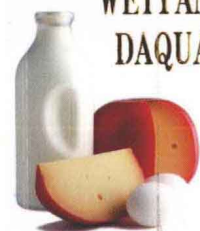


达知 钟雷 编 全国知名医学博士王玉学倾情推荐



YINGYOUER  
KEXUE  
WEIYANG  
DAQUAN



# 婴幼儿 科学喂养大全



♥ 为父母们打开科学喂养之门，避免婴幼儿喂养不当，创造无障碍喂养环境。



婴幼儿

科学  
喂养



大全

Ying You er  
Ke Xue Wei Yang  
Da Quan



万卷出版公司



© 崔钟雷 2008

图书在版编目(CIP)数据

婴幼儿科学喂养大全 / 崔钟雷主编. —沈阳: 万卷出版公司, 2008.7

ISBN 978-7-80759-276-1

I. 婴… II. 崔… III. 婴幼儿 - 哺育 IV.R174

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 092991 号

出版发行: 万卷出版公司

(地址: 沈阳市和平区十一纬路 29 号 邮编: 110003)

印刷者: 北京画中画印刷有限公司

经销者: 全国新华书店

幅面尺寸: 146mm × 208mm

字数: 270 千字

印张: 13.5

出版时间: 2008 年 7 月第 1 版

印刷时间: 2008 年 7 月第 1 次印刷

责任编辑: 刘铁丹

策划: 钟雷

装帧设计: 稻草人工作室 

主 编: 崔钟雷

副 主 编: 王丽萍 韩璐

ISBN 978-7-80759-276-1

定 价: 19.80 元

联系电话: 024-23284442

邮购热线: 024-23284454

传 真: 024-23284448

E-mail: vpc@mail.lnpgc.com.cn

网 址: <http://www.chinavpc.com>



# 前言

每一个孩子都  
是落入凡间的精  
灵。面对新生命的诞生，  
父母在激动和惊喜之余，  
更多的是一种责任。新出生的  
小生命是鲜活的，也是脆弱的，这  
就需要父母对其进行精心地、科学地喂养和呵护，对宝宝的变化进行细心的  
观察，做出正确的判断和处理，尤其是孩子的妈妈，需要给予新生儿更多的  
关爱，对其进行科学的哺育。只有宝宝健康茁壮地成长，才是对父母辛苦  
付出最好的回报。

当个好父母并不容易，除了用心还是用心。因此，我们编写了《孕产  
期 40 周指导大全》、《胎教方法大全》、《婴幼儿科学喂养大全》、《婴幼  
儿智力开发大全》、《婴幼儿常见病的防治大全》等书。希望读者能  
够全面细致地了解婴幼儿的生理特点、日常生活起居、饮食  
喂养以及疾病的防治等，帮助满怀爱心的父母科学合  
理地养育出自己心爱的宝宝。

愿这些书能够给您的育儿生活带来帮  
助，也愿天下的父母都能够把  
育儿谱写成一曲动人的歌。

编 者  
2008 年 7 月



# 目录

## CONTENTS



### 第1章 迎接新生宝宝

#### 一 婴儿房的准备与布置

1. 最好单独为宝宝准备一间婴儿房 / 3
2. 准备婴儿房需注意的问题 / 4

#### 二 婴儿用品

1. 要为宝宝准备的必需品 / 6
2. 选择婴儿床和寝具时需注意的地方 / 7
3. 宝宝的衣服和尿布的选择 / 8

#### 三 喂养用品

1. 母乳喂养时需要准备的用具 / 9
2. 为宝宝多准备几种奶瓶 / 12

### 第2章 新生儿期

#### 宝宝出生第一周

#### 一 生长发育

1. 新生宝宝的身体形态 / 15
2. 新生儿的胎便 / 15

3. 关于宝宝排便的问题 / 16
4. 关于宝宝尿液的问题 / 16
5. 新生儿生殖器官的常见问题 / 17

#### 二 科学喂养指导

1. 一定让宝宝吃初乳 / 18
2. 学会给新生宝宝哺乳 / 18
3. 每天哺乳的次数及哺乳时间的掌握 / 19

#### 三 宝宝的日常护理

1. 护理宝宝的口腔 / 19
2. 给新生儿使用热水袋要注意 / 20
3. 宝宝睡觉时的正确体位 / 20
4. 预防宝宝的头形不正 / 21
5. 宝宝呼吸时嗓子可能发出响声 / 22
6. 学会抱宝宝的正确方法 / 22



