



凤凰出版传媒集团
汉竹编著 ● 亲亲乐读系列

金牌月嫂

365天育儿经

资深母婴护理师讲师 李秀萍 | 主
金牌月嫂 张素英 | 编

絮絮叨叨又万分亲切

事无巨细地传授育儿经验

让你告别迷茫

轻松育儿

金牌
月嫂

江苏凤凰科学技术出版社 | 凤凰汉竹
全国百佳图书出版单位

汉竹·亲亲乐读系列

金牌月嫂

365天育儿经

李秀萍 张素英 主编 汉竹 编著



汉竹图书微博

<http://weibo.com/hanzhutushu>



读者热线

400-010-8811

江苏凤凰科学技术出版社 | 凤凰 汉竹
全国百佳图书出版单位

图书在版编目 (CIP) 数据

金牌月嫂365天育儿经 / 李秀萍, 张素英主编. -- 南京: 江苏凤凰科学技术出版社, 2015.10

(汉竹·亲亲乐读系列)

ISBN 978-7-5537-5031-6

I. ①金… II. ①李… ②张… III. ①新生儿—护理—基本知识 IV. ①R174

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 155449 号



金牌月嫂365天育儿经

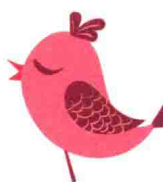
主 编	李秀萍 张素英
编 著	汉 竹
责 任 编 辑	刘玉锋 张晓凤
特邀 编 辑	曹 静 马立改 张 瑜 张 欢
责 任 校 对	郝慧华
责 任 监 制	曹叶平 方 晨

出 版 发 行	凤凰出版传媒股份有限公司 江苏凤凰科学技术出版社
出版社地址	南京市湖南路1号A楼, 邮编: 210009
出版社网址	http://www.pspress.cn
经 销	凤凰出版传媒股份有限公司
印 刷	北京博海升彩色印刷有限公司

开 本	715mm×868mm 1/12
印 张	21
字 数	150千字
版 次	2015年10月第1版
印 次	2015年10月第1次印刷

标 准 书 号	ISBN 978-7-5537-5031-6
定 价	49.80元

图书如有印装质量问题, 可向我社出版科调换。



新生儿

第 1 天啦！	22
新生儿身上白色滑腻腻的是什么	22
宝宝第一口喝的最好是母乳	22
你家宝宝阿氏评分得了几分	23
该拉“胎便”了	23
第 7 天啦！	24
宝宝出院的各项准备	24
宝宝要不要裹起来	24
宝宝脐带咋还不脱落	24
宝宝怎么变轻了	25
黄疸咋还没退	25
宝宝满月啦！	26
别给宝宝剃满月头	26
满月宴可以办，但绝不能影响宝宝的正常生活	26
宝宝为啥突然变得特别能吃	26
给宝宝照相，记得不要用闪光灯	27
怪怪的囟门！ 宝宝和我想的真不一样	28
认识新生儿	28
好神奇的囟门	29
胎记、罗圈腿，那些看似异常的正常事儿	30
“惊跳”反射	30
“内八脚”和“罗圈腿”	30
干哭无泪	30
脱皮	30
粟粒疹	30
“马牙”	30
胎记	31

呼吸时快时慢	32
“螳螂嘴”	32
眼白出血	32
隐睾	33
乳房肿大、泌乳	33
皮肤红斑	33
新生儿喂养，给生命最好的开始	34
不同月龄宝宝吃奶量及哺喂次数	34
母乳喂养，给宝宝 37℃ 的母爱	35
不能哺乳，配方奶是最好的选择	36
混合喂养不是奶粉和母乳一起喝	38
金牌月嫂细说新生儿常见睡眠问题	40
不同月龄宝宝的睡眠特点	41
宝宝睡不踏实，总是哭闹	41
金牌月嫂手把手教你护理新生儿	42
脐带的护理	42
宝宝耳朵护理	43
宝宝眼部护理	43
新生儿不需要用枕头	44
宝宝，我该怎么抱你	44
怎样给宝宝包襁褓	45
怎么给宝宝穿衣服	46
新生儿衣服的选择	47
如何清洗宝宝的衣服	47
新生儿穿多少衣服合适	47
如何给新生儿洗尿布	48
超简单给宝宝换纸尿裤	48
头几次给宝宝洗澡，找个人帮忙最好	49

