

用 正 确 的 观 念 照 顾 宝 宝 是 父 母 的 天 职

妈妈宝宝指导

育儿知识图典

YUER ZHISHI TUDIAN

育儿百科 * 现代版

吴 春 倪泰一编著

逐日
指导
全版



全面了解宝宝在生理、心理和行为等方面日新月异的变化，是正确照顾宝宝的关键，更是发掘宝宝潜力的重要依据。



图文并茂
轻松阅读
温情关爱

对宝宝全方位的照顾，还包括如何面对宝宝可能出现的各种疾病，以及在家中如何进行医疗照顾的方法，甚至还包括居家环境的安全措施和意外情况的急救等知识。

您应当具备正确的育儿知识和观念，以便随时自信地依照自己的直觉处理宝宝在日常生活中可能出现的各种情况，在成功扮演父母角色的同时，在宝宝生活技能的学习上扮好“老师”的角色。



重庆大学出版社



宝 宝 生 理 心 理 和 生 活 能 力 的 发 展 与 其 未 来 息 息 相 关



育儿知识图典

YUER ZHISHI TUDIAN

育儿百科 · 经典图绘藏本



吴春 倪泰一 编著

重 / 庆 / 大 / 学 / 出 / 版 / 社

责任编辑:肖顺杰
装帧设计:刘太亨

图书在版编目(CIP)数据

育儿知识图典/吴春 倪泰一编著. - 重庆:重庆大学出版社,1999.9
ISBN 7-5624-2105-6

I. 育… II. ①吴…②倪… III. ①婴幼儿-妇幼保健-图解②婴幼儿-哺育-图解 IV. R174-64

中国版本图书馆 CIP 数据核字(1999)第 62010 号

育儿知识图典

吴 春 倪泰一 编著

★

重庆大学出版社出版发行

(沙坪坝正街 174 号)

中国科技信息所重庆分所印刷厂

(重庆渝中区一号桥)

★

开本:787×1092 1/16 印张:26.25 字数:660 千

1999 年 9 月第 1 版 1999 年 9 月第 1 次印刷

印数:1-5000

ISBN 7-5624-2105-6/R·146

定价:39.00 元

凡印装错误均寄厂调换

新出生的宝宝就像春天发出的幼芽，每天都会对你展现一个全新的面貌，这也是整个生命过程中变化最为明显的一个阶段。宝宝在生理和心理方面的每一个进步，哪怕是一个可以让你感觉到的排便反应都会让你激动，使你真切地感悟到生命本身固有的美丽和速度。在美丽和速度中潜伏着更多的脆弱和危险，这就是辩证法，就是最为真实的生命哲学。为其如此，我们更应该在对孩子的爱心中注入更多的知识和细致，以便对宝宝在生理、心理和社交能力方面的任何变化作出科学的认识，并选择正确的方式进行适时的处理。正确而系统的知识可以指导你，使你更为恰当地应用你对孩子的爱心，这虽然不是现代育儿的新观念，却肯定是唯一的正确观念。

不仅如此，全方位面对孩子成长过程中的日常照顾问题，还需要十分具体的知识和技巧，有时甚至是相当琐碎的。对待宝宝的哭闹需要耐心，而且还应更多地掌握安抚宝宝的方法。抱孩子的讲究、喂乳的姿态，以及给孩子换洗尿布、洗浴、穿衣和脱衣等等，都是每个父母必须面对的日常问题，没有正确的方法你就可能会弄伤你的宝宝，这种伤害往往不会立即表现出来，但通过较长时间的累积就极可能留给孩子终身的缺陷。现在宝宝正在成长，他将面对学步和走路，他将面对学习和游戏，在这个时候，除了留心宝宝在生理方面可能出现的各种问题，你还将关注宝宝在心理、智力和技巧学习方面的发展，而后者和前者一样，如果缺乏科学而富有预见的指导都很可能直接影响到宝宝的未来。因此，成功的父亲和母亲，除了充当父母的角色，还应该承担起“老师”的角色，你应该在了解男婴和女婴发育差别的情况下，教导自己的孩子成为真正的男孩和女孩。

在孩子的成长过程中，你是孩子“第一次”永远的见证人。婴儿的第一次哭叫，第一次大便，第一次喂乳，第一次“傻笑”，孩子所说的第一句话，在这个世界上所走的第一步路，对你的第一次亲昵的表示……你应该怎样面对？

