



指导专家—香秀坤

首都医科大学北京同仁医院儿科主任医师、教授
曾赴日本横滨儿童医疗中心研修新生儿出生缺陷、遗传性疾病
具有40余年孕产育儿经验

B
博尔乐
BOLER

专家热线



精选无法回避的热点问题
提供专业可靠的私人医生

张树知 侯柳明/编著

育儿



博尔乐孕育热线

5周年
精编版

赠100元咨询卡

中国人口出版社

专家 热线

张树知 侯柳明 编著



图书在版编目(CIP)数据

专家热线·育儿 / 张树知, 侯柳明编著. —北京: 中国人口出版社, 2009.1
ISBN 978-7-80202-822-7

I. 育… II. ①张…②侯… III. 婴幼儿—哺育—问答 IV.
TS976.31-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 195069 号

专家热线·育儿

张树知 侯柳明 编著

出版发行: 中国人口出版社

印刷: 北京金马印刷厂

开本: 710×1000 1/16

印张: 20.75

字数: 350 千字

版次: 2009 年 1 月第 1 版

印次: 2009 年 1 月第 1 次印刷

书号: ISBN 978-7-80202-822-7/TS·9

定价: 29.80 元

社 长: 陶庆军

电子信箱: chinapphouse@163.net

电 话: (010) 83519390

传 真: (010) 83519401

地 址: 北京市宣武区广安门南街 80 号中加大厦

邮 编: 100054

版权所有 侵权必究 质量问题 随时退换



Preface

前言

在孕育宝宝和宝宝出生后，初为父母，爸爸妈妈们肯定遇到了不少困惑，尤其对于妈妈来说，在经过妊娠、分娩之后，体内激素水平突然变化，对生理和心理都产生了一定影响，妈妈该怎样恢复身体，又该怎样养育宝宝呢？

博尔乐孕育咨询热线为你提供怀孕和育儿的全程指导，你所想知道的方方面面都可以通过电话得到权威的答复。

博尔乐孕育咨询热线是国内成立最早、服务用户最多、运营时间最长、专家队伍最强大、知名度最高的孕育专家热线。本书依托专家热线长期以来积累的资源，专注于妈妈们最迫切的问题，给予详尽易懂的解答。本书遵循科学、贴近实际，以知识介绍及问答形式出现，做到了理论联系实际，会让年轻的父母看了就懂，做了就会，通过私人医生般的热线服务，帮你养育聪明健康的宝宝。



Part 1 产后，常见哪些问题

第一节 新妈妈常会遇到什么问题

- | | |
|------------------------------|-----------------------------------|
| 01. 新妈妈要在医院住多久 002 | 20. 上班族妈妈怎么储存母乳 015 |
| 02. 为什么产后一定要坐月子 002 | 21. 婴儿早期能用奶瓶喂奶吗 016 |
| 03. 坐月子时有哪些旧风俗要破除 003 | 22. 躺在床上喂奶好吗 017 |
| 04. 坐月子没做好会有什么影响 004 | 23. 为什么会一只乳房奶多，另一只乳房奶少 017 |
| 05. 谁来帮助新妈妈坐月子 005 | 24. 乳房小分泌的乳汁就少吗 018 |
| 06. 新妈妈生产后多长时间应排小便 005 | 25. 乳头扁平凹陷能矫正吗 019 |
| 07. 新妈妈生产后多长时间应排大便 006 | 26. 乳头皲裂怎么办 020 |
| 08. 新妈妈产后多长时间可以下床 007 | 27. 每次哺乳前要清洗乳房吗 021 |
| 09. 为什么产后会出现头晕 008 | 28. 如何预防因产后喂养引起的
颈背痛 021 |
| 10. 新妈妈产后多长时间可以洗澡 008 | 29. 患急性乳腺炎要停止母乳喂养吗 022 |
| 11. 会阴切开术的新妈妈怎么护理 009 | 30. 妈妈患感冒，还能给宝宝喂奶吗 023 |
| 12. 夏天坐月子如何预防中暑 010 | 31. 乙肝患者或携带者能母乳喂养吗 023 |
| 13. 新妈妈都会出现腰疼症状吗 010 | 32. 不能母乳喂养，怎么回奶 024 |
| 14. 恶露一般持续多长时间 011 | 33. 产后什么时候该进行妇科检查 025 |
| 15. 产后要不要立即给宝宝喂奶 012 | 34. 什么时候能恢复月经周期 026 |
| 16. 有哪些哺乳方法 012 | 35. 生完宝宝多长时间可以开始性生活 026 |
| 17. 母乳喂养期间，妈妈要忌口吗 013 | 36. 产后恢复性生活要注意什么问题 027 |
| 18. 怎么判断母乳是否充足 014 | |
| 19. 每次哺乳后的余奶要挤掉吗 015 | |