给特别的宝宝更多的关怀.....	50
对待四类特殊宝宝.....	50
二宝来了，当心大宝吃醋.....	51
出生在不同季节的新生儿.....	52
春季——预防感冒最重要.....	52
夏季——宝宝千万不要捂.....	52
秋、冬季——空气流通很重要.....	53
新生儿的健康最重要.....	54
帮助宝宝咳痰.....	54
防止脐炎.....	54
宝宝肚脐脏怎么办.....	55
湿疹，讨厌的湿疹.....	55
睡觉不踏实是不是缺钙.....	55
和宝宝一起玩游戏.....	56
看黑白图案.....	56
随铃声摇摆.....	56
妈妈柔性的抚触.....	57

听听月嫂的育儿心得 /58

- ❶ 42 天产检，医生说纸尿裤穿反了，糗大了！到底该怎么穿呢？.....58
- ❷ 纸尿裤好还是棉尿布好？.....58
- ❸ 需要找专业开奶师开奶吗？.....58
- ❹ 感觉新生儿像个“瓷娃娃”，能从妈妈手中直接递给爸爸吗？.....59
- ❺ 老人为啥抱宝宝时总爱掂孩子，会不会把头掂出毛病来呢？.....59
- ❻ 不同季节宝宝睡觉盖什么？.....59
- ❼ 宝宝打喷嚏，要不要去医院？.....60
- ❽ 妈妈比宝宝先出院怎么办？.....60
- ❾ 混合喂养的宝宝，出现不打嗝或半天打一下嗝，正常吗？.....60
- ❿ 患母乳性黄疸的宝宝就不能吃母乳了吗？.....60
- ⓫ 一直喂母乳，宝宝拉绿色大便，正常吗？.....61
- ⓬ 宝宝不看挂在床前的玩具，是视力有问题吗？.....61



1~2 月

42 天啦！.....	64
产后 42 天检查，一定要带着宝宝吗.....	64
需要给宝宝验血吗.....	64
医生说宝宝的小屁屁有点红.....	64
宝宝第 1 次体检，都查啥.....	65
金牌月嫂说喂养，不要轻易认为母乳不足.....	66
母乳喂养，宝宝想吃就喂.....	66
关于奶粉和奶瓶那点事儿.....	68
混合喂养.....	69

2 个月宝宝的日常护理.....	70
辨别宝宝的哭声.....	70
买儿童安全座椅，必须的.....	71
宝宝小手凉凉的，是不是穿少了.....	71
枕秃不等于缺钙.....	72
正确选购和使用背袋.....	72
安抚奶嘴的选择.....	72
不同情况下抱宝宝的姿势.....	73
2 个月宝宝的睡眠.....	74
晚上宝宝哼唧，先别急着喂奶.....	74

别轻易叫醒熟睡的宝宝	74
宝宝睡眠姿势大搜罗	75
春夏秋冬, 放心养娃	76
春季——有风的日子少带宝宝出去	76
夏季——戴颈圈游泳真的那么好吗	76
秋季——从小锻炼宝宝的耐寒能力	77
冬季——总在屋子里憋着不可取	77
2个月宝宝常见不适和应对	78
六种常见不适	78
宝宝为什么会“攒肚儿”	79
和宝宝一起玩游戏	80
听听节拍歌	80
拍拍皮球	80

拥抱, 稳定宝宝情绪	80
好性格宝宝是这样养成的	81
搞定你的爱哭宝宝	81
陪伴, 给宝宝足够的安全感	81

听听金牌月嫂的育儿心得 /82

- ❁ 宝宝好几天才排便, 喂点西瓜和香蕉可以吗?82
- ❁ 宝宝拒绝吃奶怎么办?82
- ❁ 最近情绪不好, 对乳汁分泌有影响吗?82
- ❁ 把药混在奶里喂宝宝, 可以吗?83
- ❁ 这几天宝宝老是吃手指, 是不是奶水少?83
- ❁ 奶水少, 宝宝又不喝奶粉, 怎么办?83