从宝宝出生的第一天起，该书详细介绍了孩子成长过程中的每一个变化，以及这些变化究竟意味着什么，他需要你如何去对待，并针对孩子日常生活的各个方面提供了看护孩子的丰富知识，这些知识来自对所有前辈父母养育经验的科学总结。而且该书还为你提供了在孩子出现各种异常情况时，可供选择的各种应急措施，这些措施不仅可以帮助你解决孩子生病时的医疗照顾问题，还可以保证孩子有一个最佳的愈后。总之，该书依据孩子成长的过程，逐日逐月逐年地为你提供了几乎全部育儿的详细知识。

最后需要指出的是，该书在成书后得到了周志枢主任医师及金琼英医师的认真审阅，而且该书从各种参考书籍中选用的插图，为读者直观地掌握育儿的相关知识提供了可贵的帮助，在此一并致以诚挚的谢意。

目录

婴儿篇

从出生到满月

2 0~30 天婴儿的特征

- 2 健康宝宝的标志
- 3 宝宝开始大小便
- 3 当心“便秘恐怖症”
- 3 果真是消化不良吗
- 4 软乎乎的头
- 5 似乎难看的脸
- 5 是湿疹还是梅毒
- 6 脐带的脱落
- 7 体温的变化
- 7 宝宝也会长痣
- 8 “黄疸”应慎重
- 8 “吐血”怎么办
- 9 面对“兔唇”不惊慌
- 10 要是嘴里长了“牙”
- 10 可能出现的烦恼
- 11 由哭看个性
- 12 为什么会“吐奶”
- 13 愉快的脸色最重要

14 0~30 天婴儿的培育条件

- 14 宝宝要有自己的家
- 14 布置育婴室
- 15 安全第一的婴儿床
- 15 舒舒服服好安眠

- 16 柔软宽松洁净的衣物
- 17 奶瓶不可缺少
- 18 尿布也很重要
- 19 专用的脸盆与澡盆
- 20 一年四季的变化
- 21 关心宝宝的人们
- 22 意料之中的意外
- 22 新鲜空气的沐浴
- 23 双胞胎与早产儿
- 24 尿布的折叠法

25 0~30 天婴儿的科学喂养

- 25 母亲的保养
- 25 父亲的责任
- 26 母亲的第一使命
- 27 宝宝什么时候吃奶
- 28 初乳与母乳
- 28 宝宝的首要权利
- 29 母乳与牛奶的营养
- 30 不要轻易放弃母乳喂养
- 30 母乳喂养的两大优点
- 31 如何用母乳喂养
- 32 不要害怕宝宝哭
- 32 没有母乳怎么办
- 33 乳头裂伤及其他
- 34 怎样挤母乳
- 35 关于混合喂养
- 36 牛奶的益处与不足
- 37 奶粉的调兑
- 38 如何用牛奶喂养

- 39 宝宝体重知多少
- 40 要抱一抱宝宝
- 40 可不可以吃别人的奶
- 41 维生素不能缺少
- 41 更换尿片的窍门
- 42 如何使用尿布
- 43 双胞胎的喂养
- 44 早产儿的喂养
- 45 髋关节脱位怎么办
- 46 为宝宝洗个澡
- 47 洗澡小窍门

初到人世 100 天

48 30 ~ 100 天婴儿的特征

- 48 满月之后的宝宝
- 49 顺利进入 100 天
- 49 宝宝户外行
- 50 开始添加辅食
- 51 好哭可以成癖
- 52 大便的太难与过易
- 52 小便知多少
- 53 拒绝吃牛奶
- 53 吃奶与体重
- 54 久治难愈的湿疹
- 55 吐奶不会成习惯
- 56 消化有方和消化不良
- 56 积痰并不等于哮喘
- 57 又哭又闹为哪般
- 58 宝宝为啥会发烧

- 58 为何发生嵌顿疝
- 59 感冒了也不可怕
- 60 清除眼屎很重要
- 61 佝偻病是真还是假
- 61 难得一见的脚气病

62 30 ~ 100 天婴儿的培育条件

- 62 室内与室外
- 63 夏天与冬天
- 65 预防可能的传染病
- 66 床上出现的危险
- 67 理发与体检
- 67 母亲去上班
- 68 托儿是否平安
- 69 托儿时的选择
- 69 托儿中的要事