第二节 产后怎么调养

- | | |
|----------------------------|-----------------------------|
| 01. 坐月子就要卧床吗 029 | 03. 坐月子吃得越多越好吗 030 |
| 02. 生产后，吃小米粥就可以吗 030 | 04. 新妈妈要多吃鸡蛋、喝鸡汤吗 031 |



- 05. 吃什么有助于下奶 032
- 06. 新妈妈能吃水果吗 033
- 07. 新妈妈一定要多吃红糖吗 033
- 08. 哪些食物能补血 034
- 09. 剖宫产妈妈的饮食有什么不一样 035
- 10. 新妈妈产后能药补吗 035
- 11. 产后变丑怎么办 036
- 12. 不喂奶就能迅速减肥吗 037
- 13. 产后什么时候开始减肥比较好 038
- 14. 产后为了恢复体形, 束腰好吗 038

- 15. 妊娠斑在产后能消除吗 039
- 16. 新妈妈怎么护理面部 040
- 17. 怎么保持乳房弹性 040
- 18. 新妈妈脱发怎么办 041
- 19. 新妈妈可以进行哪些恢复锻炼 042
- 20. 哪些新妈妈不宜做体操 042
- 21. 做过会阴侧切会影响性生活吗 043
- 22. 产后阴道松弛, 影响性生活怎么办 044
- 23. 断奶后怎么预防身体发胖 044

第三节 新妈妈常出现哪些疾病

- 01. 新妈妈产后出血怎么办 046
- 02. 恶露出现臭味是怎么回事 046
- 03. 产后贫血正常吗 047
- 04. 产后出现会阴胀痛怎么办 048
- 05. 产后出现子宫疼痛怎么办 048
- 06. 什么是子宫复旧不全, 该怎么办 049
- 07. 产后为什么会出现阵阵腹痛 050
- 08. 产后出现胃痛怎么办 050
- 09. 什么是产褥感染, 如何预防 051
- 10. 产后发热是感染引起的吗 052
- 11. 乳房肿胀是怎么回事 052
- 12. 为什么会患急性乳腺炎 053
- 13. 患乳房湿疹怎么办 054

- 14. 副乳需要治疗吗 055
- 15. 产后便秘严重怎么办 055
- 16. 为什么新妈妈易出现尿潴留 056
- 17. 新妈妈小便失禁, 怎么办 057
- 18. 产后出现手脚麻木疼痛正常吗 057
- 19. 为什么产后易患静脉曲张 058
- 20. 产褥中暑怎么防治 059
- 21. 产后失眠怎么办 059
- 22. 产后情绪不好, 是产后抑郁症吗 060
- 23. 妊娠高血压新妈妈要注意什么 061
- 24. 妊娠合并心脏病的新妈妈要注意
什么 061