2~3月

金牌月嫂说喂养, 仍需坚持母乳喂养	86
母乳喂养, 宝宝想吃就喂	86
混合喂养, 千万别放弃母乳	88
喝配方奶的宝宝, 可适当喝点水	89
2~3个月宝宝的日常护理	90
尽早培养宝宝的规律作息	90
清理宝宝的鼻牛儿	90
给宝宝选择适合的玩具	91
宝宝护肤, 每天都不可少	92
亲子抚触, 让宝宝更健康	92
该给宝宝添新衣服了	93
男宝宝的臀部护理	93
女宝宝的臀部护理	93

3个月宝宝的睡眠	94
建立良好的睡眠习惯	94
宝宝睡眠的注意事项	95
春夏秋冬, 放心养娃	96
春季——减衣莫着急	96
夏季——避免“空调病”	96
秋季——给宝宝多喝水	97
冬季——宝宝保暖不宜过度	97
3个月宝宝常见不适和应对	98
佝偻病、前凶门鼓胀不用怕	98
宝宝流鼻涕、鼻塞怎么回事	99

和宝宝一起玩游戏.....	100
和宝宝一起对话	100
让宝宝爬一爬.....	100
让宝宝滚一滚.....	100
和宝宝一起听音乐.....	100

好性格宝宝是这样养成的.....	101
宝宝也会耍脾气	101
搞定你家认生的宝宝	101

听听金牌月嫂的育儿心得 /102

● 宝宝放不下怎么办?	102	● 吃奶时间缩短,是奶水不足吗?	104
● 不到3个月的宝宝喂米粉,是不是太早了?	102	● 宝宝喜欢乱抓,要不要给戴手套?	104
● 宝宝没长牙,还要清洁口腔吗?	102	● 怎样给小宝宝喂药?	105
● 妈妈感冒了,还能给宝宝喂奶吗?	103	● 宝宝腹泻后吃奶减少怎么办?	105
● 宝宝身上出现的白斑是怎么回事?	103	● 宝宝啃手指,该不该干预?	105
● 宝宝睡觉总是头偏向一侧,会不会影响头形?	104		



3~4月



宝宝百天啦!	108
宝宝刚百天,可以坐着吗.....	108
百天宝宝能吃辅食吗	108
百日宴注意事项	108
拍百天照,在家里也可以.....	109
宝宝生病就不要拍照了	109
影楼拍百天照的注意事项.....	109

金牌月嫂说喂养,辅食添加不宜太早.....	110
母乳、人工、混合喂养面面观	110
上班族妈妈的母乳喂养	111

4个月宝宝的日常护理.....	112
每天都要带宝宝晒太阳	112

宝宝是在做梦吗	112
小小围嘴帮大忙	112

4个月宝宝的睡眠.....	113
宝宝睡眠时的注意事项	113

春夏秋冬,放心养娃.....	114
春季——与宝宝共享日光浴	114
夏季——警惕宝宝脱水热.....	114
秋季——提防宝宝腹泻	114
冬季——室内温度不要过高	114

