

<<父母是孩子最好的醫生>>

图书基本信息

书名：<<父母是孩子最好的醫生>>

13位ISBN编号：9789571350301

10位ISBN编号：9571350303

出版时间：2009-5

出版时间：時報

作者：馬悅凌

页数：303

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>

## <<父母是孩子最好的醫生>>

### 內容概要

在《父母是孩子最好的醫生》中，馬悅凌完整分享十多年來的行醫心得及育兒經驗，從孕期護理、飲食調配到生活保健，幫助父母輕鬆養成全面性的小兒保健知識和教養觀念。隨書並收錄各種方法示範圖解、【食物屬性一覽表】、【兒童經絡穴位圖】、【生長發育測量表】及【婦幼保鯉Q & A】，讓父母快速掌握最關鍵的實用資訊，時時守護孩子的身心健康。

## <<父母是孩子最好的醫生>>

### 作者簡介

馬悅凌，大陸著名民間中醫，根據多年的親身實踐與研究，獨創各種飲食和經絡療法，被譽為“健康教母”，著有《不生病的智慧》、《溫度決定生老病死》等養生保健暢銷書。

## <<父母是孩子最好的醫生>>

### 書籍目錄

[自序] 用什麼教養我們的孩子第一章 奠定孩子一生健康成長的基礎掌握孩子的成長關鍵期懷孕時的照護決定孩子一生的健康均衡的營養是生長發育的關鍵睡眠品質反映了身體的強壯與虛弱孩子在不同階段的飲食與運動比例為孩子打好成長地基第二章 孩子的健康，從媽媽懷孕時就決定媽媽的體質決定了孩子的先天之本懷孕前調好月經，保證孩子一生的健康幫胎兒創造最清新的生長環境懷孕期間的全方位調養法第三章 產後的最佳調理方式讓剖腹產、會陰部傷口盡快恢復剖腹產的母親更要大補氣血產後多汗，補腎、補血好得快如何調適產後憂鬱？坐月子期間可以洗頭、洗澡餵孩子喝母乳時千萬別著涼讓寶寶吃飽，媽媽也遠離乳頭破皮之苦預防急性乳腺炎的方法產後吃什麼身體才會盡快恢復？催奶的食療處方快速“催奶”的方法第四章 孩子有病提早就知道帶好孩子其實很簡單孩子不會無緣無故生病體內寒濕重，孩子難健康別讓孩子吃寒涼食物九看一摸法一孩子有病提早就知道透過舌質、舌苔判斷孩子的健康怎樣讓孩子更聰明？開發智力潛能，要從懷孕時就開始第五章 父母是孩子真正的營養師孩子的腸胃功能正常，氣血才會充足如何幫孩子挑選食物？添加副食品的注意事項不要讓孩子過早嚐到大人飯菜的香味我不贊成餵孩子喝蔬菜汁和果汁讓孩子營養好、少生病的飲食準則一定要讓孩子愛上蔬菜“小胖子”是媽媽一手餵出來的多吃零食對孩子的健康有害白開水才是孩子最好的飲料冷飲傷害孩子的胃腸為孩子親手做固元膏吧！.....第六章 父母是孩子最理想的按摩師第七章 透過哺乳也可以治療小兒毛病第八章 孩子生病了，怎麼做？第九章 讓孩子快樂、情緒穩定的成長[後記] 祝願我們的孩子一直走在健康大道上[附錄一] 兒童生長發育測量表[附錄二] 小兒疑難雜症Q & A[附錄三] 食物屬性一覽表[附錄四] 兒童標準經絡穴位圖

## <<父母是孩子最好的醫生>>

### 章节摘录

我說這孩子得的是疳積，只要用針扎一下手指上的四縫穴，擠出裡面的黃水後，孩子就愛吃飯了。

我讓朋友找來縫衣針，把針尖在火上燒了一下，放涼了，先扎了食指上的四縫穴，一擠就流出黃色的液體，用針一挑，還能看到細絲。

又繼續擠，慢慢出來的就是淡血水了。

接著又扎了另外七個手指，每個手指都擠出了稀稠不一的黃水。

在場看的人都說奇怪，第一次看到針扎過後擠出來的不是血而是黃水。

治療小孩厭食 我說，其實自古以來人們就會用這種方法治療孩子厭食，我母親說她小時候不愛吃飯，也被扎過，農村的人多數都知道這個方法，只是現在的人不太相信了。

朋友說，以前也聽老人說在手上扎一下，孩子就會吃飯，去醫院時問醫生，但醫生說沒用過這種方法。

我又叮囑她，孩子手上扎過針後，當天不能再吃西瓜等寒涼之物，要以喝溫稀飯為主，第二天孩子應該就會叫餓，胃口就開了，但飲食上同樣不能吃寒冷的食物，最好吃些海蝦補補氣，這一週的飯菜盡量做得軟、爛，利於消化吸收。

第二天中午，朋友打電話來，說孩子起床後，幾分鐘就吃完滿滿一碗稀飯，從沒這麼快過；中午還沒到，他就叫肚子餓，想吃東西。

她真是太高興了，說這古老的方法真是有用。

以後這孩子胃口一直都不錯，半個月後我又為他扎了第二次，這次幾乎沒有黃水了，只是血的顏色還偏淡。

我對他媽媽說以後不用再扎了，只要注意好孩子的飲食搭配，少吃寒涼的食物，少喝飲料、少吃零食就行了。

一個月後，孩子明顯長胖了，小臉紅潤，半年後再見，這孩子已長得和同齡的孩子一樣高了。

.....

## <<父母是孩子最好的醫生>>

### 编辑推荐

看笑容、摸小手，孩子有病就能提早知道？  
孩子膽小或暴躁，只要用食療和按摩即可改善？  
疏通經絡，除了增強體質，還會提升智力？  
讓孩子胃口大開有哪九種方法？  
沒有不好帶的孩子，只有帶不好的父母。  
只要掌握體質和智力的發展關鍵期，每個父母都是孩子的營養師、兒科醫生和幼教專家！

<<父母是孩子最好的醫生>>

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>