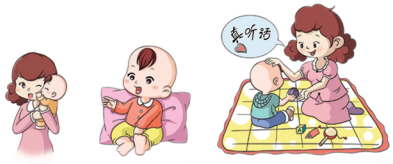
之宝贝书系92 0~3岁宝宝的喂养、护理、早教大百科

# 全程育儿大百科

QUANCHENGYUERDABAIKE


**周忠蜀◎主编**

中日友好医院儿科主任
中国协和医科大学博士生导师



中国纺织出版社


超值白金版


需要全本请访问 www.ertongbook.com

## 内 容 提 要

本书以0～3岁宝宝父母为阅读对象，全面阐述了养育宝宝的方方面面，涉及喂养、护理、早教等父母关心的环节，是居家育儿的必备宝典，值得每个家庭收藏。

图书在版编目（CIP）数据

全程育儿大百科／ 周忠蜀主编.—北京：中国纺织出版社，2011.5

（之宝贝书系；92）

ISBN 978-7-5064-7347-7

Ⅰ.①全… Ⅱ.①周… Ⅲ.①婴幼儿-哺育-基本知识

Ⅳ.①TS976.31

中国版本图书馆CIP数据核字（2011）第038315号

策划编辑：尚 响 胡 敏 责任编辑：胡 敏

责任设计：高梅彩 张双羽 责任印制：刘 强

中国纺织出版社出版发行

地址：北京东直门南大街6号 邮政编码：100027

邮购电话：010-64168110 传真：010-64168231

http://www.c-textilep.com

E-mail：faxing@c-textilep.com

北京振兴华印刷有限公司印刷 各地新华书店经销

2011年5月第1版第1次印刷

开本：787×1092 1/16 印张：28

字数：400千字 定价：29.80元

凡购本书，如有缺页、倒页、脱页，由本社图书营销中心调换

# 目录

CONTENTS

Chapter 1

## 宝宝诞生前的准备工作


第一节　心理准备 /22

妈妈的准备…… 22

爸爸的准备…… 23

第二节　物质准备 /25

宝宝居室的要求…… 25

宝宝寝具、浴具及生活用品…… 26

宝宝餐具及其他用具…… 28

宝宝的外出用品…… 28

宝宝的衣物…… 29

住院准备…… 29

第三节　提前给宝宝取个好名字/31

取名的原则…… 31

取名字的方法…… 32

第四节　请个月嫂做帮手 /34

提供月嫂的主要机构…… 34

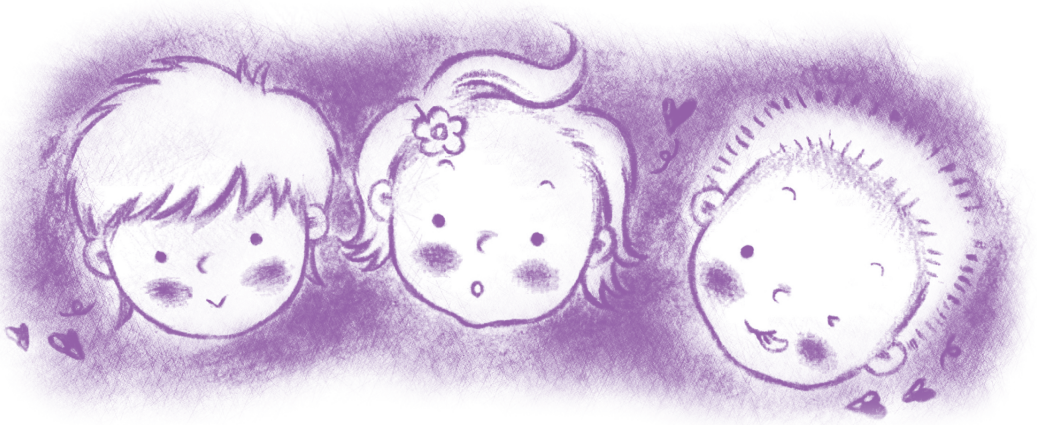
雇请事宜…… 34

选择月嫂的条件…… 35

月嫂的服务范围…… 36

月嫂的服务方式…… 36

与月嫂相处的方法…… 36

Chapter 2

# 新生儿期的宝宝


## 第一节　坐月子注意事项 /38

辛苦并快乐着…… 38
月子坐得好坏关系母婴健康…… 39
丈夫的作用很重要…… 40

## 第二节　新生儿的生理指标 /41

新生儿的体格标准…… 41
新生儿的发育特征…… 43
新生儿的个体差异…… 45

## 第三节　新生儿的常见问题 /47

啼哭…… 47
打嗝…… 47
鼻塞、打喷嚏…… 48
新生儿黄疸…… 48
生理性脱皮…… 48
生理性脱发…… 48
惊吓、抖动…… 48
乳房增大、乳头凹陷…… 49
皮肤红斑…… 49
马牙、螳螂齿…… 49
体重下降…… 50
出怪相、挣劲…… 50
出汗…… 50
溢奶…… 51
鼻子上的黄点…… 51