Part 2 新生儿，常见哪些问题

第一节 新生儿常会出现什么问题

- | | |
|---|--|
| 01. 顺产时间过长，羊水有污染，
新生儿会有什么危险…………… 064 | 13. 宝宝牙龈上有些白白的小块
是什么…………… 070 |
| 02. 新生儿出现体重下降是怎么回事… 064 | 14. 宝宝刚生下来就有“马牙”，应该
刮下来吗…………… 071 |
| 03. 新生儿生理性黄疸什么时候才能退 065 | 15. 宝宝一出生就长牙了，需要
拔掉吗…………… 071 |
| 04. 新生儿一直在睡觉正常吗…………… 066 | 16. 宝宝脸上的小白点是怎么形成的，
用刮掉吗…………… 072 |
| 05. 新生儿缺钙怎么办…………… 066 | 17. 宝宝睡觉时有“吱吱”的响声，
是嗓子有问题吗…………… 072 |
| 06. 新生儿为何会有“月经”…………… 067 | 18. 为什么新生宝宝会肚子大…………… 073 |
| 07. 新生儿脱皮需要治疗吗…………… 067 | 19. 新生儿凸肚脐该怎么办…………… 073 |
| 08. 新生儿受到惊吓后，不安怎么办… 068 | 20. 新生儿红斑需要处理吗…………… 074 |
| 09. 宝宝的肚脐总是湿漉漉的，
这正常吗…………… 068 | 21. 新生儿前凶软软的正常吗…………… 075 |
| 10. 宝宝的头皮结垢，是怎么回事… 069 | 22. 新生儿为什么经常打喷嚏…………… 075 |
| 11. 宝宝的眼睛出现斜视怎么办…………… 069 | |
| 12. 宝宝才几天就有乳房肿胀，还有
溢液，是怎么回事…………… 070 | |

第二节 新生儿怎么哺喂和护理

- | | |
|---------------------------|------------------------------------|
| 01. 初乳好还是不好…………… 076 | 09. 宝宝不会吸奶怎么办…………… 081 |
| 02. 坚持母乳喂养有啥好处…………… 076 | 10. 宝宝一直哭不停，还不吃奶怎么办 082 |
| 03. 新生儿出生多久可以进行哺乳…… 077 | 11. 什么时候不宜哺乳或需要暂停哺乳 082 |
| 04. 母乳喂养需要做什么准备…………… 078 | 12. 新生儿除了吃母乳，还用吃别的吗 083 |
| 05. 怎样的哺乳步骤才是正确的…………… 078 | 13. 一天喂多少次奶合适，需要定时定
量吗…………… 084 |
| 06. 怎样判断宝宝有没有吃饱…………… 079 | 14. 新生儿呛奶怎么办…………… 084 |
| 07. 乳汁不足怎么办…………… 080 | 15. 新生儿打嗝怎么处理…………… 085 |
| 08. 怎样提高母乳质量…………… 081 | |



16. 宝宝总是溢奶怎么办 086
17. 宝宝频繁吐奶怎么办 086
18. 宝宝不爱吃妈妈的奶怎么办 087
19. 新生儿吃奶粉上火怎么办 087
20. 怎样给宝宝选配方奶 088
21. 纯母乳喂养的宝宝, 大便秘是病了吗 089
22. 新生儿睡眠与哺乳时间怎么安排 089
23. 新生儿要睡什么样的床 090
24. 新生儿采用哪种睡眠姿势最好呢 091
25. 新生儿睡觉需要枕头吗 091
26. 宝宝睡觉为什么爱出汗 092
27. 宝宝睡觉时为什么老哼哼 093
28. 新生儿睡觉时总是突然惊醒要紧吗 093
29. 宝宝睡觉时四肢抖动是怎么回事 094
30. 新生儿不睡觉怎么办 094
31. 房间温度多高对新生儿合适 095
32. 妈妈和新生儿的房间可以有风吗 096
33. 怎么给宝宝选尿布 096
34. 怎样给尿布消毒 097
35. 尿不湿能一直使用吗 097
36. 新生儿穿衣服比大人多多少为好 098
37. 怎么辨别宝宝的哭声 099

