芝宝贝 zhibaobei

海淀妇产专家 全新奉献 同步完美方案

李智◎编著
北京市海淀区妇幼保健院产三科主任、主任医师
北京市海淀区产科专家组成员
北京医师协会妇产科专科医师分会理事

同步全彩版

0~3岁育儿图文百科

0～3SUI YUER TUWEN BAIKE

爸爸妈妈的养育方法
影响孩子的一生

宝宝的饮食应该保证色香味俱全，营养与易消化性并重

给宝宝理发，要用婴儿专用的理发工具，且须严格消毒

大概12个月左右，宝宝就可以独立走路了

给宝宝选择玩具要注意玩具的安全性、趣味性

在选购婴儿床的时候应该选购有安全认证标志的产品

宝宝从6个月左右起就开始发现自己与外界是分开的，开始探索自己的身体

ANHUI 时代出版传媒股份有限公司
安徽科学技术出版社

投稿母婴 tougaomuying.com 独家推荐阅读

需要全本请访问 www.ertongbook.com

同步
全彩版

0~3岁育儿图文百科

李智◎编著

爸爸妈妈的养育方法
影响孩子的一生

时代出版传媒股份有限公司
安徽科学技术出版社

搜狐母婴 baobao.sohu.com
独家推荐阅读

图书在版编目（CIP）数据

0～3岁育儿图文百科/李智编著.—合肥：安徽科学技术出版社，2013.1

ISBN 978-7-5337-5693-2

Ⅰ.①0… Ⅱ.①李… Ⅲ.①婴幼儿-哺育 Ⅳ.①TS976.31

中国版本图书馆CIP数据核字（2012）第142505号

0～3岁育儿图文百科 李智 编著

出 版 人：黄和平 选题策划：王晓宁 责任编辑：王 宜

出版发行：时代出版传媒股份有限公司 http://www.press-mart.com

安徽科学技术出版社 http://www.ahstp.net

（合肥市政务文化新区翡翠路1118号出版传媒广场，邮编：230071）

电话：(0551)3533330

印 制：北京盛兰兄弟印刷装订有限公司 电话：(010)61232262

（如发现印装质量问题，影响阅读，请与印刷厂商联系调换）

开本：710×1000 1/16 印张：16 字数：170千

版次：2013年1月第1版 2013年1月第1次印刷

ISBN 978-7-5337-5693-2 定价：32.80元

版权所有，侵权必究

前　言
Foreword

经过10个月的辛苦等待，终于迎来了盼望已久的小宝宝，宝宝是连接爸爸妈妈关系的纽带，他的降生使整个家庭变得更完整、更和谐，从今以后，父母将共同养育他。

俗语说“十年磨一剑”，养育一个宝宝更是如此。宝宝的养育和护理同样是一件饱含着幸福，也有诸多细节需要注意的事情。正如现在，看着襁褓中这个稚嫩的小生命，在欣喜的同时，初为爸爸妈妈的你们难免会有些不安：没有任何经验的我们能做好爸爸妈妈吗？宝宝这么弱小，该用什么物质准备来迎接他呢？又该怎样护理才能让宝宝健康成长呢？面对多种可能发生的情况，又要如何应对呢……







为了解除新手爸妈们的担心，更科学、更精心地呵护宝宝，我们邀请了具有多年育儿经验的专家，精心编写了这本书，针对宝宝日常护理、日常喂养、饮食调理、疾病防治、意外护理等多方面问题作出了专业的解答和科学的指导。

为了更加方便爸爸妈妈阅读，本书在编排时，条理清晰，知识点容易查找。我们充分考虑到新手爸妈的实际情况，将本书分为三个章节：首先，我们介绍了迎接宝宝应做的精神和物质准备，使您在面对宝宝时有充分准备而不至于手忙脚乱；然后分阶段重点讲述了宝宝在成长中的不同时期的健康护理方案；最







后，详细介绍了宝宝疾病护理和意外护理的内容。

考虑到新手爸妈往往不清楚自己的宝宝是否发育健康，本书第二章每一阶段前都列出了宝宝的成长记录标准对照表。爸爸妈妈可以随时检查宝宝的身高、体重、头围、胸围是否符合此阶段的成长标准，以便随时调整喂养方案，使宝宝在精心呵护下得以健康茁壮地成长。书中还有温馨的爱心小叮咛，为新手爸妈在育儿路上提供贴心的提醒。