71 30 ~ 100 天婴儿的科学喂养

- 71 满月后宝宝的母乳喂养
- 73 临近 100 天的母乳喂养
- 74 满月后的牛奶喂养
- 75 临近 100 天的牛奶喂养
- 76 果汁水的配制与喂养
- 78 辅食的添加
- 79 宝宝的胖与瘦
- 80 宝宝要坚持锻炼
- 81 怎样做婴儿体操
- 83 预防接种知多少
- 84 早产儿为何要补铁

半岁前后

85 100 ~ 250 天婴儿的特征

- 85 半岁前的宝宝
- 86 半岁后的宝宝
- 87 宝宝的睡眠
- 88 宝宝的全身运动
- 88 食量与消化
- 90 乳牙开始长出来
- 91 并非偶然的发烧
- 92 便秘的可能
- 93 注意肠套叠
- 93 久治难愈的湿疹
- 94 宝宝的感冒
- 95 斜视及其他
- 96 咳嗽是否成病
- 96 麻疹的传染
- 97 夜啼的真假
- 98 无名病毒引发的疹子
- 98 夏天和冬天会长的疮
- 99 趴着睡觉是个坏习惯
- 100 发烧与抽风
- 100 耳垢的软与硬
- 101 鹅口疮及地图舌
- 101 扁平的后脑勺

103 100 ~ 250 天婴儿的培育条件

- 103 半岁前宝宝的安全
- 104 半岁后宝宝的安全
- 105 宝宝在春天

- 106 宝宝在夏天
- 106 宝宝在秋天
- 107 宝宝在冬天
- 108 玩具的选择
- 109 准备好背宝宝
- 110 不时外出游玩
- 111 传染病的预防

112 100 ~ 250 天婴儿的科学喂养

- 112 半岁前宝宝的母乳喂养
- 112 半岁前宝宝的喂养
- 113 半岁前宝宝的牛奶喂养
- 114 半岁前宝宝辅食的添加
- 116 半岁前宝宝辅食的制作
- 116 半岁后宝宝的母乳喂养
- 117 半岁后宝宝的喂养
- 118 半岁后宝宝的牛奶喂养
- 119 半岁后宝宝辅食的添加
- 120 半岁后宝宝辅食的制作
- 121 早产儿的辅食添加
- 122 为宝宝断奶做准备
- 123 半岁前宝宝的锻炼
- 124 半岁前怎样为宝宝做婴儿体操
- 126 半岁后宝宝的锻炼
- 127 半岁后怎样为宝宝做婴儿体操

“抓周”之日

129 250 天 ~ 1 岁婴儿的特征

- 129 断奶前的宝宝

130 从爬行到站立
131 日渐丰富的表情
132 饮食起居多变化
133 宝宝的大小便
133 可能会生的病
134 断奶后的宝宝
135 喜怒哀乐不自禁
136 手舞足蹈向前行
137 睡眠与营养
138 自己学会大小便
139 牙齿的多与少
140 摔伤与碰伤
141 烫伤及烧伤
143 为什么会拉肚子
144 肺炎不可怕
146 发高烧的可能
146 头部出现的小疙瘩
147 宝宝的犟脾气
148 吞进异物不要慌
149 喉咙有时会过敏
150 宝宝发胖怎么办
151 便秘仍旧会发生
151 为什么不吃东西
152 真的是左撇子吗
153 咳嗽与呕吐

155 250 天 ~ 1 岁婴儿的培育条件

155 随时注意安全
156 每天上班之前
157 玩具的变化
159 炎热的夏天

160 寒冷的冬天
161 每天下班以后
162 可能的事故
163 预防传染病
163 要学会察言观色
164 学说话要有环境

166 250 天 ~ 1 岁婴儿的科学喂养

166 为断奶作好准备
167 断奶前的母乳喂养
168 天生有所偏爱
169 能否不用婴儿床
170 逐渐学会大小便
171 促进运动能力的提高
171 点心不要成主食
172 断奶后的喂养
173 多吃一点蔬菜有好处
174 喝牛奶仍有必要
174 自己动手吃水果
175 宝宝偏食怎么办
176 淘气可以好商量
176 最好不要中断运动
177 睡眠习惯的养成
177 迈步走进一岁生日

