



生活坊 Enjoy Life 52 第二辑

新手父母最贴心的专家顾问

# 0-1岁聪明宝宝成长方案



《生活坊》编委会 编

重庆出版集团 重庆出版社



新手父母最贴心的专家顾问

## 0-1岁聪明宝宝成长方案

Enjoy Life

《生活坊》编委会 编

重庆出版集团 重庆出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

0—1岁聪明宝宝成长方案 / 《生活坊》编委会编. —重庆: 重庆出版社, 2010.2

(生活坊·第2辑)

ISBN 978-7-229-01857-3

I. ①0… II. ①生… III. ①婴幼儿—哺育 IV. ①TS976.31

中国版本图书馆CIP数据核字 (2010) 第022028号



## 0—1岁聪明宝宝成长方案

出版人: 罗小卫

策划:  华章同人

责任编辑: 陈建军

特约编辑: 蔡霞

文字撰稿: 曾子孟 犀 莹

设计统筹: 孙阳阳

版式设计: 桃子

封面设计: 夏鹏

美术编辑: 张丽娟 王静波

宝宝鸣谢: 崔皓然 梁子涵 黄苒轩



重庆出版集团  
重庆出版社

出版

(重庆长江二路205号)

小森印刷(北京)有限公司 印刷

重庆出版集团图书发行公司 发行

邮购电话: 010-85869375/76/77转810

E-MAIL: tougao@alpha-books.com

全国新华书店经销

开本: 889mm×1194mm 1/24 印张: 160 字数: 2400千字

版印次: 2010年3月第1版 2010年3月第1次印刷

定价: 480.00元 (全40册)

如有印装质量问题, 请致电023-68706683

版权所有, 侵权必究



# 目录

## Contents

### Part 01

#### 新生儿期

#### 可爱的“小老头”

#### 聪明宝宝的身心发育 / 6

- 身体各项发育特点 / 6
- 不可思议的五种反射行为 / 8

#### 育儿喂养经 / 10

- 母乳的重要性 / 从第一口吮吸开始 / 10
- 新手妈妈喂养要领 / 宝宝吃饱了吗 / 11

#### 新手爸爸妈妈护理课堂 / 12

- 哺喂母乳时的正确姿势 / 12

- 专业育婴师教你科学抱宝宝 / 13

- 脐带护理 / 免疫接种 / 14

#### 巧妙应对异常情况 / 15

- 未成熟儿 / 吐奶 / 15
- 脐部出血 / 黄疸不消退 / 脐疝 / 16
- 腹泻 / 脱皮现象 / 17

### Part 02

#### 满月宝宝

#### 感觉外面的世界

#### 聪明宝宝的身心发育 / 18

- 身体各项发育特点 / 18
- 宝宝感知觉发育状况 / 19

#### 育儿喂养经 / 21

- 本月焦点营养素——DHA、ARA / 保证宝宝摄入充足的热量 / 21
- 建立正常的哺乳规律 / 人工喂养的要点 / 混合喂养要注意什么 / 22

#### 新手爸爸妈妈护理课堂 / 23

- 专家教你训练宝宝安睡 / 注意宝宝的排便 / 23
- 如何给宝宝修剪指甲 / 如何给宝宝清除耳屎 / 免疫接种 / 24

#### 巧妙应对异常情况 / 24

- 积痰 / 厌食 / 24
- 消化不良 / 打嗝 / 25

### Part 03

#### 聪明宝宝2个月

#### 露出灿烂的笑脸

#### 聪明宝宝的身心发育 / 26

- 身体各项发育特点 / 26
- 宝宝感知觉发育状况 / 27

#### 育儿喂养经 / 28

- 本月焦点营养素——维生素C / 保证充足的饮水量 / 28
- 调整好夜间喂奶的时间 / 为宝宝选择代乳品要适当 / 29

## 新手爸爸妈妈护理课堂 / 30

- 给小宝宝清理鼻腔 / 调整宝宝的睡眠 / 给宝宝选择合适的枕头 / 30
- 婴儿床的布置 / 31
- 帮助宝宝排便的技巧 / 矫正吃手指的习惯 / 免疫接种 / 32