总的来说，这本书内容丰富，通俗易懂，实用性强。通过权威专家科学的经验指导，翔实的专业分析，相信爸爸妈妈在本书的指导下，可以科学合理地养育好自己的宝宝，打开宝宝通向智慧、健康的大门，让宝宝充分感受到关心和爱，从而使全家都拥有一个绚丽多彩的未来世界。

鸣　　谢

特邀模特　陈　润　崔晶晶　侯　辉

宝宝模特　邓智文　鼎　鼎　顾　苏　黄煜宸
刘腾文　蒙乐山　妮　妮　赛吉雅
牙　牙　樱　桃　周子钧　悦　歌
王露晨之　王云钧美　王诺晗

摄 影 师　李永雄　李　雪　栾梦媛　郭泳君
David

目录 Contents

Part 1 迎接宝宝，完美育儿方案第一步

Chapter 1 开开心心做新手爸妈

要对养育宝宝有信心/2

好妈妈要知道的事/2

宝宝会给家庭带来无限的欢乐 / 3

体验人类最美好的情感——母爱 / 3

好爸爸要知道的事/3

要适应妻子爱的转移 / 4

给予妻子和宝宝更多的关爱 / 4

Chapter 2 物质准备，让宝宝安全、舒适

给宝宝营造温馨舒适的环境/5

宝宝的家具/6

婴儿床和床垫 / 6

婴儿用澡盆、浴缸里的安全椅 / 6

摇篮或摇椅 / 6

宝宝的衣物和被褥 /7

给宝宝准备的衣服和被褥 / 7

宝宝的喂奶用具/7

奶瓶 / 7

消毒锅 / 8

宝宝的清洁用品/8

不刺激眼睛的专用洗发水 / 8



湿纸巾 / 8

消毒棉签 / 8

婴儿专用指甲剪 / 8

外出时的婴儿装备/8

推车 / 8

汽车安全坐椅 / 8

婴儿背带 / 9

Part 2 打造完美宝宝，科学育儿新概念

Chapter 1 1个月宝宝的健康护理方案

宝宝的成长记录 / 12

关注日常护理 / 12
分辨宝宝的哭声 / 12
肚脐的护理 / 13
及时发现鹅口疮 / 13
患了生理性黄疸不用担心 / 14
纸尿裤的选择 / 14
预防尿布疹 / 15
合理穿衣 / 15
正确为宝宝选择衣服 / 16
让宝宝在睡眠中成长 / 17

喂养知识新概念 / 17
母乳让宝宝提高抗病力 / 17
母乳让宝宝脑细胞发育更完善 / 18
按需哺乳 / 19
帮宝宝拍嗝 / 19
应对宝宝拒绝母乳 / 20
哺乳妈妈用药原则 / 20
选购奶粉的方法 / 21
给宝宝喂配方奶的方法 / 21
使用奶瓶、奶嘴的注意事项 / 22

体能、智能培养计划 / 22
多和宝宝交流 / 22
为宝宝准备玩具 / 23
用爱和宝宝交流 / 23



Chapter 2 2个月宝宝的健康护理方案

宝宝的成长记录 / 24

关注日常护理 / 24
湿疹的治疗和护理 / 24
不宜给宝宝戴手套 / 25
奶痂的处理方法 / 25
小便次数少的原因 / 26
服用疫苗丸预防小儿麻痹 / 26
给宝宝剪指甲的方法 / 26
为宝宝选择衣服的要求 / 27

喂养知识新概念 / 27
喂养要求 / 27

体能、智能培养计划 / 28
手指锻炼 / 28
体能锻炼 / 28
适当的户外活动 / 28
帮宝宝做婴儿体操 / 28
训练宝宝的视觉 / 29
训练宝宝的听觉 / 30
训练宝宝的嗅觉 / 30

Chapter 3 3个月宝宝的健康护理方案

宝宝的成长记录 / 31

关注日常护理 / 31
宝宝容易便秘的原因 / 31
应对宝宝便秘的策略 / 32
导致宝宝腹泻的原因 / 32
对症处理宝宝腹泻 / 33
为宝宝理个发吧 / 34
容易患佝偻病的宝宝 / 34
有效预防佝偻病 / 34
给宝宝适当地增减衣服 / 35
带宝宝外出时的注意事项 / 36

喂养知识新概念 / 36
母乳是宝宝的最佳食物 / 36
调整好夜间给宝宝喂奶的时间 / 37
不要过早给宝宝添加辅食 / 37
妈妈上班前的必要准备 / 37
宝宝吃不饱的应对策略 / 38