4个月宝宝常见不适和应对.....	115
宝宝六大常见不适.....	115

和宝宝一起玩游戏.....116

和宝宝一起拍球、翻身、拉手坐.....116

好性格宝宝是这样养成的.....117

学会缓解宝宝的分离焦虑.....117

听听金牌月嫂的育儿心得 /118

❶ 宝宝看到什么都往嘴里放, 怎么办?118

❷ 宝宝生病了, 打针还是吃药?118

❸ 宝宝哭时脸发黑正常吗?118

❹ 4 个月的宝宝, 需要把尿、把便吗?119

❺ 常用纸尿裤, 会导致男宝宝不育吗?119

❻ 宝宝舌苔黄或白正常吗?119

4~5月

金牌月嫂说喂养, 人工、混合喂养的宝宝开始添加辅食了.....122

上班族妈妈, 保证泌乳次数.....122

训练 5 个月的宝宝握奶瓶喝奶.....122

四步添加辅食, 自制菜水、果水.....122

自制菜水、果水.....123

5 个月宝宝的日常护理.....124

选购宝宝服装, 注重安全性.....124

重视室内空气污染.....124

5 个月宝宝的睡眠.....125

宝宝快速入睡的方法.....125

春夏秋冬, 放心养娃.....126

春季——不要带宝宝到人群聚集的场所.....126

夏季——勤给宝宝喂水预防“暑热症”.....126

秋季——多带宝宝到户外走走.....126

冬季——适量补充维生素 A、维生素 D.....126

5 个月宝宝常见不适和应对.....127

怎样知道宝宝对某种食物过敏.....127

宝宝“口欲期”不满足危害大.....127

警惕肠套叠的发生.....127

和宝宝一起玩游戏.....128

和宝宝一起蹬腿、传物、闻脚丫.....128

好性格宝宝是这样养成的.....129

帮宝宝轻松度过“认生期”.....129

听听金牌月嫂的育儿心得 /130

❶ 宝宝吃奶时老爱咬乳头, 是怎么回事?130

❷ 宝宝不爱喝水怎么办?130

❸ 怎样发现宝宝生病了?130

❹ 宝宝便秘了, 怎么办?131

❺ 添加辅食过早好不好?131

❻ 输液好不好?131

5~6月

金牌月嫂说喂养, 母乳仍是最佳食物.....134

怎样保持良好的母乳喂养..... 134

辅食添加因宝宝而异..... 134

辅食添加的方法..... 135

6个月宝宝的日常护理.....136

给宝宝选择合适的枕头..... 136

防止宝宝掉下床..... 136

6个月宝宝的睡眠.....137

应对宝宝夜间醒来的对与错..... 137

春夏秋冬, 放心养娃.....138

春季——减少维生素D, 多补钙..... 138

夏季——尽量少抱着宝宝..... 138

秋季——不要过早给宝宝加衣..... 138

冬季——避免让宝宝受热..... 138

6个月宝宝常见不适和应对.....139

教你应对“半夜急诊”..... 139

口水把宝宝下巴腌红了, 怎么办..... 139

怎样保护宝宝的乳牙..... 139

和宝宝一起玩游戏.....140

和宝宝一起听歌、照镜子、扮鬼脸..... 140

好性格宝宝是这样养成的.....141

让宝宝获得快乐..... 141

听听金牌月嫂的育儿心得 /142

❁ 宝宝出现高热惊厥, 怎么护理?142

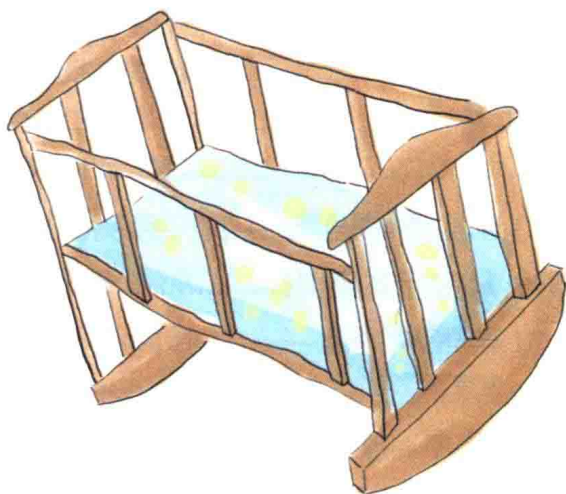
❁ 宝宝认生, 不让陌生人抱怎么办?142

❁ 宝宝喜欢拿手机玩, 抢过来就哭闹怎么办?142

❁ 宝宝体重增长慢怎么办?143

❁ 辅食器具都要煮沸消毒吗?143

❁ 第一次添加辅食该喂多少?143



6~7月



金牌月嫂说喂养，必须添加辅食了.....	146	7个月宝宝常见不适和应对.....	151
母乳充足仍要坚持哺乳.....	146	如何预防宝宝生病.....	151
什么时候给宝宝添加辅食.....	146	宝宝感冒了怎么办.....	151
辅食器皿大搜罗.....	147	当宝宝排尿哭闹时.....	151
7个月宝宝的日常护理.....	148	和宝宝一起玩游戏.....	152
与宝宝同桌进餐.....	148	和宝宝一起撕纸、站立、通电话.....	152
持之以恒晒太阳.....	148	好性格宝宝是这样养成的.....	153
不要过早学走路.....	148	如何应对耍脾气的宝宝.....	153
7个月宝宝的睡眠.....	149		
影响宝宝夜晚睡眠的六大因素.....	149		
春夏秋冬，放心养娃.....	150		
春季——户外活动时间不宜太长.....	150		
夏季——避免宝宝积食.....	150		
秋季——呵护爱咳嗽的宝宝.....	150		
冬季——父母也要预防感冒.....	150		