38. 如何辨别宝宝的大便性状 099
39. 宝宝的大便是绿色的, 正常吗 100
40. 新生儿经常鼻塞怎么办 101
41. 新生儿眼屎多怎么办 101
42. 宝宝流泪不知是为何 102
43. 如何清理宝宝的耳朵 103
44. 怎样帮助新生儿度过夏天 103
45. “开口茶”对宝宝好吗 104
46. 家里老人说的“蜡烛包”科学吗 105
47. 怎么给宝宝测体温 105
48. 新生儿可以洗澡吗 106
49. 如何进行新生儿皮肤护理 107
50. 为什么不可忽视新生儿身上的怪味 107
51. 怎样给新生儿喂药 108
52. 新生儿不宜使用或慎用的药物有
哪些 109
53. 新生儿要做哪些疾病的筛查 109
54. 新生儿需要注射哪些疫苗 110

第三节 新生儿患病怎么办

01. 新生儿有产伤怎么办 111
02. 新生儿溶血怎么办 111
03. 新生儿黄疸是正常的吗 112
04. 新生儿出现窒息会有后遗症吗 113
05. 新生儿得了肺透明膜病怎么办 113
06. 新生儿腹泻怎么办 114
07. 新生儿脱水热是怎么回事 115
08. 新生儿发热怎么办 115

10. 如何护理新生儿肺炎·····	116	19. 新生儿破伤风怎么护理·····	123
11. 新生儿咳嗽怎么办·····	117	20. 新生儿尿酸梗塞怎么办·····	124
12. 新生儿鼻子不通气怎么办·····	118	21. 新生儿出现青紫, 需要治疗吗·····	125
13. 新生儿便秘怎么办·····	119	22. 怎么预防新生儿尿布疹·····	125
14. 新生儿硬肿症怎么防护·····	119	23. 毒性新生儿红斑是怎么回事·····	126
15. 鹅口疮反复不愈怎么办·····	120	24. 新生儿常见的胎记有哪些·····	127
16. 新生儿腹胀怎么办·····	120	25. 新生儿易患哪些耳病·····	127
17. 新生儿脐炎怎么办·····	121	26. 新生儿头颅血肿与产瘤需要 治疗吗·····	128
18. 新生儿患上化脓性脑膜炎怎么防护	123		

第四节 新生儿要进行哪些训练

01. 影响宝宝智力的因素有哪些·····	129	08. 怎么和新生儿进行情感交流·····	135
02. 新生儿能做按摩操吗·····	129	09. 新生儿的情绪是怎么发展的·····	136
03. 新生儿能到户外吗·····	131	10. 新生儿依恋是怎么形成和发展的·····	137
04. 新生儿的视觉如何·····	132	11. 新生儿也有气质吗·····	138
05. 新生儿的听觉如何·····	133	12. 如何给新生儿选择合适的玩具·····	138
06. 新生儿的触觉如何·····	133	13. 对新生儿进行动作训练有什么好处	139
07. 新生儿期就要开始锻炼语言能力吗	134	附录: 正常新生儿特征·····	140

Part 3 婴儿成长, 会有哪些问题

第一节 1~6个月婴儿怎么喂养

01. 一定要坚持母乳喂养吗·····	143	03. 喂奶间隙要不要喂水·····	144
02. 母乳喂养多长时间好·····	143	04. 如何为宝宝选购奶瓶·····	145
		05. 如何为宝宝选购奶粉·····	145
		06. 宝宝不喜欢喝奶粉怎么办·····	146
		07. 奶粉冲泡太浓也会营养不良吗·····	147
		08. 应该经常给宝宝换奶粉吗·····	147



09. 宝宝牛奶过敏怎么办·····	148
10. 可以用微波炉给宝宝热奶吗·····	148
11. 突然断奶对宝宝有什么影响·····	149
12. 喂母乳的婴儿为什么不能过早 喂果汁·····	149
13. 宝宝拒吃辅食怎么办·····	150
14. 添加辅食需要注意什么原则·····	151
15. 蛋黄能当辅食添加吗·····	152

16. 6个月的婴儿为什么要吃含铁多的 食物·····	152
17. 婴儿要摄取蛋白质吗·····	153
18. 婴儿需要补充维生素吗·····	154
19. 怎么给婴儿补钙·····	154
20. 婴儿需要补碘吗·····	155
21. 能用咀嚼过的食物喂宝宝吗·····	156
22. 预防肥胖为什么要从婴儿做起·····	156