## 第四节　让宝宝合理摄取营养/52

新生儿生长发育所需要的营养素…… 52
初乳对新生儿意义重大…… 53
“世界母乳喂养周”在行动…… 53
无法母乳喂养的主要原因……54
妈妈要尽快掌握哺乳方法……55
按需哺乳…… 56
谨防乳头破裂…… 56
怎样使奶水多起来…… 57
奶水少时怎样哺喂…… 57
什么情况下不宜母乳喂养…… 58
乳类选择…… 59
如何喂新生儿吃配方奶……60

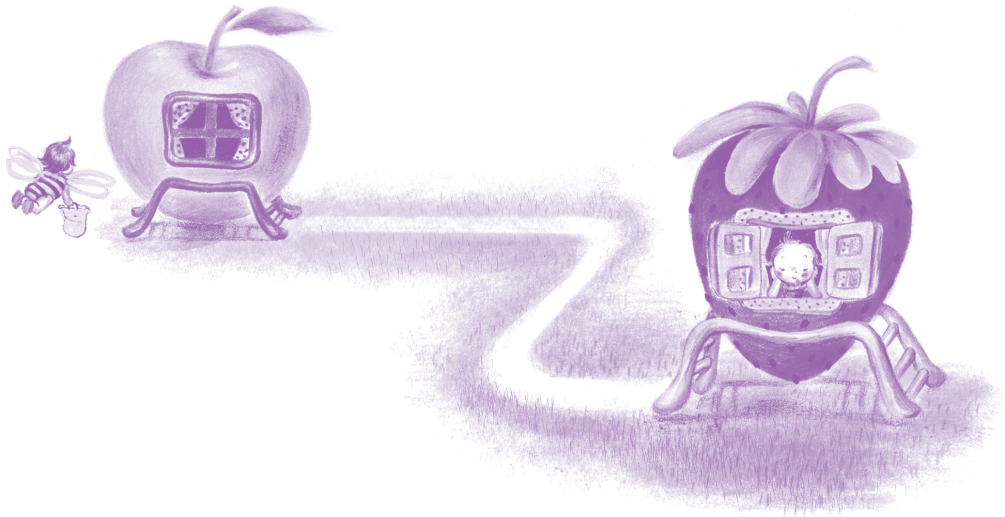
## 第五节　日常生活护理 /62

新生儿的睡眠…… 62
女婴的特殊护理…… 64
男婴阴茎的特殊护理…… 65
脐带护理…… 65
尿布…… 65
洗澡…… 67
游泳…… 68
穿衣…… 68
为新生儿抚触…… 70
以科学态度对待民间习俗…… 71

## 第六节　新生儿的早教 /73

早教理念…… 73
视觉游戏…… 74
听觉游戏…… 74
嗅觉游戏…… 74
训练宝宝抬头的方法…… 75
训练宝宝做伸展运动…… 75
训练宝宝做爬行运动…… 75
训练宝宝做迈步运动…… 75

第七节　妈妈疑问解答 /76
能否给新生儿剃头…… 76
新生儿能睡水枕、凉席吗……76
第八节　新生儿给妈妈出的“难题” /77
越哄越哭…… 77
不吃橡皮奶头…… 77
越治越重的腹泻…… 77
一吃就拉…… 78
吃吃睡睡…… 78
第九节　可能出现的异常情况/79
发热…… 79
吐奶…… 79
隐睾…… 79
头皮血肿…… 80
胎记…… 80





需要全本请访问 www.ertongbook.com

Chapter 3

# 1～2个月的宝宝


## 第一节　妈妈出月子了 /82

妈妈的身体还处于恢复阶段…… 82
谨防得产后抑郁症…… 82
妈妈的营养很重要…… 82

## 第二节　宝宝的生理指标 /83

宝宝的体格标准…… 83
发育特征…… 84

## 第三节　宝宝特有的生理现象/87

头部奶痂…… 87
手足心、鼻根部发黄…… 87
奶秃、枕秃…… 87

## 第四节　让宝宝合理摄取营养/88

母乳喂养：妈妈要坚信自己的奶水… 88
人工喂养要点…… 88
混合喂养：母乳、配方奶不要同时喂 89

## 第五节　日常生活护理 /90

不同季节的护理…… 90
分辨宝宝啼哭的原因…… 92
鼻塞…… 93
睡眠…… 93
拍满月照…… 94
宝宝的衣物用品…… 94

## 第六节　早教 /96

为宝宝的运动创造机会…… 96
抓握听音…… 96
竖抱观景又炼颈…… 96
逗笑…… 97
口嘴游戏…… 97
发声应和…… 97
室外日光浴…… 98
室外空气浴…… 98