听听金牌月嫂的育儿心得 /154

❖ 宝宝多汗正常吗？.....	154
❖ 宝宝总吃手指怎么办？.....	154
❖ 怎么处理宝宝的小外伤？.....	154
❖ 宝宝抵抗力差，老是发热怎么办？.....	155
❖ 宝宝是过敏体质，喝什么奶粉好？.....	155
❖ 宝宝不怎么哭，是感情不丰富吗？.....	155

7~8月

金牌月嫂说喂养，可以添加半固体食物了.....	158	排便训练顺其自然.....	160
母乳要继续喂.....	158	8个月宝宝的睡眠.....	161
开始添加固体食物.....	158	宝宝睡眠六不宜.....	161
让宝宝尝试各种各样的辅食.....	159	宝宝不爱睡觉怎么办.....	161
8个月宝宝的日常护理.....	160	春夏秋冬，放心养娃.....	162
适当引导宝宝用杯子喝水.....	160	春季——适当给宝宝补钙.....	162

夏季——防蚊虫叮咬	162
秋季——重点防宝宝痰鸣	162
冬季——给宝宝洗澡，注意防感冒	162

8 个月宝宝常见不适和应对.....163

贫血从预防开始	163
减少宝宝吸吮手指的机会	163
正确应对宝宝拉肚子	163

和宝宝一起玩游戏.....164

和宝宝一起搬运、戴帽、敲敲敲	164
----------------------	-----

好性格宝宝是这样养成的.....165

搞定“黏人”的宝宝	165
-----------------	-----

听听金牌月嫂的育儿心得 /166

❖ 宝宝经常昏昏沉沉，怎么回事？	166
❖ 宝宝长牙期，该用什么给他磨牙？	166
❖ 宝宝腹泻，可以自愈吗？	167
❖ 宝宝不爱喝水怎么办？	167

8~9 月



金牌月嫂说喂养，辅食添加需足量.....170

1 岁之前没有断奶期	170
让宝宝爱上辅食	170
不要忽视宝宝的饮食安全	171

9 个月宝宝的日常护理.....172

每次饭前给宝宝洗洗手	172
定期给宝宝换新鞋	172
固定宝宝的用餐位置	172

9 个月宝宝的睡眠.....173

9 个月宝宝的睡眠特点	173
-------------------	-----

春夏秋冬，放心养娃.....174

春季——不要给宝宝盖得太厚	174
夏季——不要让宝宝直接睡在凉席上	174
秋季——仍要重点预防宝宝腹泻	174
冬季——正确应对宝宝痰咳	174

9 个月宝宝常见不适和应对.....175

看指甲知健康	175
高热可能是幼儿急疹	175

和宝宝一起玩游戏.....176

和宝宝一起捏豆、拉绳、敲盒子	176
----------------------	-----

好性格宝宝是这样养成的.....177

温柔对待宝宝恋物	177
----------------	-----

听听金牌月嫂的育儿心得 /178

❖ 宝宝特别黏妈妈，有时候做不了饭，这正常吗？	178
❖ 怎样为宝宝补充 DHA？	178
❖ 家里老人看护紧，宝宝活动受限制怎么办？	178
❖ 宝宝喜欢到处爬，正常吗？	178
❖ 宝宝越来越怕陌生人，怎么办？	179
❖ 为什么半岁以后，宝宝老是生病？	179

9~10月

金牌月嫂说喂养，三奶三餐一次水果.....182

辅食添加因人而异.....	182
吃奶和辅食的时间要科学.....	182
宝宝不是吃得越多越好.....	182
怎么让宝宝好好吃饭.....	183
水果不可少.....	183

10个月宝宝的日常护理.....184

给“爬行小动物”添加衣物.....	184
让学步车消失于宝宝的世界.....	184
适当放手利于宝宝的成长.....	184

10个月宝宝的睡眠.....185

宝宝的六大睡眠问题.....	185
----------------	-----

春夏秋冬，放心养娃.....186

春季——让宝宝更多地接触大自然.....	186
夏季——辅食要讲究卫生.....	186
秋季——给宝宝补充些鱼肝油.....	186
冬季——给宝宝留三分饥与寒.....	186