学步一年

179 1 ~ 2 岁婴儿的特征

179 满周岁以后的宝宝
180 快到两岁的宝宝

- 182 宝宝的胖与瘦
- 183 说话有困难
- 184 发高烧怎么办
- 185 呕吐及腹泻
- 186 咳嗽无休止
- 187 抽风有原因
- 187 过度疲劳不是病

190 1~2岁婴儿的培育条件

- 190 游乐有天地
- 191 当心出意外
- 192 预防传染病
- 192 春天与秋天
- 193 夏天与冬天

195 1~2岁婴儿的科学喂养

- 195 正确的饮食
- 197 良好的睡眠
- 199 训练大小便
- 200 每天坚持运动
- 201 坏脾气与好心情

幼儿篇

自己动手

204 2~3岁幼儿的特征

- 204 自理能力增强
- 205 体重增长缓慢
- 205 不用担心 X 型腿

- 205 孩子的身高与体重
- 206 敏感而认生
- 206 为何爱吃手指拇
- 206 口吃并非就是病
- 207 恋物成癖
- 208 为何夜间流鼻血
- 208 道德感的萌芽
- 209 敢与父母较劲

211 2~3岁幼儿的培育条件

- 211 寻找宽敞的户外游戏场地
- 212 选择适宜的玩具
- 212 为孩子寻找游戏的小伙伴
- 213 注意季节变迁
- 213 安全须知

215 2~3岁幼儿的科学教养

- 215 孩子应该吃什么
- 216 孩子挑嘴怎么办
- 216 孩子为何不爱吃饭
- 217 孩子可以吃零食
- 218 龋齿的防治
- 219 教孩子刷牙
- 220 孩子的睡眠
- 220 孩子的大小便
- 221 教孩子学会自理
- 222 教孩子锻炼身体
- 223 让孩子变得天真活泼
- 223 如何处理“肩脱臼”
- 224 如何对付“犟”的孩子
- 225 教孩子说话

- 225 让孩子自己动手
- 227 创造力的培养
- 228 重视孩子的涂鸦
- 229 管教孩子的忌讳
- 229 给孩子讲故事

离开妈妈的怀抱

231 3~4 岁幼儿的特征

- 231 孩子的饮食起居
- 231 感情纯真直露
- 232 孩子的自慰
- 232 自立而任性
- 232 孩子的身高和体重
- 233 有了时空和数的概念
- 234 想象力迅速发展
- 235 语言及思维能力的发展
- 235 难与别的孩子一块玩
- 236 喜欢模仿
- 236 老爱提问题

238 3~4 岁幼儿的培育条件

- 238 送孩子上幼儿园
- 238 注意室内环境的设置
- 239 玩具的选择
- 240 为孩子选择适当的画册
- 241 指导孩子看电视
- 242 孪生子女
- 243 有老人和没有老人
照看孩子的家庭

- 244 家庭安全须知
- 245 幼儿园事故的预防
- 246 注意四季的变迁
- 246 预防常见病

248 3~4 岁幼儿的科学教养

- 248 合理安排孩子的饮食
- 249 孩子的三餐饭
- 249 孩子如何吃零食
- 250 多喝白开水
- 250 孩子的大小便
- 251 孩子的睡眠
- 252 教孩子锻炼身体
- 252 培养孩子生活自理
- 253 幼儿园的运动与锻炼
- 254 帮助孩子自立
- 255 多让孩子参与家务劳动
- 256 教孩子与人交流
- 257 培养孩子的创造力
- 257 防止智力灼伤
- 258 不要体罚