第二节 1~6个月婴儿怎么养护

01. 怎么给宝宝洗脸·····	157
02. 怎么给宝宝洗澡·····	158
03. 如何给宝宝洗屁股·····	158
04. 怎样为宝宝选择衣服·····	159
05. 怎样为婴儿准备枕头·····	159
06. 宝宝尿布的正确垫法·····	160
07. 怎样为婴儿剪指甲·····	161
08. 宝宝外出要准备什么·····	161
09. 婴儿可以久坐童车吗·····	162
10. 婴儿滥用爽身粉有什么坏处·····	163
11. 宝宝总流口水怎么办·····	163
12. 宝宝为什么容易嘴唇干裂·····	164
13. 宝宝爱吸吮手指是不良习惯吗·····	165
14. 晚上宝宝哭个不停是怎么回事·····	165
15. 宝宝经常出汗是怎么回事·····	166
16. 宝宝眼屎多是怎么回事·····	167
17. 宝宝能含着奶头睡觉吗·····	168
18. 宝宝睡觉不安稳是怎么回事·····	168



19. 怎样培养婴儿良好的睡眠习惯·····	169
20. 怎样防止宝宝睡偏头·····	169
21. 宝宝自己睡安全吗·····	170
22. 宝宝趴着睡觉可以吗·····	171
23. 怎么辨别宝宝大便的性状·····	172
24. 为何宝宝总是腹泻·····	173
25. 宝宝肚子疼是有蛔虫吗·····	173
26. 如何判断宝宝听力有问题·····	174
27. 宝宝抵抗力下降怎么办·····	175
28. 头发黄是缺微量元素吗·····	175
29. 宝宝尿黄需要补水吗·····	176

第三节 1~6个月婴儿要进行哪些训练

01. 如何训练宝宝的视觉…………… 177
02. 什么时候宝宝会翻身, 需要锻炼吗 178
03. 怎样帮助6个月以下的婴儿做
被动体操…………… 178
04. 爸爸妈妈如何引导宝宝学坐…………… 179
05. 过早学坐有哪些危害…………… 180
06. 宝宝原地打转是快会爬了吗…………… 181
07. 如何训练宝宝的咀嚼能力…………… 181
08. 1~3个月婴儿适合做哪些游戏… 182
09. 怎么给4~5个月的宝宝选玩具… 183
10. 宝宝左右脑均衡开发才会聪明吗… 184
11. 影响宝宝生长发育的因素有哪些… 184

第四节 7~12个月婴儿怎么喂养

01. 断奶后期可以增添哪些食品…………… 186
02. 长牙期宝宝喂养需注意什么…………… 186
03. 宝宝吃饭不专心怎么办…………… 187
04. 给宝宝喝酸奶有好处吗…………… 188
05. 宝宝出牙早晚与营养有关吗…………… 188
06. 宝宝出牙时拒食怎么办…………… 189
07. 婴儿为什么少吃味精…………… 190
08. 婴儿为什么不可以吃蜂蜜…………… 190
09. 夏天, 婴儿能喝成人饮料吗…………… 191
10. 如何给婴儿选择水果…………… 191
11. 8个月的婴儿可以吃些点心吗…………… 192
12. 宝宝易过敏不能吃什么食物…………… 193

第五节 7~12个月婴儿怎么养护

01. 洗涤婴儿内衣要注意什么…………… 194
02. 宝宝被蚊子咬了怎么护理…………… 194
03. 怎样保持宝宝口腔卫生…………… 195
04. 怎样给宝宝掏耳屎…………… 196
05. 婴儿能看电视吗…………… 196
06. 吃什么能让宝宝的眼睛更明亮…………… 197
07. 婴儿为什么不能在嘈杂的环境中
生活…………… 198
08. 宝宝玩猫有什么危害…………… 198
09. 能剧烈摇晃和高抛婴儿吗…………… 199
10. 宝宝左撇子需要纠正吗…………… 200
11. 婴儿为什么会认生…………… 201
12. 亲吻宝宝好吗…………… 201
13. 婴儿怎样进行日光浴…………… 202
14. 男宝宝爱摸小鸡鸡怎么办…………… 203
15. 宝宝需要父爱吗…………… 204