7. 新生儿的保暖 / 23
8. 正确包裹新生宝宝 / 25

## 四 疾病防治

1. 产瘤和凶门 /25
2. 宝宝的呼吸规律 /26
3. 宝宝的脐带 /26
4. 新生儿宝宝头部有血肿是正常的 /27

## 宝宝出生 第二周

### 一 生长发育

1. 宝宝的脑部发育 /28
2. 宝宝的听觉 /28
3. 宝宝的注意力 /28



### 二 科学喂养指导

1. 宝宝吐奶是正常的 /29
2. 产妇多“下奶”的方法 /29
3. 了解人工喂养 /30
4. 妈妈乳头干裂的哺乳法和疗法 /32
5. 哺乳期的妈妈要注意饮食 /33
6. 判断母乳是否充足的方法 /34



### 三 宝宝的日常护理

1. 正确地给宝宝洗澡 /34
2. 给宝宝洗澡时的注意事项 /35
3. 宝宝的眼睛护理 /37
4. 正确地给宝宝洗头 /37
5. 正确地给宝宝剪指甲 /38

## 四 疾病防治

1. 新生儿出现湿疹的原因和应对办法 /39
2. 尿布疹及应对办法 /40
3. 先天性胆道闭锁 /42
4. 宝宝得了感冒的症状及应对办法 /43

## 宝宝出生 第三周

### 一 生长发育

1. 半个月大的宝宝生长发育的特点 /45
2. 宝宝会哭 /46



3. 宝宝的味觉、视觉发展 /46

4. 宝宝咳嗽、打喷嚏 /47

## 二 科学喂养指导

1. 缺乏母乳时,可进行人工喂养 /47

2. 母乳不足时,可以加喂牛奶 /48

3. 妈妈感冒了也可以给宝宝喂奶 /49

4. 不能用鲜牛奶喂宝宝 /49

5. 用奶瓶喂奶时应注意的事项 /50

6. 为宝宝调配牛奶的注意事项 /50

## 三 宝宝的日常护理

1. 宝宝鼻子不通气的症状及应对办法 /51

2. 宝宝在家时要注意的事项 /52

3. 培养新生儿自然睡眠的习惯 /52

4. 宝宝夜间不肯睡的解决办法 /53

## 四 疾病防治

1. 预防和处理宝宝的腹泻 /54

2. 认识苯丙酮尿症 /55

3. 认识克汀病 /56

4. 宝宝发热的处理方法 /57

5. 认识先天性髋关节脱位 /59

6. 斜颈和偏头的防治办法 /60

7. 防治新生儿硬肿症的方法 /62

8. 防治新生儿破伤风 /63

9. 男宝宝出现阴囊水肿的解决办法 /64

10. 宝宝出现肚脐凸起的解决办法 /64

11. 婴儿经常性吐奶的应对方法 /65

# 宝宝出生第四周

## 一 生长发育

1. 近满月的宝宝生长发育的变化 /66

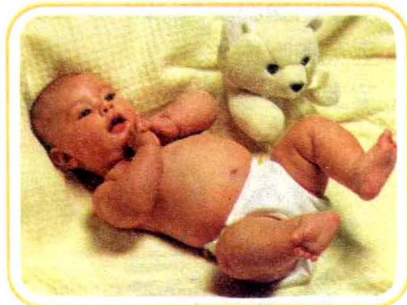
2. 宝宝的睡眠 /66

3. 宝宝的视力 /67

## 二 科学喂养指导

1. 选购婴儿奶嘴的注意事项 /68

2. 喂奶时不要让婴儿睡着了 /69



3. 上班后坚持母乳喂养的解决方案 /70

4. 患了母乳性黄疸的宝宝的喂养方法 /70

## 三 宝宝的日常护理

1. 预防新生儿感染 /71

2. 新生儿要及时接种卡介苗和乙肝疫苗 /72

3. 新生儿期要加喂鱼肝油 /73

4. 打“蜡虫包”的弊病 /74

5. 判断宝宝是否生病的常规办法 /75

- 6. 体温测量方法 /76