体能、智能培养计划 / 38
训练宝宝用手握东西 / 38
训练宝宝翻身 / 39
认知能力的培养 / 40
语言能力的培养 / 40
社会行为能力的培养 / 41
观察能力的培养 / 41
挑选适合宝宝的玩具 / 41

Chapter 4 4个月宝宝的健康护理方案

宝宝的成长记录 / 42



关注日常护理 / 42
宝宝流口水的原因 / 42
缺铁性贫血的原因和防治 / 43
宝宝感冒的表现和对策 / 43
宝宝衣服的选择 / 44
为宝宝准备围嘴 / 44
为宝宝准备枕头 / 45

喂养知识新概念 / 45
奶量减少的原因 / 45

体能、智能培养计划 / 46
训练宝宝的体能 / 46
训练大小肌肉的运动 / 46
宝宝开始有6种情绪反应 / 47
进行综合感官训练 / 47
音乐感受能力的训练 / 48
语言能力的训练 / 48
选择合适的玩具 / 48



Chapter 5 5个月宝宝的健康护理方案

宝宝的成长记录 / 49

关注日常护理 / 49
给宝宝穿袜子 / 49
给宝宝洗澡 / 50
谨防肠套叠 / 51
正确选择衣服 / 51
学会使用杯子 / 52
给宝宝洗头 / 52
让宝宝睡得久的方法 / 53

喂养知识新概念 / 53
什么是辅食 / 53
什么时候开始添加辅食 / 53
让宝宝接受辅食 / 54
光吃母乳不吃辅食影响宝宝发育 / 54
添加辅食不要影响母乳喂养 / 55
根据宝宝的营养需求添加辅食 / 55
根据宝宝的消化能力添加辅食 / 56
根据宝宝的发育水平添加辅食 / 56
添加辅食的顺序 / 57
第一次如何添加辅食 / 57
怎样选择米粉 / 57
米粉的添加时间 / 58
米粉的冲调方法 / 58
米粉、米糊能否替代配方奶粉 / 58
给宝宝添加辅食要有耐心 / 59

体能、智能培养计划 / 59
继续训练大小肌肉运动能力 / 59
和宝宝做游戏吧 / 60
教宝宝认识外界事物 / 60
认知能力的训练 / 61



感知能力的培养 / 61
音乐记忆力的训练 / 62
语言能力的训练 / 62
选择合适的玩具 / 62

Chapter 6 6个月宝宝的健康护理方案

宝宝的成长记录 / 63

关注日常护理 / 63
选择合适的鞋 / 63
选择宽松的衣服 / 64
牙齿萌出是正常现象 / 64
保护乳牙的方法 / 64
预防传染性疾病 / 65
应对麻疹的方法 / 66
警惕中耳炎和耳垢湿软 / 66
宝宝的排便规律 / 67
宝宝夜哭的原因 / 67

喂养知识新概念 / 67
宝宝每日的饮食需求 / 67
宝宝所需的营养素 / 68
给宝宝添加辅食的注意事项 / 69
添加辅食的重要性 / 70
添加辅食的原则 / 70
宝宝半夜索食的应对策略 / 71
适量给宝宝喂水 / 71
预防宝宝食物过敏 / 72
给宝宝制作菜汁的方法 / 72
辅食添加的种类 / 72
不要用水果代替蔬菜 / 73
给宝宝吃水果有学问 / 74
水果的选择和清洗 / 74
蔬菜的挑选和清洗 / 75
给宝宝喂粥的方法 / 75
食用辅食的餐具 / 75
辅食的制作要点 / 76
出牙拒食的解决方法 / 76

体能、智能培养计划 / 76
大小肌肉的运动能力训练 / 76
咀嚼和吞咽能力的训练 / 77
运动技能的训练 / 78
增强宝宝的感官刺激 / 78
游戏强化宝宝的感知觉 / 78



教宝宝认识自己 / 79
语言能力和认知能力相结合 / 79
选择适合宝宝的游戏和玩具 / 80

Chapter 7 7个月宝宝的健康护理方案

宝宝的成长记录 / 81

关注日常护理 / 81
提高宝宝的抵抗力 / 81
养成定时大小便的习惯 / 82
给宝宝洗澡的注意事项 / 82
不要总让宝宝坐在婴儿车里 / 82
让宝宝尝试室内裸体空气浴 / 83