动手创造新世界

260 4~5 岁幼儿的特征

- 260 光长个头不长肉
- 260 生活更加自立
- 261 活泼好动
- 262 易发“人来疯”
- 262 运动能力增强

263 智力发展迅速

263 创造力的活跃期

264 知道男女有别

264 孩子为何突发高烧

264 爱自言自语

266 4~5岁幼儿的培育条件

266 玩具的选择

267 组织内容丰富的游戏

268 坚持上幼儿园

269 结交小伙伴

269 防疫与接种

270 注意寒暑假

271 注意季节的变迁

271 注意预防常见病

272 安全须知

274 4~5岁幼儿的科学教养

274 合理安排孩子的饮食

274 让孩子高高兴兴地吃饭

275 孩子如何吃零食

275 偏食的误区

276 孩子的大小便

277 孩子的睡眠

278 如何对待好哭的孩子

279 培养孩子生活自理

280 把孩子锻炼得强健些

280 孩子说谎怎么办

282 可以教孩子读书写字吗

283 孩子业余应该学什么

走向学习之路

285 5~6岁幼儿的特征

285 身材发育匀称

285 生活基本自立

286 智力发展迅速

286 生理机能增强

287 个性初步形成

288 意志力增强

289 道德行为及评判能力的增强

289 易发的常见病

292 5~6岁幼儿的培育条件

292 幼儿园的学前教育

293 玩具的恰当选择

293 培育环境的四季变迁

294 活泼愉快的集体生活

295 安全须知

295 注意口腔保健

296 防治弱视

298 5~6岁幼儿的科学教养

298 合理安排孩子的饮食

298 孩子的零食

299 如何解决孩子入睡难

300 加强生活自理的训练

301 让孩子健康活泼

301 培养孩子礼貌待人

302 如何看待好动的孩子

303 孩子不听话怎么办

- 304 孩子是“身体虚弱”吗
- 305 如何激发孩子的创造才能
- 305 如何看待智力测验
- 306 做好入学准备

健康篇

310 眼、耳、口及鼻部疾病

- 310 麦粒肿
- 310 眼睑炎
- 311 结膜炎(红眼病)
- 311 泪腺阻塞
- 312 斜视
- 312 沙眼
- 313 外耳感染
- 314 中耳炎
- 314 中耳积液
- 314 耳鼓膜穿孔
- 315 耳聋
- 316 口腔溃疡
- 316 异物进入耳内
- 317 鹅口疮
- 318 绊舌的矫治
- 318 耳垢过多
- 319 长牙疼痛
- 319 牙龈出血
- 320 龋齿
- 320 慢性鼻炎
- 321 流鼻血
- 321 鼻塞或流鼻涕

- 321 急性鼻炎
- 322 急性过敏性鼻炎
- 323 鼻窦炎
- 323 鼻内异物
- 323 乳牙松而不掉

325 感染及传染性疾病

- 325 喉咙痛
- 325 扁桃体炎
- 326 喉炎
- 327 急性咽炎
- 328 急性毛细支气管炎
- 328 哮喘
- 330 咳嗽
- 331 气管、支气管炎
- 332 肺炎
- 333 哮喘
- 334 一般感冒
- 335 流行性感冒
- 336 麻疹
- 337 水痘
- 338 流行性腮腺炎
- 340 细菌性痢疾
- 341 病毒性肝炎
- 342 中毒性菌痢
- 343 流行性脑膜炎
- 344 乙型脑炎
- 344 猩红热
- 346 小儿麻痹症
- 346 小儿麻痹症的预防
- 346 百日咳

- 347 结核病
- 348 狂犬病
- 348 白喉
- 350 破伤风
- 350 如何预防接种
- 351 预防接种图表

352 心血管系统及血液疾病

- 352 先天性心脏病
- 353 病毒性心肌炎
- 354 风湿热
- 356 缺铁性贫血
- 357 钩虫病贫血
- 357 过敏性紫癜
- 358 胡豆黄
- 359 地中海贫血
- 360 白血病

362 胃肠道及寄生虫疾病

- 362 腹痛
- 362 肠套叠
- 362 胃肠炎
- 363 阑尾炎
- 364 蛔虫病
- 365 蛲虫病
- 366 虱子
- 366 疥疮

368 皮肤与过敏性疾病

- 368 婴儿湿疹
- 370 皮肤皲裂

- 370 冻疮
- 371 脓疱疮
- 371 光敏症
- 372 疖
- 373 唇疱疹
- 374 虫咬性皮炎
- 375 痱子
- 376 寻常疣
- 377 脚癣
- 378 风疹
- 379 尿布疹
- 379 跳蚤咬伤
- 380 药物过敏