10个月宝宝常见不适和应对.....187

宝宝的“精神性”腹痛.....	187
宝宝也可能患心理疾病.....	187
急性上呼吸道感染的护理.....	187

和宝宝一起玩游戏.....188

和宝宝一起唱歌、看图、踢皮球.....	188
---------------------	-----

好性格宝宝是这样养成的.....189

不要扼杀宝宝的好奇心.....	189
-----------------	-----

听听金牌月嫂的育儿心得 /190

给宝宝喂饭困难怎么办？.....	190
能给宝宝使用学步车吗？.....	190
宝宝爱玩自己的小鸡鸡怎么办？.....	190
宝宝喜欢扔东西，这是为什么？.....	191
宝宝长个子与季节有关系吗？.....	191

10~11月

金牌月嫂说喂养，帮助宝宝戒掉夜奶.....194

可吃些颗粒状食物.....	194
断奶要循序渐进.....	194
不要喂宝宝嚼过的食物.....	195
六招解决宝宝夜间喝母乳的习惯.....	195

11个月宝宝的日常护理.....196

宝宝学站小练习.....	196
寒冷季节如何预防冻疮.....	196

11个月宝宝的睡眠.....197

宝宝睡眠的六个阶段.....	197
----------------	-----

春夏秋冬，放心养娃.....198

春季——注意防病.....	198
夏季——不要让宝宝吃太多冷饮.....	198
秋季——防止宝宝冷热不均.....	198
冬季——多喝水防止鼻子干燥出血.....	198

11个月宝宝常见不适和应对	199
提防宝宝反复感冒	199
预防宝宝乳蛀牙	199
说话含糊可能舌系带过短	199
和宝宝一起玩游戏	200
和宝宝一起涂画、合书、滑滑梯	200
好性格宝宝是这样养成的	201
多用正面评价对待害羞宝宝	201

听听金牌月嫂的育儿心得 /202

❖ 秋季宝宝腹泻是怎么回事?	202
❖ 宝宝误吞异物怎么办?	202
❖ 宝宝总流口水怎么办?	202
❖ 宝宝白天不睡觉是异常表现吗?	203
❖ 宝宝睡觉打鼾, 正常吗?	203



11~12月

金牌月嫂说喂养, 断奶并不意味着不再喝奶	206
别强迫宝宝进食	206
断母乳不是意味着不再喝奶	206
两餐之间吃点水果	206
合理安排断母乳后宝宝的饮食	207
1岁宝宝的日常护理	208
戒除安抚奶嘴	208
控制排便也讲科学道理	208
1岁宝宝的睡眠	209
如何安排宝宝白天的睡眠	209
应对越大越不爱睡觉的宝宝	209
春夏秋冬, 放心养娃	210
春季——季节性湿疹不用特殊处理	210
夏季——正确使用空调、电风扇	210
秋季——宝宝出汗时的护理	210
冬季——男宝宝、女宝宝屁屁的清洁很重要	210

1岁宝宝常见不适和应对	211
防止宝宝吞食异物	211
出牙晚不算病	211
宝宝哮喘怎么护理	211
和宝宝一起玩游戏	212
和宝宝一起玩魔方、翻书、码积木	212
好性格宝宝是这样养成的	213
培养1岁宝宝的良好性格	213

听听金牌月嫂的育儿心得 /214

❖ 宝宝“恋物”是病态吗?	214
❖ 宝宝吃果冻好吗?	214
❖ 宝宝左撇子, 需要纠正吗?	214
❖ 宝宝1岁了, 还不会走路, 怎么办?	215
❖ 宝宝身体有时颤动正常吗?	215