喂养知识新概念 / 84
培养宝宝良好的饮食习惯 / 84
应对宝宝挑食的策略 / 84
适当给宝宝添加强化食品 / 85
让宝宝按自己的方式进食 / 85
饮食调整应对便秘 / 85

体能、智能培养计划 / 86
锻炼颈背肌和腹肌的力量 / 86
锻炼手部力量和灵活性 / 87
观察力和判断力的培养 / 87



Chapter 8 8个月宝宝的健康护理方案

宝宝的成长记录 / 88

关注日常护理 / 88
给宝宝自由活动空间 / 88
千万不要抛扔宝宝 / 89
应对宝宝怕生的方法 / 89
宝宝“地图舌”莫惊慌 / 90
选择衣服的注意事项 / 90
选择鞋帽的注意事项 / 91
使用便盆的注意事项 / 91

喂养知识新概念 / 92
营养均衡更健康 / 92
如何让宝宝长得更壮实 / 92
控制宝宝吃糖 / 93
让宝宝多吃蔬菜 / 94
宝宝餐位和餐具需固定 / 95
辅食的种类及吃法 / 95

体能、智能培养计划 / 95
继续练习手部动作 / 95
爬行的训练 / 96
选择适合的玩具 / 96
开阔宝宝的眼界 / 96
教宝宝发音 / 97
让宝宝在交流中学习语言 / 97
在游戏中训练宝宝的自理能力 / 98
不要扼杀宝宝的好奇心 / 98

Chapter 9 9个月宝宝的健康护理方案

宝宝的成长记录 / 99



关注日常护理 / 99

选择合适的学步鞋 / 99
让宝宝尽快入睡的妙法 / 100
应对宝宝睡前哭闹的策略 / 101
不要用乳汁涂抹宝宝的脸 / 101
正确对待宝宝的安抚物 / 101
扁平足产生的原因 / 102
正确看待大便异常 / 102

喂养知识新概念 / 103

宝宝饮食调理的注意事项 / 103
适当给宝宝补充肉类 / 104

体能、智能培养计划 / 104

继续加强基础体能训练 / 104
宝宝在室内爬行训练 / 105
模仿能力的培养 / 105
多给宝宝听欢快的音乐 / 106
及时鼓励宝宝 / 106
感受大自然 / 106
通过游戏了解生活常识 / 107
教宝宝学说话 / 107

Chapter 10 10个月宝宝的健康护理方案

宝宝的成长记录 / 108

关注日常护理 / 108

把握好生活节奏 / 108
给宝宝选择衣服 / 108
带宝宝外出的注意事项 / 109
宝宝撞头、摇头晃脑的对策 / 110
预防宝宝磨牙的方法 / 110

喂养知识新概念 / 111

本月饮食调节 / 111
宝宝辅食的添加 / 111
本月易患的疾病 / 112

体能、智能培养计划 / 112

增加爬行训练的难度 / 112
手部技能与全身运动配合训练 / 113
宝宝独自站立的训练 / 113
认识事物的训练 / 113
培养宝宝广泛的兴趣 / 114
培养宝宝的艺术素质 / 115
教宝宝认识自己 / 115
让宝宝明白妈妈的态度 / 116

Chapter 11 11个月宝宝的健康护理方案

宝宝的成长记录 / 117

关注日常护理 / 117

宝宝出水痘的护理策略 / 117
宝宝打鼾的应对方法 / 118
预防宝宝发生意外事故 / 118
宝宝还不会站立的因素 / 119
选购外衣的基本要求 / 120
外出活动要穿鞋戴帽 / 120

喂养知识新概念 / 121

宝宝的饮食特点 / 121
科学合理地摄入脂肪 / 121



大人嚼过的食物不能给宝宝吃 / 122
最好不要让宝宝吃蜂蜜 / 122
给宝宝吃鱼、肉、蛋的方法 / 123
吃水果要适量 / 123

体能、智能培养计划 / 123
继续训练宝宝的体能 / 123
搭积木游戏 / 124
鼓励宝宝进行探索 / 124
陪宝宝看图画书 / 124
带宝宝感受大自然 / 125
尝试教宝宝识字 / 125
语言能力的培养 / 125
教宝宝认识颜色 / 125
为宝宝选择合适的玩具 / 125
和宝宝玩手电筒游戏 / 126