381 营养缺乏病

- 381 营养不良
- 382 缺乏维生素 A
- 383 佝偻病
- 385 微量元素缺乏

387 膀胱、肾脏与生殖器疾病

- 387 泌尿道感染
- 388 血尿
- 389 急性肾炎
- 390 外阴发红
- 390 小阴唇粘合
- 390 龟头炎
- 391 隐睾症
- 392 包茎
- 393 疝气

395 神经系统疾病及内分泌失调

- 395 颅内出血
- 396 遗尿症
- 396 呼吸暂停症
- 397 癫痫
- 398 小儿多动症
- 399 免疫缺陷病
- 401 身材矮小
- 402 肥胖症
- 403 性早熟

附：婴幼儿疾病家庭护理

- 149 如何判断孩子是否生病
- 153 如何判断孩子得了急病
- 154 就医时应告诉医生什么
- 159 就医时该向医生询问什么
- 159 家庭用药须知
- 162 口服法
- 164 滴液法
- 168 注射法
- 169 细心照护孩子
- 178 孩子高烧时的照护
- 178 孩子抽风(惊厥)后的照护
- 188 呕吐

198 腹泻

- 209 家庭日用品消毒法
- 210 住院治疗
- 241 出院须知

婴幼儿意外事故急救

- 243 意外伤害应急措施
- 247 人工呼吸
- 259 大出血
- 272 电击伤
- 284 家庭常用备急用品
- 288 窒息
- 291 休克
- 297 急性中毒
- 307 中毒急救法
- 308 溺水
- 324 心脏按摩
- 326 急救中的禁忌
- 326 烧伤和烫伤
- 339 眼外伤
- 354 脑外伤
- 385 骨折和脱臼
- 393 低温症
- 400 晒伤与中暑

婴儿篇

面对刚刚来到人世间的宝宝,初次成为父母的我们,顷刻间那种喜悦之情是难以言表的。但在欣喜过后,往往心情又极为复杂,甚至会感到不知所措:今后将如何与这一稚嫩的生命共同生活?经济上还能否满足以后的开销?在养护过程中应该注意哪些问题?宝宝突然出现了身体不适该怎么办?等等,都会让我们忧心不已。事实上,自从夫妻二人决定要孩子那一天起,这些问题就已经存在了,只不过那时我们想得更多的是将来怎样才能让孩子生活得更好、怎样才能让孩子接受到更好的教育,以及憧憬的是三口之家的快乐等,而对于上述那些负面的想法则设想得至少不是很多,甚至有时想也没有想过。但毕竟这是个现实问题,只要你一旦为人父母就需要你拿出百倍的勇气去正确面对。尤其是如果你不慎得了有一个身体有某方面缺陷的婴儿,那种焦急心情是可想而知的,好在现在的科技手段已较发达,发生这种情况的可能性已很微小。如果因某些原因不能避免,你更应该努力承担起今后尽心抚养的责任。不管怎样,只要孩子呱呱坠地,我们就开始了另外一种崭新的生活。既然说是一种崭新的生活,那我们应该具备怎样的育儿知识,才能算不辱没做父母的使命,让孩子在爱心与开心的宽松氛围中健康地成长呢?

婴儿期是指宝宝从0岁到2岁之前这一年龄阶段。由于这是人生的一个特殊阶段,这一时期婴儿的生理及心理特征都有异于人生的其他年龄期,因此,首先我们必须了解这一阶段各个时期婴儿的特征,根据这些特征来辨别宝宝出现的是生理性还是病理性表现。如果是生理性的,是否会给宝宝的成长带来麻烦,以免却我们多余的担心;如果病理性的,该去就医时还必须及时带孩子就医,以免延误病情,尤其是那些有先天性缺陷的婴儿,千万不可错过了最有利的诊疗或手术时间。事实上,从我们的宝宝初到人间之始,到即将步入幼儿园之前,无论是饱暖饥寒还是喜怒哀乐,都是与这一阶段各个时期宝宝的生理及心理变化直接相关的。

其次,我们还要根据宝宝在这一阶段各个时期的特征,来合理进行育婴室的布置,衣物、尿布、被褥的选择,脸盆、澡盆的配备,以及奶瓶、奶嘴的选择等等,以便为他们创造一个利于健康成长的生活环境。

