

<<小儿王的育儿经>>

图书基本信息

书名：<<小儿王的育儿经>>

13位ISBN编号：9787544247337

10位ISBN编号：7544247333

出版时间：2010-7

出版时间：南海出版社

作者：王应麟

页数：265

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>

<<小儿王的育儿经>>

前言

为什么要写这本书怎样让孩子健康成长是父母最关心的问题之一。

但年轻的父母对养护孩子没有什么经验，在孩子的吃饭穿衣等问题上容易走进误区。

一旦遇到意外情况更是不知所措。

我就经常碰到这种情况：父母慌慌张张抱着孩子来看病，但其实孩子并没有病，而只是出现了生长发育中的一些看似“异常”的正常现象。

孩子真正得病时，有的家长又不知应该如何护理患病的孩子，服药不当，饮食不当，反而造成孩子病情的加重。

以上情况，都是因为父母对孩子生理和病理知识的匮乏造成的。

我国现在医疗条件还不完善，多数时候看病拥挤，医生不可能对焦急父母的疑惑逐一解答。

另外，有少部分医生的工作态度不够认真，对孩子的看似“异常”的现象给予治疗，反而给孩子增加了不必要的痛苦。

鉴于以上情况，作为一个有四十多年中医儿科工作经验的儿科医生，我希望根据自己多年的经验和中医理论写成的这本书，能够在养护孩子方面给广大年轻父母提供有益的参考。

<<小儿王的育儿经>>

内容概要

中医在调理孩子的身体和治疗小儿常见疾病方面有独到之处，中医强调人与自然的和谐，倡导应顺应自然环境的变化、顺应孩子自身的情况来育儿，通过饮食调理、按摩等方式提高孩子的适应能力，以常保孩子安康，而不是依靠强加给孩子药物来保健疗病。

因此，中医的育儿方式更适合身体处于快速发育阶段的孩子。

本书作者王应麟教授是国家级名老中医，中医儿科世家的第四代传人，有四十多年的临床经验。书中他详细说明了饮食、睡眠、排泄这三个护养孩子最关键的要点；针对咳嗽、发热、肺炎、便秘、腹泻、湿疹等小儿常见病，王教授一针见血地指出了发病原因，并给出了切实可行的饮食疗法、药物疗法、预防和护理方法；还为广大父母提供了一套为0~6个月婴儿做的按摩保健操，既可防病治病，又能增进亲子关系。

《小儿王的育儿经》是一本真正适合中国孩子的育儿书。

<<小儿王的育儿经>>

作者简介

北京中医医院儿科主任、教授，北京中医学会儿科委员会主任委员，中医药高等教育学会全国临床教学学会儿科临床分会副理事长，国家药审专家，国家中医药管理局任命的第三批全国500名老中医药专家之一。

出身于北京中医儿科名医世家，为第四代传人，自幼随祖父王子仲先生。

<<小儿王的育儿经>>

书籍目录

前言第一章 让孩子健康一生的三大基础——饮食、睡眠、排泄孩子的“食”要天然的，精心培育的；“饮”要以水主，清洁而不添加非天然物质的。
孩子处于生长发育时期，只有保证了充足的睡眠，才能保证孩子健康成长。
而孩子的排泄对于父母掌握消化、吸收及身体状况有很重要的参考价值。
孩子的饮食孩子的睡眠孩子的排泄第二章 不同时期孩子护养的要点孩子在新生儿时期、婴儿期、幼儿期、幼童期、儿童期的护养要点各不相同，父母要根据孩子不同阶段的发育特征和生理特点，合理安排孩子的日常生活。
新生儿的护养婴儿期的护养幼儿期的护养幼童期的护养儿童期的护养第三章 小儿一般性疾病的护养父母如果能掌握一些基本、简单的小儿常见疾病知识，孩子生病时就可以做到心中有数。
本章总结了孩子生病的生理特点，并介绍了便秘、感冒、发烧、厌食等小儿一般性疾病的发病原因、饮食调理、预防和护理要点等，对父母大有裨益。
小儿疾病的诊断方法孩子生病的病理特点便秘打呼噜地图舌流鼻血流口水尿频头痛腿痛臀红消瘦……
第四章 小儿传染病的护养孩子阴阳二气俱属不足，患各种传染病的几率较成人高出许多，水痘、麻疹、疳腮等都是常见的小儿传染病。
预防接种可以有效控制传染病的发生，在日常生活中，要养成讲卫生的好习惯。
小儿传染病的基本情况麻疹风疹猩红热水痘疳腮手足口综合征第五章 亲子按摩保健亲子按摩易懂易学，是中华传统中医的精髓。
大部分孩子对打针吃药都有抵触情绪，如果母亲给孩子做一些简单的推拿按摩，不仅能缓解孩子的痛苦，还有助于恢复健康。
婴儿按摩保健操小儿按摩的保健性治疗小儿捏积疗法第六章 好父母胜过好医生——对父母的几点建议父母掌握一些中医常识，对孩子的健康非常有利。
“家庭小药箱”应储备一些常用的感冒药、止咳药、助消化药、止泻药、外用药，以备不时之需。
父母要了解的中医常识建个家庭小药箱附录一 中医术语及小儿疾病附录二 育儿问与答

<<小儿王的育儿经>>

章节摘录

插图：第一章 让孩子健康一生的三大基础——饮食、睡眠、排泄孩子的饮食孩子吃和喝的关键是：“食”要天然的，精心培育的；“饮”要以水为主，清洁而不添加非天然物质的；“喂”要定时定量，顺应四时给食；“养”要精心观察，精心呵护。

护养孩子重在饮食调养饮食，是孩子成长过程中非常重要的环节，是所有其他生命活动的基础。

要让孩子吃得好，长得健壮，就要先了解孩子的生理特点。

中医认为孩子属“稚阴稚阳”之体，即孩子体内精血津液还不充实，内脏功能尚不健全或全而未壮。

鉴于以上的生理特点，孩子的护养重在调理脾胃。

调理脾胃的根本不在于吃什么灵丹妙药，而完全在于日常的饮食。

那么，日常饮食该如何调养呢？我总结了使脾胃无伤的八大法则：一、食贵有节古人认为，“若要小儿安，须受三分饥与寒”。

在孩子的饮食方面，既要供应充足的营养，满足机体生长发育的需要，又要适度适量。

如摄食过量，则不仅可能导致营养过剩，还有可能伤及脾胃，导致消化、吸收的障碍。

<<小儿王的育儿经>>

编辑推荐

《小儿王的育儿经》：一本真正适合中国孩子的育儿书，国家级名老中医的百年育儿真经。

<<小儿王的育儿经>>

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>