

<<育儿学校>>

图书基本信息

书名：<<育儿学校>>

13位ISBN编号：9787802029682

10位ISBN编号：7802029686

出版时间：2009-4

出版时间：中国人口出版社

作者：张运平、宋波、菅波、崔绍珍、吕庆瑛、崔绍珍、袁全莲 著

页数：全4册

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>

<<育儿学校>>

内容概要

《孕妇学校》:从专业的角度与您一同诠释了孕前准备、孕期保健、快乐分娩、产后保健及新生儿护理与喂养等多方面内容,同时特别为正在上班的孕妇朋友提供了建议。有了这本书,孕妇朋友即使在家也能享受到孕妇学校提供的贴心服务,和准爸爸共同分享人生的无限喜悦。

目前国内很多医院都开设了孕妇学校课程,受到众多孕妇朋友的喜爱。很多孕妇都是在家人的陪伴下幸福的走进孕妇学校听课,通常孕妇学校的内容包括妊娠期保健,分娩方式选择,新生儿特点,母乳喂养,围产期保健等相关知识。孕妇朋友们在课堂上不仅可以学到专业的知识还可以看到诸多实践操作。离开课堂有没有这样一本指导书籍,这本《孕妇学校》在这样的情况下应运而生。

《胎教学校》:以科学的胎教理论为基础,按月附之以切实可行的胎教方法,内容详细,有很强的科学性和操作性,让准爸爸、准妈妈不仅有了做好胎教的信心,而且还为以后生出健康聪明的宝宝打下了很好的基础。

《早教学校》主要内容简介:为宝宝的体能发展创造机会、适当的户外活动可以增强宝宝的体能、锻炼宝宝颈部的支撑力、帮宝宝做婴儿操、宝宝手指的活动可以促进大脑发育、手的被动抓握、手的主动抓握等。

《育儿学校》共分十九章,主要论述宝宝从0岁至36个月期间的生理及心理变化,为初次做父母的人提供较为完整和必要的参考。

书中提供了与当今医疗体制改革密切配合的、适用于孕妇、新生儿、及婴幼儿的医疗措施,其中包括:孕妇在医院待产期间的必备物品、医院所免费提供的各类用品,从奶瓶、奶嘴,到床单、被褥都有详尽的说明。

更为可贵的是,该书还明确指出了宝宝出生后享有的免费接种疫苗的种类及阶段。

本书各章内容按照宝宝的生长变化阶段而分类,条目匀称、详尽并具有实用性,论述了宝宝出生后至36月的生理及心理特征,包括身体发育状况、饮食搭配、必备的日常护理、疾病预防与治疗、习惯的培养与矫正、个性与社会性的培养、能力训练与培养等。其间穿插了适合宝宝与家人互动的小游戏、优美而富有趣味的小插图、宝宝的作息时间表及身体健康标准表等,体现出了和谐社会中和谐的家庭氛围。

不仅如此,本书还针对怀孕后夫妻关系的协调、夫妻双方所应承担的家庭责任等双重角色认定方面,给予相应指导。

这本书具有实用性,可操作性强、图文优美,适合大众的阅读与审美情趣。

作者简介

崔绍珍，现任北京市海淀区妇幼保健院儿童保健主任医师，有近十年临床工作和近二十年的儿童保健工作经验，对儿童营养与喂养、儿童五官保健和体格发育等有较深的研究。

独立完成市级课题：“儿童血压现状”、“对儿童高血压干预措施”。

获海淀区科技进步三等奖，多次被评为北京

<<育儿学校>>

书籍目录

《育儿学校》

第一讲 做父母的必修课——养育宝宝的准备

第一节 做父母的心理准备

一、不要把做父母看的过于复杂

1. 给自己足够的信心
2. 逐步积累育儿经验
3. 不要被别人的话吓倒
4. 想想自己的父母
5. 不要忽略了夫妻关系

二、丈夫是妻子温柔的港湾

1. 为自己感到自豪和骄傲
2. 适应妻子的情感转移
3. 给妻子更多的关怀
4. 尽到做父亲的职责
5. 给孩子起一个合适的名字

第二节 宝宝出生前的物质准备

一、做好入院前的准备

1. 选择住院时机
2. 了解住院手续
3. 整理好住院衣物
4. 准备必备的卫生用品

二、起居环境的设置

1. 室内的温度
2. 保持室内空气新鲜

三、婴儿床及其用品的选购

1. 婴儿床的选购
2. 床垫的选购
3. 床单的选购
4. 婴儿被褥的选购

四、婴儿衣物的挑选

1. 内衣的挑选
2. 连衣裤的挑选
3. 套头衫的挑选
4. 连体衫的挑选

五、尿布的选择

1. 棉尿布的选择
2. 一次性尿布的选择

六、喂奶用具的准备

1. 奶瓶
2. 奶嘴
3. 消毒器具
4. 调奶用具
5. 吸奶器

第二讲 迎接新生命的到来——0~1个月宝宝

第一节 身体状况与发育

<<育儿学校>>

一、新生儿的生理发育状况

- 1.给新生儿评分
- 2.外貌状况
- 3.身高状况
- 4.体重状况
- 5.头围状况
- 6.胸围状况
- 7.体温状况
- 8.呼吸状况
- 9.皮肤状况
- 10.排尿状况
- 11.视觉发育状况
- 12.听觉发育状况