再次,在宝宝的吃喝拉撒睡之中,最重要的显然是吃,我们更需要懂得如何使宝宝吃得好而长得壮。特别是吃奶的宝宝,究竟是吃母乳好还是吃牛奶好,两者之间的差异在什么地方,都应该做到心中有数。这是因为宝宝吃什么奶与怎样吃,不仅仅是一个吃奶的简单问题,而是一个关系到宝宝如何才能茁壮成长的根本性问题。

从出生到满月

0~30 天婴儿的特征

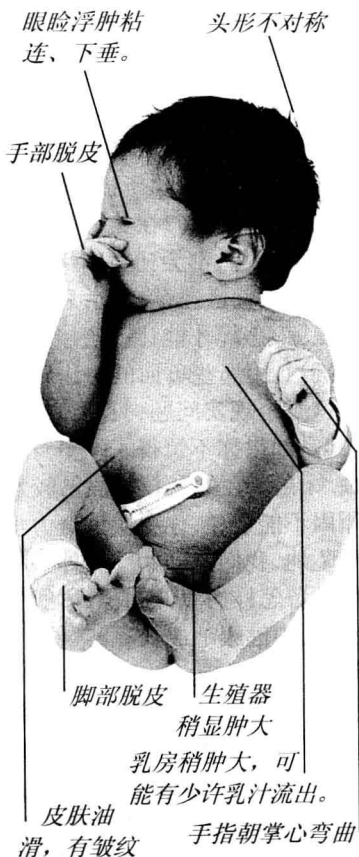
婴儿落地后,医护人员要做的第一件事就是对他的体重、头围、身高,以及脉搏、活动能力和呼吸等进行测量和测定。你应对这些数据和指标有一个彻底的了解,以便能够让你对孩子今后的健康发育情况有一个比较。但由于个体差异,诸如遗传、营养状况等因素,你的孩子可能与其他孩子表现得不一致,所以你大可不必去为孩子的这些情况与别的孩子不同而过多担心。如果真的要进行比较,你只能把孩子与他自己不同的发育阶段进行比较。

健康宝宝的标志

婴儿出生后,医生会对孩子的健康状况作出评估,你应了解这些情况,还有必要向医生询问一些问题要求他们解答。

当小宝宝降临人世,我们在激动不已之时,一定会问自己:什么样的宝宝才是最健康的呢?其实,宝宝健康的标志也就是皮肤鲜嫩而呈现出粉红色,能够大声地啼哭,手脚不停地自由活动。不过,在气温较低的日子里出生的宝宝,手和脚尖往往会发紫,这也是正常的,并非是因为心脏不好。此外,男孩的阴囊有时看起来好像有些浮肿,而女孩的小阴唇有时比大阴唇要大些,有点突出似的,对此你不应该感到惊慌,即使不加任何处理,这些现象都会自然消退的。

当然,宝宝的体重也较重要。一般说来,宝宝的体重以 2.5 千克左右为正常。实际上,早产儿的体重也有超过 2.5 千克的,但是体重不足 2.5 千克的正产儿也大有人在,这就是所谓的“足月小产儿”。可见,体重并不是衡量宝宝健康与否的唯一标准,而过分追求体重,将导致婴儿肥胖症。所以,当宝宝在出生后体重一时未能增加,我们也不要过于着急,因为宝宝出生一周后的体重,与刚刚生下来的体重相比较,一般来说应该有所增长,却没有明显的变化,这叫做生理性体重下降,这是因为刚出生的宝宝还不习惯吃奶的自然后果。此外,“横产”的宝宝在出生一周之后,在脖子的左侧或右侧,我们常常会摸到一个硬币大小的肿块,许多母亲都会以为这是不正常的。其实,即使这硬块在随后的日子里开始变大,我们也用不着焦急,因为这种硬块在宝宝满月后会逐渐变小,到满周岁时就会基本消失。倘若到周岁时硬块仍不消失,那么就应及时进行手术,以免造成“斜颈”的后遗症。



新生儿的外形特征

初生的婴儿有许多特别的情况,诸如头形不对称、眼脸浮肿粘连、皮肤多皱、多毛、手和足部皮肤干燥脱皮、皮肤有斑点或色斑、生殖器显得肿大等等。不过,这些情况在一定时间内都属正常,它们大多会在数周内消失,只有在极少数情况下可能因出现感染而需求助于医生。