第六节 7~12个月婴儿要进行哪些训练

- | | |
|------------------------------------|----------------------------|
| 01. 宝宝什么时候学步好····· 205 | 07. 怎样帮助7~12个月的婴儿做体操 210 |
| 02. 怎样对宝宝进行语言能力训练····· 205 | 08. 婴儿如何利用水进行锻炼····· 211 |
| 03. 如何训练宝宝情感和社会适应能力 206 | 09. 婴儿如何利用空气进行锻炼····· 211 |
| 04. 婴儿可以听音乐吗····· 207 | 10. 怎样给宝宝做抚触····· 212 |
| 05. 适于7~9个月婴儿的游戏有哪些 208 | 11. 怎样预防宝宝八字脚····· 213 |
| 06. 适于10~12个月婴儿的游戏有
哪些····· 209 | 12. 婴儿定期健康检查有哪些好处····· 214 |
| | 附录····· 215 |

Part 4 2~3岁幼儿,会有哪些问题

第一节 2~3岁幼儿怎么吃

- | | |
|----------------------------|---------------------------|
| 01. 应该怎么给宝宝安排饮食····· 221 | 12. 宝宝爱吃巧克力好吗····· 229 |
| 02. 幼儿不宜吃哪些食物····· 221 | 13. 宝宝不爱喝水怎么办····· 229 |
| 03. 怎样培养宝宝良好的进餐习惯····· 222 | 14. 宝宝积食了怎么办····· 230 |
| 04. 吃什么宝宝才更聪明····· 223 | 15. 宝宝为什么喜欢吃脏东西····· 231 |
| 05. 宝宝吃什么能增强免疫力····· 224 | 16. 宝宝可以吃酸奶和乳酸奶吗····· 231 |
| 06. 宝宝偏食怎么办····· 224 | 17. 哪些食物可以为宝宝补钙····· 232 |
| 07. 如何控制宝宝的零食····· 225 | 18. 宝宝缺锌怎么补····· 233 |
| 08. 宝宝夏季吃什么好····· 226 | 19. 宝宝排铅吃什么比较有效····· 233 |
| 09. 夏季如何预防宝宝病从口入····· 226 | 20. 宝宝贫血吃什么····· 234 |
| 10. 怎么教宝宝使用筷子····· 227 | 21. 宝宝患结石吃什么····· 235 |
| 11. 宝宝爱吃糖,对身体有影响吗····· 228 | 22. 宝宝经常便秘吃哪些食物好····· 235 |

第二节 2~3岁幼儿怎么养护

- | | |
|----------------------------------|--------------------------|
| 01. 爷爷奶奶在宝宝护理中是什么
角色····· 237 | 03. 宝宝什么时候入托比较好····· 238 |
| 02. 保姆在宝宝护理中是什么角色····· 237 | 04. 怎么给宝宝做入托准备····· 239 |
| | 05. 宝宝不想去幼儿园怎么办····· 239 |

06. 家里装修对宝宝有影响吗 240
07. 宝宝可以养宠物吗 241
08. 爸爸妈妈外出, 宝宝哭不停
 怎么办 241
09. 宝宝一边玩一边吃怎么办 242
10. 宝宝的玩具越多越好吗 243
11. 宝宝的头越大越好吗 243
12. 如何培养宝宝的性别意识 244
13. 如何给宝宝洗澡 245
14. 如何训练宝宝上厕所 245
15. 宝宝什么时候开始学刷牙 246
16. 睡眠对宝宝有哪些影响 247
17. 如何调整宝宝的睡眠规律 247
18. 晚上宝宝不肯睡觉怎么办 248
19. 宝宝可以睡弹簧床吗 249
20. 宝宝开灯睡觉好吗 249
21. 如何改掉宝宝吃手指的习惯 250
22. 怎么纠正宝宝口吃 251
23. 宝宝经常挤眉弄眼是怎么回事 251
24. 宝宝长不高是什么原因 252
25. 宝宝太胖, 需要减肥吗 253
26. 预防宝宝铅中毒有哪些措施 253
27. 缺碘有碍宝宝智力和体格发育吗 254
28. 宝宝头发稀黄是不是病呢 255