1~1.5岁

金牌月嫂说喂养，三餐质量需重视.....218

宝宝一日三餐的原则.....218

一日三餐为主，母乳为辅.....218

纠正宝宝挑食的方法.....219

不要强迫宝宝进食.....219

1.5岁宝宝的日常护理.....220

毛绒玩具的选购和安全.....220

夏天莫让宝宝光着身子.....220

宝宝早睡早起身体好.....220

1.5岁宝宝的睡眠.....221

及时调整宝宝的睡眠习惯.....221

春夏秋冬，放心养娃.....222

春季——多带宝宝去郊游.....222

夏季——少用纸尿裤.....222

秋季——宝宝养肺正当时.....222

冬季——呼吸道感染需预防.....222

1.5岁宝宝常见不适和应对.....223

宝宝鼻出血怎么办.....223

睡觉时到处滚动.....223

手指被挤压伤.....223

和宝宝一起玩游戏.....224

和宝宝一起投掷、穿珠子、捏小球.....224

好性格宝宝是这样养成的.....225

别当着宝宝的面吵架.....225

听听金牌月嫂的育儿心得 /226

❶ 宝宝“不合群”怎么办?.....226

❷ 宝宝说话晚与智力有关吗?.....226

❸ 遇上“无肉不欢”的宝宝，怎么办?.....226

❹ 让老人带宝宝要注意什么?.....227

❺ 别被广告误导，不爱吃饭不都是缺锌.....227



1.5~2岁



金牌月嫂说喂养，科学喂养，均衡营养..230

科学喂养很重要.....230

为宝宝选择有益健康的筷子.....230

不要给宝宝喝鲜牛奶.....231

均衡营养，宝宝健康.....231

2岁宝宝的日常护理.....232

别让宝宝长时间看电视.....232

防止宝宝发生危险.....232

2岁宝宝的睡眠.....233

2岁宝宝常见的睡眠问题.....233

春夏秋冬，放心养娃.....234

春季——保持室温恒定、湿度适宜.....234

夏季——小心食用熟食.....234

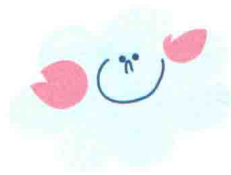
秋季——预防捂出痱子	234
冬季——注意取暖的安全	234
2岁宝宝常见不适和应对	235
警惕宝宝手足口病	235
提高宝宝免疫力，预防反复呼吸道感染	235
和宝宝一起玩游戏	236
和宝宝一起投篮、推球、讲图片	236

好性格宝宝是这样养成的	237
正确认识宝宝的嫉妒心理	237

听听金牌月嫂的育儿心得 /238

❶ 宝宝容易跌跤要紧吗?	238
❷ 宝宝老做噩梦怎么办?	238
❸ 宝宝长大了，可是饭量没有长怎么办?	238
❹ 宝宝吃饭也不少，为什么不见长呢?	239
❺ 能把成人药给宝宝吃吗?	239

2~3岁



金牌月嫂说喂养，零食选择有讲究	242
豆制品要多吃	242
培养宝宝不暴食的习惯	242
每日为宝宝准备丰盛的早餐	242
宝宝零食的选择及食用原则	243

3岁宝宝的日常护理	244
不要给宝宝剪眼睫毛	244
不要带宝宝在马路边上玩耍	244

3岁宝宝的睡眠	245
为宝宝营造安全的睡眠环境	245
培养宝宝独睡的好习惯	245

春夏秋冬，放心养娃	246
春季——预防宝宝“上火”	246
夏季——及时调整食谱	246
秋季——准备上幼儿园的宝宝	246
冬季——注意宝宝的保健	246

3岁宝宝常见不适和应对	247
宝宝经常干呕	247
宝宝有口臭	247
宝宝头发细软、发黄	247

和宝宝一起玩游戏	248
和宝宝一起猜物、传声、画地图	248

好性格宝宝是这样养成的	249
正确认识宝宝的独占行为	249

听听金牌月嫂的育儿心得 /250

❶ 宝宝口吃怎么办?	250
❷ 宝宝屈光不正怎么办?	250
❸ 宝宝太好动了，是“多动症”吗?	250
❹ 宝宝爱咬人怎么办?	251
❺ 宝宝不爱吃草怎么办?	251

汉竹·亲亲乐读系列

金牌月嫂

365天育儿经

李秀萍 张素英 主编 汉竹 编著



汉竹图书微博

<http://weibo.com/hanzhutushu>



读者热线

400-010-8811

江苏凤凰科学技术出版社 | 凤凰汉竹
全国百佳图书出版单位