宝宝开始大小便

了解宝宝的大小便的特征,包括次数、质地、颜色等,能够让你更准确地知道他的身体健康状况。

在宝宝来到人间的第一天之内,通常就会排出大小便。宝宝的首次大便叫做胎便,呈现为黑中带绿的粘稠状,这是由于肠道的分泌物在溶解蛋白酶的作用下而形成的,至于呈绿色则是因为其中混有胆汁。有的宝宝可能会排出红砖色的尿,我们不必为此而担心,因为这不过是尿酸盐造成的后果。此外,即使是健康的宝宝也有可能两天后才开始小便,这也是正常的。

随着宝宝的不断生长,大小便的次数与日俱增。不过,哪怕宝宝的小便再多,也都被不停更换的尿布所吸收,我们一般不会去加以注意。然而,我们对随时随地都可以看到的大便,却很难掉以轻心,特别是随着每日里大便次数的增加,我们对于带有泡沫的液状排泄物感到十分不安,以为是宝宝在拉痢疾。其实,这往往是因为采用母乳喂养的宝宝大便次数较多,并且多为痢疾样便。至于是否真的在拉痢,可以采取称体重的方法来判断:若一周内增重 200 克以上,即为正常。但刚出生一周时,宝宝的体重没有增长却不能作为是否拉痢的判断标准。

当心“便秘恐怖症”

应该知道,宝宝的排泄方式往往会受到所摄入的食物的影响,因此你极有必要了解这一点,以去掉多余的担心。

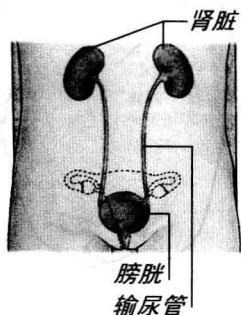
虽然存在着宝宝在排泄方面的个体差异,并且在满月时就基本上定型。但是,每天宝宝大小便的次数多少,则直接与宝宝吃什么有关。这就是说,是采用母乳喂养,还是采用牛奶喂养,将极大地影响到宝宝的排泄,尤其是大便的次数。一般地说,出生半个月后的宝宝,如果用母乳喂养的话,宝宝大便的次数就由每天 2~3 次增加到每天 7~8 次;而如果用牛奶喂养的话,宝宝大便的次数往往会保持在每天 2~3 次不变。

同时,采用牛奶喂养,宝宝的大便多呈现为白中带黄,而且干燥有形,与采用母乳喂养的宝宝的大便形成鲜明的对比,因而也就容易引发我们对于宝宝是否便秘的担心。特别是当有的宝宝在出生半个月后,由于用牛奶喂养的缘故,每天大便的次数反而只有 1 次,结果到满月时,宝宝就有可能不是每天大便 1 次,甚至会两三天大便 1 次。于是,我们就以为宝宝真的便秘了。其实,如果认识到这有可能

● 果真是“消化不良”吗 ●

我们一般会认为,健康的宝宝尤其是用母乳喂养的宝宝应排出金黄色的、粘稠的、均匀的“有形便”,然而用母乳喂养的宝宝的大便颜色常常绿中带黄,并且混有白色的块状物,颜色难看而不均匀,有时还混有透明的线条状粘液,甚至出现像搅碎了的鸡蛋黄似的“腹泻便”,很让人认为宝宝是消化不良。

事实上,在宝宝刚出生的半个月中,每天大便 2~3 次,半月后次数会一下子急增到每天 7~8 次。这是因为母乳的分泌在宝宝降生时并不十分充足,而半个月后母乳的分泌量就大增,宝宝的吃奶量也随之增加,所以大便的次数自然增多。因此,我们不要轻易认为宝宝的大便不正常,更不要当作消化不良去乱求医。只需注意观察一段时间,看看宝宝是否每天照例大便数次,同时宝宝的体重是否增加,精神状态是否良好,即可判断宝宝是否是消化不良。



尿液的形成

人体血液中的废物经肾脏过滤,溶解于水中(即尿液)排出,随输尿管下行至膀胱。新生儿因还不能控制排尿,所以稍微有一点尿液,膀胱壁受到刺激,就会出现排尿动作。