## 巧妙应对异常情况 / 33

- 眼屎多 / 流口水 / 湿疹不愈 / 33

### Part 04

## 聪明宝宝3个月

### 手舞足蹈的小人儿

## 聪明宝宝的身心发育 / 34

- 身体各项发育特点 / 34
- 宝宝感知觉心智发育状况 / 35

## 育儿喂养经 / 37

- 本月焦点营养素——铁 / 增加蛋白质的摄取 / 37
- 怎样喂宝宝吃蛋黄 / 不宜用炼乳作主食 / 38

## 新手爸爸妈妈护理课堂 / 39

- 宝宝的穿衣要领 / 为宝宝配置睡袋 / 晒太阳前后的讲究 / 39
- 不要频繁给宝宝洗澡 / 免疫接种 / 40

## 巧妙应对异常情况 / 41

- 夜啼 / 出眼屎 / 41

### Part 05

## 聪明宝宝4个月

### 会活动的“大头娃娃”

## 聪明宝宝的身心发育 / 42

- 身体各项发育特点 / 42
- 宝宝感知觉发育状况 / 43

## 育儿喂养经 / 44

- 辅食的营养标准 / 44
- 不宜给宝宝吃的辅食 / 添加辅食的方法 / 本月喂奶的禁忌 / 45

## 新手爸爸妈妈护理课堂 / 46

- 训练宝宝大小便 / 注意宝宝的

睡眠障碍 / 免疫接种 / 46

## 巧妙应对异常情况 / 47

- 体重不增加 / 肠套叠 / 47

### Part 06

## 聪明宝宝5个月

### 东摸摸，西抓抓

## 聪明宝宝的身心发育 / 48

- 身体各项发育特点 / 48
- 宝宝感知觉发育状况 / 49

## 育儿喂养经 / 50

- 进食糊状蔬菜 / 植物脂肪有好处 / 50
- 鱼肝油服用须谨慎 / 锻炼宝宝的咀嚼能力 / 51

## 新手爸爸妈妈护理课堂 / 52

- 不要让宝宝的肚脐受凉 / 防止宝宝摔伤的窍门 / 免疫接种 / 52

## 巧妙应对异常情况 / 53

- 耳垢湿软 / 枕部扁平 / 53

Part  
07

## 聪明宝宝6个月 会看“脸色”的 小精灵

### 聪明宝宝的身心发育 / 54

- 身体各项发育特点 / 54
- 宝宝感知觉发育状况 / 55

### 育儿喂养经 / 56

- 增加固体食物好处多 / 喂奶不宜过浓 / 训练宝宝自己吃东西 / 56

### 新手爸爸妈妈护理课堂 / 57

- 防止小宝宝碰伤 / 不要过早学走路 / 免疫接种 / 57

### 巧妙应对异常情况 / 58

- 麻疹 / 58
- 脱水 / 急疹 / 59

Part  
08

## 聪明宝宝7个月 无法遏制的好奇心

### 聪明宝宝的身心发育 / 60

### 育儿喂养经 / 61

- 本月焦点营养素——核苷酸 / 吃磨牙棒练习咀嚼 / 61
- 润肺的食物有好处 / 适当添点粗粮 / 62

### 新手爸爸妈妈护理课堂 / 63

- 训练宝宝排便 / 选择适合宝宝的座便器 / 63
- 保持手部的清洁 / 64

### 巧妙应对异常情况 / 64

- 不会咀嚼 / 热性抽搐 / 64
- 地图舌 / 65

Part  
09

## 聪明宝宝8个月 模仿无处不在

### 聪明宝宝的身心发育 / 66

### 育儿喂养经 / 67

- 本月焦点营养素——DHA / 增加粗纤维

的食物 / 宝宝辅食的禁忌 / 67

- 咳嗽时该如何进食 / 68

### 新手爸爸妈妈护理课堂 / 69

- 纠正牙齿发育期的不良习惯 / 69
- 家中常备外用药 / 坚持日光浴 / 70
- 免疫接种 / 71

### 巧妙应对异常情况 / 72

- 打呼噜 / 气管有异物 / 72
- 眼内有异物 / “发芽”流口水 / 73



Part  
10

聪明宝宝9个月  
我家宝宝本领大

聪明宝宝的身心发育 / 74

育儿喂养经 / 75

- 本月焦点营养素——脂肪酸 / 维生素A、维生素C对眼睛有益 / 75
- 合理搭配主辅食 / 科学吃点心 / 76

新手爸爸妈妈护理课堂 / 77

- 让宝宝爱上洗澡 / 小小乳牙保护好 / 77
- 为宝宝学走路创造条件 / 免疫接种 / 78

巧妙应对异常情况 / 79

- 夏季长痱子 / 耳后淋巴结肿大 / 79

Part  
11

聪明宝宝10个月  
有了自己的“小主意”