第三节 2 ~ 3 岁幼儿要进行哪些训练

01. 应该给宝宝挑选什么样的玩具 256
02. 宝宝不跟其他小朋友玩怎么办 256
03. 如何缓和引导宝宝的攻击行为 257
04. 怎样促进宝宝个性的发展 258
05. 怎样教育可以提高智力 258
06. 如何启发宝宝的观察力 259
07. 怎样培养宝宝的语言表达能力 260
08. 如何更好地开发宝宝记忆力 260
09. 如何培养宝宝的社交能力 261
10. 如何培养宝宝的创造力 262
11. 如何培养宝宝的学习兴趣 262
12. 怎样培养宝宝诚实的品德 263
13. 如何培养宝宝独立的性格 264
14. 怎样帮助宝宝树立自信 264
15. 怎样培养宝宝的文明礼貌习惯 265
16. 怎样教育宝宝从小学会明辨是非 265
17. 宝宝动手能力差怎么办 266
18. 如何训练宝宝自己穿脱衣服 267
19. 宝宝注意力不集中怎么办 267



Part 5 宝宝预防接种和常见疾病处理

第一节 婴幼儿要做哪些预防接种

- | | |
|--|---|
| 01. 什么是预防接种…………… 270 | 14. 什么时候不宜接种疫苗…………… 279 |
| 02. 预防接种要做哪些准备…………… 270 | 15. 打了预防针, 哪些反应是正常的… 280 |
| 03. 婴幼儿期都要做哪些预防接种…………… 271 | 16. 接种疫苗后出现反应怎么办…………… 280 |
| 04. 预防接种证有什么作用, 怎么
办理…………… 272 | 17. 2个月婴儿应该做哪些预防接种… 281 |
| 05. 出生24小时内必须接种乙肝疫苗吗…………… 272 | 18. 宝宝预防接种后出现红肿怎么
处理…………… 281 |
| 06. 怎么知道接种疫苗是否成功…………… 273 | 19. 百白破疫苗怎么接种…………… 282 |
| 07. 为何不同的疫苗接种次数各不相同…………… 274 | 20. 宝宝怎样接种卡介苗…………… 283 |
| 08. 接种疫苗后有什么忌口的…………… 274 | 21. 接种卡介苗应该注意哪些问题…………… 283 |
| 09. 宝宝在打疫苗之前还要做体检吗…………… 275 | 22. 接种卡介苗后, 局部会有什么
反应…………… 284 |
| 10. 如何为宝宝选择计划外疫苗…………… 276 | 23. 接种卡介苗后引起淋巴结肿大, 经常
发生在哪些部位…………… 285 |
| 11. 哪些宝宝不能接种疫苗…………… 276 | 24. 流感疫苗为何要年年打…………… 285 |
| 12. 打了疫苗能否100%预防传染病…………… 277 | 25. 国际旅行需要做哪些预防接种…………… 286 |
| 13. 宝宝接种疫苗种类多, 会不会增加
异常反应发生的概率…………… 278 | |

第二节 婴幼儿患病怎么办

- | | |
|--------------------------|-------------------------------------|
| 01. 宝宝需要检查营养不良吗…………… 287 | 09. 如何辨别宝宝是不是得了哮喘…………… 292 |
| 02. 宝宝出现腹泻要注意什么…………… 287 | 10. 宝宝是否会被间接传染
麻疹, 怎样预防…………… 293 |
| 03. 如何预防宝宝蛔虫症…………… 288 | 11. 宝宝病毒疹怎样预防…………… 294 |
| 04. 宝宝打喷嚏是感冒吗…………… 289 | 12. 宝宝贫血需要检查吗…………… 294 |
| 05. 宝宝患过敏性鼻炎怎么办…………… 289 | 13. 宝宝糖尿病能治愈吗…………… 295 |
| 06. 怎样为宝宝选退烧药…………… 290 | 14. 宝宝得了沙眼怎么治疗…………… 296 |
| 07. 婴儿肺炎怎样防治…………… 291 | 15. 如何预防宝宝泌尿系感染…………… 297 |
| 08. 宝宝患气管炎怎么办…………… 291 | |