Chapter 12 12个月宝宝的健康护理方案

宝宝的成长记录 / 127

关注日常护理 / 127
给宝宝布置房间 / 127
让宝宝自己入睡的方法 / 128
宝宝怕洗澡的应对策略 / 128
宝宝不会自己走路的对策 / 129
防止宝宝依赖奶瓶的方法 / 130
宝宝口齿不清的解决策略 / 130

喂养知识新概念 / 131
宝宝的饮食原则和要求 / 131
垃圾食品害处多 / 132
进餐时间不能太长 / 132
给宝宝吃水果的方法 / 132
宝宝不爱吃米饭的应对策略 / 133

体能、智能培养计划 / 133
训练宝宝学走路 / 133
为宝宝创造室外活动空间 / 134
用玩具对宝宝进行体能训练 / 134
用游戏培养想象力和创造力 / 135
做图片与实物联系起来的游戏 / 135
让宝宝翻看图书 / 136
教宝宝识数字 / 136
用儿歌开发宝宝的智力 / 137
选择可以开发宝宝智力的玩具 / 137

Chapter 13　1～2岁宝宝的健康护理方案

宝宝的成长记录 / 138

关注日常护理 / 138
宝宝宜穿满裆裤 / 138
穿鞋的要求 / 139
训练宝宝自己大小便 / 139
保护好宝宝的眼睛 / 139
训练宝宝自己洗手 / 140

喂养知识新概念 / 140
饮食注意事项 / 140
训练宝宝咀嚼和吞咽 / 141
正确看待宝宝挑食 / 141
不要盲目地补充营养品 / 142

体能、智能培养计划 / 142
锻炼宝宝支配身体的能力 / 142
球类游戏益处多 / 143
训练宝宝的平衡能力 / 143
玩沙土游戏 / 143
培养宝宝的想象力 / 144
进一步训练手指的灵活性 / 145
具有初步的创造力 / 145
鼓励宝宝模仿 / 145
语言能力的训练 / 145
为宝宝选择合适的玩具 / 146



进行早期音乐启蒙教育 / 146
给宝宝一个既自由又安全的空间 / 147

Chapter 14　2～3岁宝宝的健康护理方案

宝宝的成长记录 / 148

关注日常护理 / 148
不要给宝宝穿露脚趾的凉鞋 / 148
和宝宝分房睡 / 149
午觉要睡好 / 149
养成良好的睡眠习惯 / 150
刷牙方法及牙具的选择 / 150
定期检查宝宝的牙齿 / 151
口吃的原因及对策 / 151
注意宝宝的坐姿 / 152
训练宝宝的走姿 / 153
宝宝夜里流鼻血的原因及诊治 / 153
少带宝宝去公共场所 / 154



看电视的注意事项 / 154

喂养知识新概念 / 155
饮食调配 / 155
培养良好的饮食习惯 / 155
适当给宝宝吃零食 / 156

体能、智能培养计划 / 157
宝宝体能、智能发生了变化 / 157
训练宝宝手指的灵活性 / 157
训练上臂的力量和手眼协调能力 / 158
训练腿部力量和协调能力 / 158
做游戏开发智力 / 158
语言能力的培养 / 159
观察力的培养 / 159
学习背数和点数 / 159
学汉字开发大脑思维 / 160
为宝宝选择图书 / 160
让宝宝做你的小助手 / 160

Chapter 15 0～3岁宝宝的营养饮食方案

营养决定宝宝的智力 / 161
营养是大脑发育的基本条件 / 161

营养关乎宝宝的免疫力 / 162
抗体是宝宝健康的保护者 / 162
均衡营养是宝宝的免疫之源 / 162

宝宝的饮食一定要科学 / 163

遵守正确的饮食原则 / 163
营养摄取不可过少 / 163
营养摄取不可过多 / 164
好营养使宝宝更强壮 / 164



好营养造就好性格 / 165
甜食摄取不可过量 / 166
尽量远离垃圾食品 / 166

宝宝所需营养素的来源 / 166
肉类 / 167
谷物 / 167
蔬菜 / 167
豆类和豆制品 / 168
水果和坚果 / 168

宝宝必不可少的营养物质 / 169
蛋白质 / 169
碳水化合物 / 170
脂肪 / 170
维生素 / 171
矿物质 / 178
水 / 182
纤维素 / 182