聪明宝宝的身心发育 / 80

育儿喂养经 / 81

- 本月焦点营养素——钙、磷 / 给宝宝喂些稠粥 / 81

新手爸爸妈妈护理课堂 / 82

- 给宝宝进行皮肤按摩 / 穿轻便的衣服 / 82

巧妙应对异常情况 / 83

- 喉咙过敏 / 左撇子 / 83

Part  
12

聪明宝宝11个月  
让我自己站起来

聪明宝宝的身心发育 / 84

育儿喂养经 / 85

- 注意食物的均衡搭配 / 教宝宝吃“硬”食 / 85

新手爸爸妈妈护理课堂 / 86

- 冬日宝宝睡眠“二忌” / 收拾好高处的物品 / 86

巧妙应对异常情况 / 87

- 还没出牙 / “上火” / 87
- 呕吐 / 88

Part  
13

聪明宝宝12个月  
迈出人生的第一步

聪明宝宝的身心发育 / 90

育儿喂养经 / 91

- 合理的烹调手法 / 合理应对不良饮食习惯 / 主食、副食搭配要合理 / 91
- 宝宝的健脑食品 / 92

新手爸爸妈妈护理课堂 / 93

- 教宝宝用杯子喝水 / 关注视力异常 / 93

巧妙应对异常情况 / 94

- 不会说话 / 94
- 不会走路 / 95

Part 01

## 新生儿期

### 可爱的“小老头”

即将成为爸爸妈妈的人，几乎无一例外地想象过自己即将出生的宝宝究竟是男，是女？长的是什么样？像自己还是更像对方？



Chapter  
01

## 聪明宝宝的 身心发育

宝宝的发育成长是爸爸妈妈们最关心的问题，可爱的宝宝是否发育正常？是否健康？这些都是爸爸妈妈们关注的重点。刚刚脱离母体的小生命由于生理调节能力和适应外界的能力都尚未成熟，爸爸妈妈们一定要详细掌握新生儿的身体发育特点。

NO. 1

### 身体各项发育特点

#### • 头部

新生儿平均头围为 35 厘米，与身体其

他部分相比，头部明显偏大，长度约是身体的 1/4。宝宝出生时，头部一侧或双侧有一个大而硬的隆起，这是生产时子宫肌肉强烈收缩所致，不会给宝宝颅内带来影响，几天后即可消失。在宝宝额头上部，会发现一个凹陷的地方，用手触摸会很软，还会动，称为“囟门”。

#### • 脸部

新生儿的脸部有些水肿，这属于正常现象。多数婴儿的眼睛由于正常生产时的挤压，看起来有些肿，但几天内即可消失，而且眼睛不能马上睁开，不过千万不能用



手强行扒开。等宝宝睁开眼睛后，你可能会发现他的眼睛有些斜视，不过1~2个月后，斜视会逐渐消失，如果出生后几个月斜视现象都没有消失，应该立即去医院进行检查。新生儿是不会流泪的，即便在他大哭时也不流泪，需要在1~2个月的时候才能产生泪水。

## • 皮肤

多数新生儿在面部和手部皮肤上有一层白色、黏稠状的物质，称为胎儿皮脂，这层物质具有保护皮肤和保暖的作用。出生后3~4天，宝宝光滑的皮肤会变得粗糙或是出现干裂现象，1周后胎脂会自然脱落。

有的新生儿在屁股、腰、后背等处还会看到蓝绿色的色素斑，称为“儿斑”，这种现象会随着年龄的增长而逐渐消退。

## • 体毛

新生儿出生时，体表有不同程度的体毛，叫做胎毛。有的宝宝出生时只在头上有一层浅浅的绒毛，有的宝宝从肩上一直到脊背都有一层浓浓的毛，这都属于正常现象，不久体毛会退掉。

## • 脐带

脐带是胎儿从母体吸取营养、排泄代谢物的通道，新生儿出生7~10天脐带会自行脱落。有的孩子可能会出现脐疝，需向医生咨询。



聪明宝宝身体发育一览表

	男宝宝	女宝宝
身长	46.8~53.6厘米，平均50.2厘米	46.4~52.8厘米，平均49.6厘米
体重	2.5~4.0千克，平均3.2千克	2.4~3.8千克，平均3.1千克
头围	31.8~36.3厘米，平均34.0厘米	30.9~36.1厘米，平均33.5厘米
胸围	29.3~35.3厘米，平均32.3厘米	29.4~35.0厘米，平均为32.2厘米