- 7. 生活中如何防止婴儿窒息 /76

## 四 宝宝 IQ 开发

- 1. 运动智能 /77
- 2. 用手智能 /83
- 3. 视觉智能 /84
- 4. 听觉智能 /86
- 5. 语言智能 /87
- 6. 情感与社会适应能力 /88

## 五 疾病防治

- 1. “腹泻便” /90
- 2. 烫伤 /90
- 3. 早产儿 /91
- 4. 小样儿 /94
- 5. 新生儿颅内出血 /95
- 6. 新生儿窒息 /99
- 7. 新生儿败血症 /102
- 8. 接触性皮炎 /104
- 9. 新生儿湿肺 /107
- 10. 新生儿出血症 /108
- 11. 新生儿肺炎 /110



- 12. 新生儿肺膨胀不全 /111
- 13. 新生儿肝炎 /112

- 14. 新生儿坏死性小肠结肠炎 /114
- 15. 新生儿化脓性脑膜炎 /116

## 第3章 婴儿期

### 宝宝第 2 个月



### 一 生长发育

- 1. 满月后的婴儿的特征 /120
- 2. 宝宝的听觉 /121
- 3. 宝宝的视觉 /121
- 4. 宝宝的生理发育 /121

### 二 科学喂养指导

- 1. 判断婴儿吃饱的方法 /122
- 2. 婴儿用牛奶喂养时  
要注意的问题 /123
- 3. 防止婴儿过胖 /123
- 4. 两个月大的婴儿可以适量  
喝果汁吗 /124
- 5. 怎样饮用果汁可以通大便 /125
- 6. 自制果汁的方法 /125
- 7. 婴儿吃牛奶要注意节奏 /125
- 8. 产假过后开始让孩子练习  
用奶瓶吃奶 /126
- 9. 让孩子练习吃奶粉 /127
- 10. 不要担心婴儿依恋妈妈 /128
- 11. 在两个月之后才开始  
喂母乳也可以 /128

# 目录

## CONTENTS

### 三 宝宝的日常护理

1. 婴儿白天的生活应合理安排 / 128
2. 正确看待婴儿一哭就抱的问题 / 129
3. 作好婴儿夜里入睡前的准备 / 130
4. 让为宝宝换尿布成为一件乐事 / 131
5. 婴儿度夏需要注意的问题 / 131
6. 婴儿过冬需要注意的问题 / 132
7. 给婴儿剃胎发应注意的问题 / 133
8. 给婴儿量体温的方法 / 133
9. 婴儿突然哭闹的应对方法 / 134
10. 警惕婴儿可能发生的室内事故 / 134
11. 给婴儿穿衣要注意的问题 / 135
12. 合理安排婴儿的户外活动 / 136
13. 纠正孩子昼夜颠倒的睡眠 / 137
14. 让婴儿学会独自游戏 / 137

### 四 宝宝 IQ 开发

1. 运动智能 / 138
2. 用手智能 / 139
3. 视觉智能 / 140
4. 听觉智能 / 141
5. 感觉能力 / 142
6. 语言智能 / 142
7. 情感与社会适应能力 / 144

### 五 疾病防治

1. 防止煤气中毒 / 145
2. 倒睫毛 / 145
3. 中耳炎 / 145

### 宝宝第 3 个月

#### 一 生长发育

1. 此月龄的婴儿生长发育特点 / 146
2. 两至三个月大的婴儿睡眠有规律 / 146
3. 人际性的微笑 / 147
4. 凝视 / 147
5. 出现语言的雏形 / 149

