岁喂养护理百科>>

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>