健康饮食、快乐饮食 / 183
培养宝宝的良好饮食习惯和就餐礼仪 / 183
为宝宝打造科学健康的饮食 / 184
健康食品和垃圾食品要分清 / 185

宝宝的私家厨房 / 186
米粥油(4个月) / 186
牛奶鸡蛋糊(5个月) / 186
蛋黄粥(6个月) / 186
玉米牛奶饮(7个月) / 187
三色肝末(8个月) / 187
碎菜牛肉汤(9个月) / 187
七彩疙瘩汤(10个月) / 188
鸡汤青菜小馄饨(11个月) / 188
鸡茸肝糕(12个月) / 189
豆奶粥(12个月) / 189
酸奶果汁(12个月) / 189
鸡肉粥(1岁半) / 190
什锦甜粥(1岁半) / 190
豌豆枸杞玉米羹(2岁) / 190
莴笋粥(2岁) / 191
汤面(2岁) / 191
虾皮紫菜汤(2岁) / 191
花生猪骨粥(3岁) / 192
胡萝卜饼(3岁) / 192
肉丝面片汤(3岁) / 192
香菇鸡片(3岁) / 193
莴笋拌银丝(3岁) / 193

Part 3 婴幼儿护理疑难问题专家方案

Chapter 1 解读宝宝成长中的疑问

Q：能预测宝宝的身高吗 / 196
Q：怎么能让宝宝长得更高 / 197
Q：怎样给宝宝量身高 / 197
Q：怎样给宝宝量体重 / 198
Q：宝宝有胎记怎么办 / 198
Q：宝宝有哪些反射动作 / 198
Q：新生儿体重下降正常吗 / 199
Q：新生女宝宝的成长有什么特殊情况 / 200
Q：新生男宝宝的成长有什么特殊情况 / 200
Q：新生儿喜欢看什么东西 / 201
Q：新生儿的小便有什么特性 / 201
Q：新生儿的大便有什么特性 / 202
Q：宝宝不同形状的粪便传达什么信息 / 202
Q：宝宝的囟门是怎么回事 / 203
Q：宝宝满月后掉发、头发稀黄怎么办 / 203
Q：宝宝舌苔又白又厚，是生病了吗 / 204
Q：怎样更好地保护宝宝的乳牙 / 204

Q：宝宝的乳牙有间隙是怎么回事 / 205
Q：新生儿有哪些本领 / 205
Q：宝宝的味觉、嗅觉发育有什么特点 / 205
Q：怎样知道宝宝的听力是否正常 / 206
Q：怎样知道宝宝的视力是否正常 / 206
Q：能摸到宝宝的肝脏正常吗 / 207
Q：宝宝的“M”形腿能长正吗 / 207
Q：宝宝每天应睡多长时间 / 208
Q：早睡早起对宝宝有哪些好处 / 208
Q：如何给肥胖的宝宝减肥 / 209

Chapter 2 解决护理宝宝中的难题

Q：新生儿房间应关闭门窗吗 / 210
Q：如何布置宝宝的卧室 / 210
Q：为什么宝宝房间要保持适宜的湿度 / 211
Q：为什么要给宝宝的房间放温度计 / 211
Q：给宝宝吹电风扇或空调要注意什么 / 212
Q：怎样避免宝宝在夜里着凉 / 212
Q：宝宝跟爸爸妈妈一起睡需要注意什么 / 213
Q：宝宝在自己房间睡需要注意什么 / 213
Q：宝宝的枕头有什么要求 / 213
Q：宝宝房间的墙壁用什么颜色比较好 / 214



Q：怎样给新生儿保暖 / 214
Q：怎样护理新生儿的肚脐 / 214
Q：需要帮助宝宝清理鼻孔吗 / 215
Q：宝宝的指甲变化意味着什么 / 215
Q：宝宝出牙晚该怎么办 / 216
Q：怎样护理宝宝的耳朵 / 216
Q：如何保持宝宝皮肤干爽 / 217
Q：怎样才能让宝宝的头发长得好 / 217
Q：如何让宝宝慢慢习惯洗头 / 217
Q：怎样保护宝宝的视力 / 218
Q：怎样护理宝宝的皮肤 / 218
Q：为什么不能随便给宝宝用爽身粉 / 218
Q：宝宝长时间不停地哭闹是怎么回事 / 219
Q：宝宝不哭不闹是好事吗 / 219
Q：宝宝睡觉出汗多是病吗 / 219
Q：需要给宝宝购买哪些护理用品 / 220
Q：布尿片和纸尿裤各有哪些利弊 / 220
Q：给宝宝洗澡需要做哪些准备 / 221
Q：怎样用凉水擦澡来提高宝宝抗病力 / 221
Q：天冷时宝宝可以洗澡吗 / 222