## • 生殖器

男婴、女婴出生时的生殖器与身体其他部位相比都比较大，阴囊或外阴略微发红，这属于正常现象，是妈妈的激素通过胎盘影响胎儿所致。



## • 乳房

男婴和女婴在出生时的乳房都会肿大，有时可能会有少量的乳汁分泌，这是由于母体中激素作用于胎儿所致，逐渐会自然恢复正常，要避免挤压。

## • 体温

新生儿体温在  $37.6 \sim 37.8^{\circ}\text{C}$  之间，但新生儿体温调节中枢尚未发育成熟，而且皮下脂肪较薄，体表面积相对较大，保温能力差，易受外界温度环境的影响，所以体温变化较大。新生儿出生后  $30 \sim 60$  分钟内，体温会下降  $2 \sim 3^{\circ}\text{C}$ ，之后再逐步回升，并在  $36 \sim 37^{\circ}\text{C}$  之间波动。

## • 体重

正常新生儿出生时体重在  $2500 \sim 4000$  克之间，一般男婴比女婴重一点。而低于  $2500$  克的新生儿患病率与死亡率均较高，行为能力与应答能力也比正常体重的新生儿差。

## • 粪便

新生儿出生后  $24$  小时内第一次排便叫做胎粪，一般为深绿色，略黏稠，无气味。 $3 \sim 4$  天后，粪便的次数和颜色会因喂母乳和奶粉的不同而有所区别，多数新生儿排完胎便后，每天会排  $5 \sim 6$  次黄色大便。多数宝宝会在  $48$  小时内排尿。

NO.2

## 不可思议的五种反射行为

许多妈妈在与宝宝“第一次亲密接触”时，会发现小家伙竟能主动寻找妈妈的乳头并做出吸吮的动作，爸爸妈妈们往往会对这种惊人的求生意志感到不可思议。

## • 觅食反射

婴儿出生后半小时，如果用乳头触碰一

下他的面颊，这时，小家伙的脑袋就会立即反射性地转向该侧，做出觅食的吮吸动作。正常情况下，这种反射从宝宝出生半个小时就可出现，将持续3周左右，此后逐渐变为由神经控制的动作，3~4个月时完全消失。

### ●呼吸反射

新生儿的呼吸与成人相比，显得浅而快，当爸爸妈妈第一次接触到自己的孩子时，可能注意不到孩子的呼吸，不过不必为此担心，随着新生儿身体的发育生长，婴儿的呼吸机能会逐渐好起来。同时，所有的新生儿都会发出奇怪的呼吸声音：有的呼吸快而常有噪音，有的没有规则，有的呼吸时像有阻塞的感觉。随着宝宝鼻梁骨的升高，这种阻塞音也会逐渐消失。

健康婴儿出生时，会有稳定的呼吸节律，尤其是睡眠时；第1个月呼吸渐渐地与哭泣协调；第3个月时变为与非哭声的发声协调。



### ●抓握反射

婴儿出生后不久，如果爸爸妈妈触摸他的手掌，他会握紧拳头。如果爸爸妈妈轻触宝宝的脚底，会发现他的脚趾也会向下弯曲，好像在抓东西。手的抓握反射4~6个月时逐渐消失，被随意动作取代。足底抓握反射6~12个月时完全消失。

### ●拥抱反射

让新生儿仰卧在床上，托稳他的头颈，然后突然放低头位，让头向颈后屈曲10~15度角，这时，宝宝会出现把两臂外展，接着屈曲向内收到胸前，呈拥抱状；或者在宝宝熟睡时往他脸上吹口气，宝宝就会因为受惊而将双手猛地往上举。

这种反射在新生儿2~4个月时完全消失。

### ●吸吮反射

当新生儿口唇触碰到妈妈乳头时，会立刻张开嘴巴，做出自然地吸吮动作。初生婴儿通过吸吮反射可以摄取母乳或配方奶。1岁后吸吮反射会慢慢消失。



## 育儿喂养经

对宝宝来说，母乳是最好的营养来源，尤其是0~3个月的时候，宝宝更加依赖母乳。亲爱的妈妈们，给宝宝哺乳是一件快乐的事，在培育一个小生命，他是世上唯一完全依赖你才能懂得欢笑、学习和爱的人，没有比这更值得自己做的事了。