#### 二 科学喂养指导

1. 灵活掌握喂奶时间 / 150
2. 母乳不足时可添加其他食物 / 150
3. 要防止婴儿过于肥胖 / 151



4. 两至三个月大的婴儿每天的食奶量 / 151



- 5. 奶粉冲好后不能保存在保温瓶里 / 152
- 6. 使用安抚奶嘴的利弊 / 152

## 三 宝宝的日常护理

- 1. 使用纸尿裤的正确方法 / 154
- 2. 要轻轻触摸婴儿凶门 / 154
- 3. 使婴儿窒息的危险因素 / 155
- 4. 带婴儿外出要注意的事项 / 156
- 5. 要注意观察婴儿的大便规律 / 156

## 四 宝宝 IQ 开发

- 1. 怎样培养孩子的语言能力 / 157



- 2. 适合宝宝欣赏的音乐 / 158
- 3. 让孩子欣赏大自然 / 159

## 五 疾病防治

- 1. 习惯性夜啼 / 159
- 2. 泌尿道感染 / 160
- 3. 呕吐 / 161
- 4. 便秘 / 161
- 5. 呼吸道感染 / 163
- 6. 发烧 / 164
- 7. 惊厥 / 165



## 宝宝第 4 个月

### 一 生长发育

- 1. 四个月大的婴儿生长发育的特点 / 166
- 2. 体格特征 / 167
- 3. 视听发展 / 167
- 4. 运动机能 / 168
- 5. 情绪与人性的发展 / 168

### 二 科学喂养指导

- 1. 除用母乳喂养之外需要添加的食物 / 169
- 2. 给婴儿添加蛋黄的方法 / 169
- 3. 给四个月大的婴儿断奶的弊端 / 170
- 4. 有的婴儿吃得特别少，这正常吗 / 170
- 5. 怎样让婴儿练习吃有形食品（辅食） / 171
- 6. 贮存婴儿食物的方法 / 172
- 7. 处理好上班与喂奶的关系 / 172

# 目录

## CONTENTS

### 8. 孩子突然不喝奶的原因 / 173

#### 三 宝宝的日常护理

1. 婴儿睡觉时爱出汗是正常现象 / 174
2. 婴儿胸中积痰的处理方法 / 175
3. 四个月大的婴儿突发高烧怎么办 / 176
4. 注意保护婴儿的听力 / 176
5. 婴儿有眼屎的原因 / 177
6. 家里存在的危及婴儿安全的因素 / 177
7. 带婴儿坐汽车应注意的问题 / 178
8. 给婴儿把大小便的好处 / 179
9. “抱”和“背”孩子的方法 / 180

#### 四 宝宝 IQ 开发

1. 感官训练 / 181
2. 语言能力训练 / 183
3. 观察能力训练 / 185
4. 认知能力训练 / 187
5. 动作能力训练 / 189

#### 五 疾病防治

1. 婴儿双眼斜视的应对方法 / 192

### 2. 维生素 D 缺乏病 / 192

### 3. 婴儿急疹 / 194

## 宝宝第 5 个月

### 一 生长发育

1. 五个月大的婴儿的生长发育特点 / 195
2. 合理地看待婴儿的体重 / 196

### 二 科学喂养指导

1. 锻炼婴儿用小勺吃食物 / 197
2. 要控制牛奶的摄入量 / 198
3. 夏天给婴儿喝冷牛奶要掌握温度 / 198
4. 婴儿“上火”，不宜吃蜂蜜 / 199
5. 不要过早给婴儿添加辅食 / 199
6. 给婴儿喂辅食的方法 / 200



## 三 宝宝的日常护理

1. 婴儿出现感冒症状不必紧张 / 201
2. 婴儿流口水的原因 / 201
3. 不要过分逗弄婴儿 / 202
4. 预防“夏季热病” / 202
5. 五个月大的婴儿适宜玩的玩具 / 203