二、新生儿的反射行为

- 1.觅食反射行为
- 2.吸吮反射行为
- 3.爬行反射行为
- 4.抓握反射行为
- 5.紧抱反射行为

第二节 合理的饮食与营养

一、母乳喂养的益处

- 1.哺乳是一种美好的体验
- 2.母乳喂养的八大好处

二、母乳喂养的要领

- 1.尽早哺乳好处多
- 2.每天的哺乳次数
- 3.正确的哺乳姿势
- 4.帮宝宝吸到乳头

三、哺乳中的常见问题

- 1.拒绝吸奶
- 2.奶冲问题

四、人工喂养的方法

- 1.鲜奶的配制
- 2.奶粉的配制
- 3.正确使用奶瓶

第三节 必备的日常护理

一、宝宝的睡眠护理

- 1.正确的睡眠姿势
- 2.新生儿的睡眠时间
- 3.让宝宝睡得更安稳

二、给宝宝穿脱衣服

- 1.穿衣服的步骤
- 2.脱衣服的方法

三、给宝宝换尿布

- 1.换尿布的时间
- 2.换尿布的步骤

四、为宝宝洗澡

<<育儿学校>>

- 1.掌握洗澡的次数
 - 2.浴前的准备
 - 3.宝宝洗澡的步骤
- 五、宝宝的局部护理

- 1.眼部护理
- 2.口腔护理
- 3.鼻腔护理
- 4.脐带护理
- 5.皮肤护理
- 6.臀部护理
- 7.头发的护理
- 8.指甲的护理
- 9.男宝宝生殖器护理
- 10.女宝宝生殖器护理

《孕妇学校》

第一讲 怀孕准备

第一节 准妈妈要做的准备

- 一、怀孕前的心理准备非常重要和必要
 1. 做母亲是一种神圣的责任
 2. 做母亲是人生的一大乐趣
 3. 把分娩时的痛苦当作一种幸福的体验
- 二、恩爱和谐的夫妻生活有助于孕育健康聪明的宝宝
 1. 增强夫妻感情, 创造和谐氛围
 2. 注意人体生物节律
- 三、注意劳逸结合
 1. 要学会减负
 2. 制订一个科学合理的健身计划
- 四、均衡的营养非常重要
 1. 调整好饮食结构
 2. 服用叶酸等微量元素
 3. 控制体重不可太胖, 也不可过度减肥

《胎教学校》

第一讲 胎教, 让孩子赢在起跑线

第一节 10月胎教比10年教育更重要

- 一、认识胎教的本质
 1. 什么是胎教
 2. 广义的胎教与狭义的胎教
 3. 胎教是可行的, 但不是万能的
 4. 许多天才都有意或无意地被实施过胎教
 5. 本书所指的胎教
- 二、胎教的现实意义
 1. 胎教是早教的开始
 2. 实施了胎教的孩子IQ指数会大大提高

第二节 了解胎教的方法, 为成功胎教打下基础

- 一、情绪胎教, 不容忽视的第一步
 1. 情绪与胎教的关系
 2. 孕妈妈的情绪如何影响胎宝宝

<<育儿学校>>

3.异常情绪如何影响胎宝宝的发育

4.孕妈妈如何控制情绪

5.正常生活中的心情紧张不会伤及胎宝宝

二、心理胎教，身心修养的好方法

1.清静法，为身体和心灵注入能量

2.清静法，让内心得到调节

3.清静法，消除孕妈妈对怀孕和分娩的恐惧感

4.清静法，促进了与胎宝宝的交流

5.清静法，提高顺产的概率

6.清静法，促进消化并缓解便秘

三、营养胎教，最重要的胎教

四、视觉胎教，可以促进胎宝宝的视觉发育

《早教学校》

第一讲 早教，让宝宝赢在起跑线上

第一节 早期教育与婴幼儿的智力

一、什么是早期教育

二、对婴幼儿智力发育的影响

1.早期教育对心理发展的作用

2.早期教育对语言表达能力的作用

3.早期教育对思维能力的作用

4.早期教育能提高婴幼儿智龄

第二节 婴幼儿智能发育的敏感期

一、何为敏感期

二、机不可失的敏感期

三、敏感期有哪些

1.亲子依恋敏感期(0~2岁)

2.感观敏感期(0~6岁)

3.动作敏感期(0~6岁)

<<育儿学校>>

媒体关注与评论

这本由北京市海淀区妇幼保健院儿童保健主任医师等多位专家推出的《育儿学校》，具有很高的专业水准与可操作性，是为即将做妈妈或被育儿问题所困扰的广大女性而量身打造的一本好书。

——搜狐母婴推荐本书详细诠释了宝宝出生前夫妻双方的角色认定、宝宝出生后至3岁的生理及心理特征，包括身体发育状况、饮食搭配、必备的日常护理、疾病预防与治疗、习惯的培养与矫正、个性与社会性的培养、能力训练与培养等。

更有适宜宝宝与家人互动的小游戏、优美而富有趣味的插图等。

手中握有这本书，即使初为人母，也能将宝宝照顾得无微不至；纵然足不出户，也可掌握宝宝的常见病。

通过这本书，您可感受到育儿的快乐与自信。

——之宝贝网推荐

<<育儿学校>>

编辑推荐

把妇产医院培训的全新理论带回家，《育儿学校》荣获“中国爱婴工程优秀读物推荐奖” 海淀育儿专家联合特别推出的育儿全程指导最贴心的，医院分娩安全提示健康育儿最实用的，心理知识温馨实用的，婴幼儿护理常识完美妈妈的，产后保健。

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>