16. 宝宝尿液乳白色会是肾病吗 298
17. 怎样才能有效防止宝宝便秘 298
18. 宝宝厌食怎么办 299
19. 宝宝抽风可以治愈吗 300
20. 宝宝脑瘫能预防吗 300
21. 宝宝慢性肝炎有哪些表现 301
22. 宝宝是蚕豆病, 应该如何选择
 饮食 302

第三节 宝宝出现意外情况怎么办

01. 宝宝吃错药怎样急救处理 303
02. 宝宝误服毒物怎么办 304
03. 宝宝烫伤怎么办 304
04. 宝宝触电怎样处理 305
05. 宝宝如果发生煤气中毒怎么
 急救处理 306
06. 宝宝耳朵里进水怎么办 306
07. 宝宝气管异物有什么危害 307
08. 宝宝异物塞鼻怎么办 308
09. 宝宝异物卡喉怎么办 309
10. 宝宝划伤后伤口怎么处理 309
11. 宝宝流鼻血怎么办 310
12. 宝宝出现腹泻一般是什么原因 311
13. 宝宝脱臼怎么办 311
14. 宝宝头部外伤怎么急救处理 312
15. 宝宝眼睛受伤怎么急救处理 312
16. 宝宝不小心溺水怎么办 313
17. 宝宝发生骨折怎么办 314
18. 宝宝如果出现痉挛需要怎么处理 315
19. 宝宝被蜂蜇伤如何处理 315
20. 宝宝被狗咬伤怎么办 316
21. 宝宝被蚊虫咬伤会有哪些症状 317



Part 1

产后，常见哪些问题

- 坐月子的哪些旧风俗要破除
- 产后要不要立即给宝宝喂奶
- 吃什么才能有助于下奶
- 断奶后怎么预防身体发胖
- 妊娠斑在产后能消除吗
- 产后出现会阴胀痛怎么办
- 产后情绪不好，是产后抑郁症吗

博尔乐孕育咨询热线：010-83514361 83554217





第一节 新妈妈常会遇到什么问题

01 “新妈妈要在医院住多久”

专家回复 一般情况下顺产的新妈妈3天后可以出院,而剖宫产的妈妈则需要5~7天可以出院,如遇到特殊情况,可能会延期。

个案跟踪

我是陕西一名妈妈,3天前顺产下一个足月男宝宝,婆婆担心我身体恢复不好,想让我在医院多住几天,请问有必要吗?

个案专家解析

顺产的新妈妈一般产后恢复较快,产后仅会阴部位有伤口,并发症少。如果局部伤口愈合好,没有感染,3天后即可出院。而对于剖宫产的新妈妈,因损伤较大,术后需要较长时间恢复,且需要观察术后并发症,因此住院天数可稍微长一些。



产后小知识

产后住院注意事项:

- ① 要有充足的休息和睡眠,以利身体恢复。
- ② 摄取足够的营养。
- ③ 要注意外阴部的清洁,勤换卫生棉。
- ④ 需经常沐浴(不宜盆浴),以维持皮肤正常的排泄功能。

02 “为什么产后一定要坐月子”

专家回复 中国人提倡“适当坐月子”是有根据的,因为在怀孕期间和分娩之后,新妈妈生理上会发生很大变化,需要通过“坐月子”来进行调整。

新妈妈完成分娩以后,生殖器官及各系统进入恢复阶段,现代医学上称这一时期为“产褥期”,也就是民间所称的“坐月子”,一般需要42~56天。坐月子的目的是为了新妈妈能借助饮食、休息,甚至健身操来让自己身体的气血、筋骨及生殖器官完全恢复健康。