### NO.1 母乳的重要性

母乳是新妈妈专门为宝宝精心“生产制造”的天然食品和饮料，其中含有新生宝宝生长所需要的全部营养成分。其中的蛋白质、

脂肪、乳糖、无机盐、维生素和水分等主要成分的比例，最适合宝宝机体的需要；母乳中含有足够的氨基酸与乳糖等物质，对宝宝的大脑发育有促进作用；特别是初乳中含有大量的免疫活性细胞及多种免疫球蛋白，可避免宝宝受各种微生物的侵袭；母乳中的不饱和脂肪酸含量较高且颗粒小，最易于消化和吸收，并能激发宝宝的食欲。

### NO.2 从第一口吮吸开始

新生儿出生后第1个小时是个敏感期，且在出生后20~30分钟，婴儿的吮吸反射最强。如果此时没能得到吮吸的体验，将会影响宝宝以后的吮吸能力。正因为新生儿出生后母子接触的时间越早、越长，母婴间感情越深，婴儿的心理发育越好，



### 母乳喂养与非母乳喂养各月龄平均体重比较（中国儿童发展中心）

研究对象	0月龄末 (kg)	4月龄末 (kg)	6月龄末 (kg)
母乳喂养	4.50	7.81	8.43
非母乳喂养	4.16	7.59	8.11



而且新生儿敏感期又正是确立母子间感情联系的最佳时期，因此主张让新生儿在出生后1小时之内，就开始吸吮妈妈的乳头，以尽早获得“物质和精神食粮”。

### NO.3 新手妈妈喂养要领

母乳喂养不是一件简单的事情，并不是让宝宝把乳头含在嘴里就可以了，这其中还有很多技巧。妈妈在喂奶时应将乳房托起，把乳头和乳晕一起放入宝宝口中，这时在宝宝上唇外面可看到部分乳晕，下唇外部看不到乳晕。宝宝会缓慢而有力地吸吮，可看到宝宝的吞咽动作，听到吞咽的响声。

每次喂奶10~20分钟左右，两侧乳房轮流喂，吃空一侧乳房后再换另一侧。如果乳汁多，可用拇指和另四指上下轻压乳房上部，避免宝宝吮乳快而呛奶。吮乳过快使空气一起吸入，这就容易造成宝宝吐奶。如果

发生这种情况，妈妈应轻轻地拍拍宝宝的背，让宝宝缓口气后再继续吃奶。

### NO.4 宝宝吃饱了吗

每次喂哺需要喂多长时间、宝宝要多长时间才能吃饱，应根据宝宝的需要而定。有的宝宝食量小，母乳量较多，只吃一侧乳房的乳汁就饱了。宝宝吃饱后他会自动把乳头吐出，而不需用力强行把乳头从其口腔中拉出来。因为口腔中的负压，硬拉乳头，会引起乳头疼痛及乳头上的皮肤破损。

#### 延伸链接

#### 让宝宝吸空乳房

研究证明，哺乳时间10分钟时，几乎100%的乳汁已被吸吮出来了。不过妈妈在哺乳过程中应该让宝宝吃空一侧后，再吃另一侧乳房，每次喂哺应该两侧乳房交替进行，并把剩余在乳房中的乳汁挤空。这样可以使乳汁分泌量增多，并可预防乳腺管的阻塞。

TIPS



## 新手爸爸妈妈 护理课堂

很多妈妈没有哺乳经验，经常会问什么样的姿势才是正确的，又该注意哪些问题呢？如何正确的照顾宝宝也是件头疼的事情，所以正确的护理是新手爸爸妈妈必修的一堂课。

### NO. 1 哺喂母乳时的正确姿势

妈妈在哺喂母乳时，可以根据不同情况尝试不同的姿势让宝宝吸奶。哺乳过程中通常可以采取摇篮抱法、侧卧抱法、足球抱法等姿势。

#### • 摇篮抱法

妈妈用手臂的肘关节内侧支撑住宝宝的头部，让他的腹部与妈妈的身体紧贴，然后用另一只手支撑自己的乳房开始进行哺乳。这种喂奶姿势非常容易学习，婴儿感觉也会非常舒适，更利于婴儿的吸吮妈妈的乳汁。

#### • 侧卧抱法

妈妈先侧卧在床上，然后让宝宝的头部枕在妈妈的臂弯上，母子面对面，然后调整好乳头和宝宝的位置，尽量让他的嘴与妈妈的乳头保持水平，用枕头支撑住后背就可以哺乳了。

#### • 足球抱法

哺乳之前让宝宝在妈妈身体的一侧，妈妈用前臂支撑他的背部，然后让宝宝的头部和颈部枕在妈妈的手上，足球抱法有助于剖腹产妈妈伤口的愈合，而且哺乳时也很舒服，妈妈也能时刻注意宝宝是否将乳头叼牢。这种哺乳姿势也适用乳房较大的妈妈。