## 四 宝宝 IQ 开发

1. 社交能力训练 / 204
2. 艺术能力训练 / 206



3. 综合能力训练 / 207
4. 情绪培养 / 210

## 宝宝第 6 个月

### 一 生长发育

1. 六个月大的婴儿生长发育的特点 / 212
2. 六个月大的婴儿睡眠的特点 / 213



3. 六个月大的婴儿排便的特点 / 214

### 二 科学喂养指导

1. 给婴儿喂代乳食品应注意的问题 / 214
2. 消化不良的具体表现 / 215
3. 不要把食物嚼碎后喂给孩子吃 / 216

### 三 宝宝的日常护理

1. 婴儿咳嗽的护理方法 / 216
2. 婴儿的后脑部扁平不是病 / 217
3. 宝宝耳屎很稀的原因 / 217
4. 在大浴缸里给婴儿洗澡时的注意事项 / 218
5. 婴儿看电视时间不要太长 / 219
6. 不能把六个月大的婴儿放入学步车里 / 219
7. 哪些情况不宜给婴儿打预防针 / 220

# 目录

## CONTENTS



### 四 宝宝 IQ 开发

1. 鼓励宝宝发现新的游戏方法 / 220
2. 引导婴儿更好地使用玩具 / 221
3. 有技巧地与宝宝交流 / 224

### 五 疾病防治

1. 急性支气管炎 / 225
2. 胆道蛔虫症 / 226
3. 营养性贫血 / 228
4. 急性肾炎 / 230

### 4~6 个月宝宝营养食谱

- 梨汁 / 232
- 西瓜汁 / 232
- 苹果汁 / 232
- 葡萄汁 / 233
- 番茄汁 / 233
- 香瓜汁 / 234
- 番茄吐司粥 / 234
- 牛奶粥 / 234
- 香蕉吐司粥 / 235
- 吐司牛奶粥 / 235

- 白米粥 / 236
- 苹果吐司粥 / 236
- 烤吐司 / 236
- 胡萝卜稀饭 / 237
- 苹果泥 / 237
- 水蜜桃米粉粥 / 237

### 宝宝第 7 个月

#### 一 生长发育

1. 七个月大的婴儿生长发育的特点 / 238
2. 体格特征 / 239
3. 运动功能 / 239



## 二 科学喂养指导

1. 断奶需要逐步进行 /240
2. 婴儿可以吃动物肝脏和鱼类 /241
3. 六至七个月大的婴儿可以添加的食物 /241
4. 婴儿不宜吃带馅儿的面包或包子 /241
5. 选用强化食品时应遵守的原则 /242

## 三 宝宝的日常护理

1. 不能剪婴儿的睫毛 /243
2. 七个月大的婴儿不出牙并不是缺钙 /243



3. 乳牙呈黄褐色的原因 /244
4. 婴儿要在三岁前补足钙 /244
5. 有些婴儿在七个月时常常发烧的原因 /245
6. 七个月大的婴儿容易发生的安全事故 /245
7. 应该给婴儿看画册、听音乐 /246
8. 预防婴儿铅中毒 /246



## 四 宝宝 IQ 开发

1. 教小孩子玩儿的方法 /248
2. 感官训练 /249
3. 语言能力训练 /250
4. 观察能力训练 /253
5. 认知能力训练 /253
6. 艺术能力训练 /256
7. 社交能力训练 /257
8. 综合能力训练 /258

## 五 疾病防治

1. 疖子 /260
2. 麻疹 /261
3. 水痘 /262

## 宝宝第 8 个月

### 一 生长发育

1. 八个月大的婴儿的生长发育特点 /263



2. 认人 /264
3. 语言 /265
4. 模仿行为 /266
5. 重复动作 /266

## 二 科学喂养指导

1. 婴儿罐头可以适当做辅助食品 /267
2. 锻炼婴儿的咀嚼能力 /267
3. 不要强行给孩子喂食 /268
4. 在婴儿的饭菜中要少放盐,不放糖 /268
5. 让婴儿用杯子喝水时要小心 /268
6. 可以慢慢地锻炼婴儿使用勺子 /269
7. 婴儿服药前后不宜喂奶 /271
8. 如何应对婴儿长牙引起的不适 /271
9. 婴儿半夜醒来要吃奶的应对办法 /273
10. 婴儿喝鲜牛奶的注意事项 /273