## NO.2 专业育婴师教你科学抱宝宝

宝宝的降生给爸爸妈妈带来了无限喜悦，但小宝宝软绵绵的身体，让新爸爸新妈妈们有些不知所措，如何抱疼惜的宝贝，想必是令很多新爸爸新妈妈挠头的事情，别着急，一起来看看专家的建议。

### • 怀抱法

将宝宝的头部托起，放在爸爸妈妈的肘窝处，一只胳膊端住宝宝的整个身体，另一只手掌托起宝宝的小屁股即可。

### • 坐抱法

用一只手掌托住宝宝的头，另一只手掌托起他的小腿，将他的小屁股放在爸爸妈妈的双腿上，让宝宝与爸爸妈妈面对面，上部身体与爸爸妈妈的腿部形成一定角度，但不要太过直立。

### • 直抱法

宝宝吃奶后要给他排出胃内的气体，此时爸爸妈妈可以竖直接抱宝宝，一只手托起他的头颈，另一只手托住他的小屁股，让宝宝直立地趴在爸爸妈妈的肩上，然后由托头的手轻拍宝宝的背部。

### • 夹抱法

给宝宝洗头时，可以用一只手掌托起他的头部，

另一只手掌托起他的双腿，将宝宝夹在爸爸或妈妈的腋下，托住头部的这只手的肘部可夹住他的小屁股，另一只手可以给宝宝洗头或做其他护理。这样给孩子一种舒服而且安全的感觉，宝宝就不会乱动了。



### NO.3 脐带护理

宝宝出生后，脐带会被剪断，脐带的使命也宣告完成。但是，新生宝宝脐部是一个细菌容易滋生的地方，如果护理不当，宝宝很容易感染病菌，导致发炎，严重时还会引起菌血症和败血症。因此，新妈妈一定要精心护理。

宝宝的脐带未脱落的这段期间，护理的要点就是要保持脐部的干燥与清洁。清洁的时候需要注意，要将宝宝脐带根部消毒干净，可轻轻提起残留的脐带，使脐带根部暴露得更清楚，方便消毒。如果残留的脐带已变成干黑色，一直不脱落，则应到医院进行处理，切不可自行剪断。

### NO.4 免疫接种

①【卡介苗】宝宝出生后24小时内应接种第一针卡介苗，以预防肺结核和结核性脑膜炎的发生。如果新生宝宝患有高烧、严重急性症状及免疫不全、出生时伴有严重先天性疾病、低体重、严重湿疹、可疑的结核病时，不应接种卡介苗。

②【乙肝疫苗】宝宝出生后24小时内应注射第一针乙肝疫苗，满月后第二针，满6个月时第三针。如果新生宝宝是先天畸形及严重内脏机能障碍者，出现窒息、呼吸困难、严重黄疸、昏迷等严重病情时，不可接种。早产宝宝在出生1个月后方可注射。





## 巧妙应对 异常情况

**新** 生儿降临后，可能要面临众多疾病的威胁，新爸爸妈妈要掌握一些疾病的防治和护理方法。

### NO. 1 未成熟儿

出生体重不足 2500 克的婴儿为低出生体重儿，胎龄小于 37 周出生的为早产儿，又称未成熟儿。这些异常宝宝一出生往往就被放入新生儿暖箱，让他在温湿度恒定，氧气充分的环境下继续成长。待宝宝体重增加且不成熟症状消失后，才被允许接回家。

护理未成熟儿还要细心观察宝宝的表现，一旦出现呼吸急促、不肯吃奶、腹胀、哭声微弱、抽风等反应，要及时与医生取得联系。未成熟儿出生后可与足月出生的婴儿一样接受预防接种。

### NO. 2 吐奶

一般情况下，喂奶后，宝宝出现少量吐奶或溢奶，属正常生理现象，不会影响宝宝的生长发育。大多数的吐奶是喂养不当，如吃奶过急、吃奶过多、吃奶时胃里进了空气未及时排出或喂完奶后宝宝的体位马上有较大改变，或是暂时性的功能失调引起，如贲门痉挛等症状。

如果宝宝出现这种情况，妈妈可以让宝宝少吃 1 ~ 2 次母乳或是牛奶，单喂白糖水，这样一般就不吐奶了，从第 3 天开始就能正常的吃奶了。但是如果呕吐呈喷射状，呕吐物的颜色与奶色不同，宝宝还伴有高热时，一定要及时到儿科医院就诊。