## 三 宝宝的日常护理

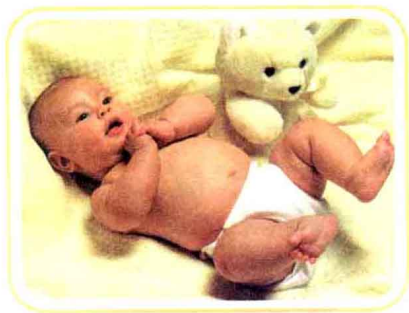
1. 不要用纱巾给婴儿遮脸 /274
2. 婴儿爱咬人、咬东西的应对办法 /275
3. 训练孩子学习坐便盆 /275
4. 婴儿“见什么吃什么”的应对办法 /276

## 四 宝宝 IQ 开发

1. 正确对待宝宝的好奇心 /277
2. 引导宝宝克服怯生的方法 /279
3. 培养宝宝的自理能力 /280

## 五 疾病防治

1. 痱子 /281



## 宝宝第 9 个月

### 一 生长发育

1. 九个月大的孩子的生长发育特点 /283
2. 孩子的体重没增加的应对办法 /284
3. 依恋妈妈 /285
4. 好奇心 /285

## 二 科学喂养指导

1. 婴儿不吃辅食的应对办法 / 286
2. 孩子“偏食”的应对办法 / 286
3. 要让婴儿吃鱼和鸡蛋 / 287
4. 可以让孩子直接吃一些水果 / 287
5. 婴儿不能光喝汤,不吃肉 / 288
6. 给婴儿断奶的方法 / 288
7. 小中药不宜天天吃 / 289

## 三 宝宝的日常护理

1. 婴儿放臭屁是正常的现象 / 290
2. 防止婴儿过胖的方法 / 291
3. 陪着孩子睡觉的好处、坏处 / 291
4. 家长要及时防范孩子脑瘫 / 293

## 四 宝宝 IQ 开发

1. 宝宝爬行与大脑发育的关系 / 294
2. 宝宝扔玩具也是学习 / 295
3. 选购婴儿画册和给宝宝讲故事的方法 / 297
4. 刺激宝宝学习技能时要注意的问题 / 297



## 五 疾病防治

1. 流行性腮腺炎 / 298

## 6~9 个月宝宝 营养食谱

- 蛋黄泥 / 300
- 马铃薯蛋黄泥 / 300
- 马铃薯泥 / 301
- 豌豆泥 / 301
- 胡萝卜泥 / 302
- 菠菜泥 / 302
- 红薯泥 / 302
- 芋头牛奶泥 / 303
- 南瓜泥 / 303
- 银鱼蛋黄菠菜粥 / 303
- 豆腐蛋黄粥 / 304
- 鸡肝粥 / 304
- 蔬菜粥 / 305
- 豆腐软饭 / 305

## 宝宝第 10 个月

### 一 生长发育

1. 十个月大的婴儿生长发育的特点 / 306
2. 体格特征 / 307
3. 运动功能 / 307



# 目录

## CONTENTS

### 二 科学喂养指导

1. 该月龄的婴儿可以少量吃母乳 /307
2. 十个月的婴儿添加辅食的办法 /308
3. 十个月的婴儿的食物要求 /308

### 三 宝宝的日常护理

1. 护理出水痘孩子的方法 /309
2. 认识孩子耳朵后面的“筋疙瘩” /309
3. 孩子吞食了异物的应对办法 /310
4. 孩子耳朵里进了异物的应对办法 /310

### 四 宝宝 IQ 开发

1. 感知能力训练 /311
2. 语言能力训练 /313
3. 认知能力、记忆力、观察力训练 /317

## 宝宝第 11 个月

### 一 生长发育

1. 十一个月大的婴儿生长发育的

特点 /318

2. 记忆力 /319
3. 语言 /319
4. 模仿 /320

### 二 科学喂养指导

1. 十一个月大的孩子可以吃米饭 /320
2. 孩子不肯吃蔬菜的应对办法 /321

### 三 宝宝的日常护理

1. 孩子多次起夜并哭泣的应对办法 /322
2. 孩子“嗓子过敏”的应对办法 /322
3. 粪便可反映出宝宝所吃的食物 /323