## 第七节　妈妈疑问解答 /99

小便次数少了，奶吃得少了…… 99
夜里哭，惊吓了…… 99

## 第八节　可能出现的异常情况/100

湿疹…… 100
积痰…… 101
疹子…… 101
斜颈…… 101
肠绞痛…… 101

Chapter 4

# 2～3个月的宝宝


## 第一节　爸爸的作用更加凸显/104

起夜、喂奶不只是妻子的事…… 104
整洁、温馨的环境对母婴非常重要… 104

## 第二节　宝宝的生理指标 /105

宝宝的体格标准…… 105
发育特征…… 105
宝宝的后囟门开始闭合…… 107
宝宝的发育程度出现差别……107

## 第三节　让宝宝合理摄取营养/108

吃母乳…… 108
喂水…… 108
夜间喂奶…… 109
添加配方奶…… 109
营养素的补充…… 110

## 第四节　日常生活护理 /111

要让宝宝的生活有规律…… 111
“惯”出来的宝宝…… 111
睡觉习惯…… 112
穿衣…… 112
换尿布…… 113
理发…… 113
户外活动…… 113

## 第五节　早教 /114

抓握训练…… 114
颈部支撑力和转头训练…… 114
俯卧抬头训练…… 114
翻身训练…… 114
水浴和游泳…… 116
视觉训练…… 117
音响感受能力的训练…… 117
发音和语言训练…… 117
嗅觉、味觉…… 117
玩具…… 117

## 第六节　护理要点 /118

保姆看孩子…… 118
防止窒息…… 118

## 第七节　妈妈疑问解答 /119

吃奶注意力不集中…… 119
吃手…… 119

## 第八节　可能出现的异常情况/120

缺钙…… 120
便秘…… 120
打鼻鼾…… 120

Chapter 5

# 3～4个月的宝宝


## 第一节　妈妈该上班了 /122

妈妈的休息也要见缝插针……122
谁来照看宝宝…… 122

## 第二节　宝宝的生理指标 /123

这一时期宝宝的生长发育……123
会把身体侧过来了…… 123

## 第三节　宝宝的生理现象 /124

生理性贫血…… 124
吐奶现象逐渐减少…… 124
进入生长发育高峰…… 124

## 第四节　宝宝体能和智能的发育/125

喜爱鲜明的颜色…… 125
能找到声音了…… 125
手能抓物了…… 125

## 第五节　让宝宝合理摄取营养/126

厌食配方奶…… 126
人工喂养：防止宝宝发胖……126
妈妈上班后的哺乳…… 127
营养需求…… 127
宝宝偏瘦…… 128
不可强迫宝宝吃辅食…… 128

## 第六节　日常生活护理 /129

睡眠…… 129
按时排便…… 130
不要与宝宝做激烈游戏…… 130

## 第七节　早教 /131

视觉训练…… 131
手的活动更加自如…… 131
身体协调能力的训练…… 132
发音训练…… 132
做感官游戏…… 133
婴儿体操…… 133
情绪激发…… 134

## 第八节　护理要点 /135

衣服、被褥、玩具…… 135
不要给宝宝蒙纱巾…… 135
安全洗澡…… 135

## 第九节　妈妈疑问解答 /136

耍脾气…… 136
不喜欢吃母乳…… 136
宝宝有点痉挛…… 136
预防接种，这些问题该怎么办…… 136
睡眠容易被惊醒…… 137

## 第十节　可能出现的异常情况/138

宝宝长期流口水…… 138
感冒…… 138
警惕宝宝发高烧…… 139
“倒睫”、“结膜炎”会出 眼屎 … 139
斜视…… 140
注意宝宝的心杂音现象…… 140

Chapter 6

# 4～5个月的宝宝


## 第一节　妈妈的疑惑 /142

是否该给宝宝添加辅食了……142
该听谁的建议…… 142

## 第二节　宝宝的生理指标 /143

这一时期宝宝的生长指数……143
宝宝的生长速度趋于平缓……143
宝宝的个体差异增大…… 143

## 第三节　生理现象 /144

胎毛基本已脱落…… 144
头围增长速度放慢…… 144

## 第四节　宝宝智能的发育 /145

听的能力：能集中注意力听音乐了… 145
嗅的能力：能辨别出不同的气味…… 145
尝的能力：能尝出不同食物的味道… 145
看的能力：能追视物体了……146
手眼有了协调能力…… 146
有了记忆能力…… 146

## 第五节　让宝宝合理摄取营养/147

是否该吃辅食宝宝“说了算”……147
宝宝所需要的营养素…… 147
添加辅食的原则和方法…… 149
辅食的种类…… 150
辅食的喂法…… 150
宝宝的食量…… 151
吃水果…… 151
辅食小制作…… 152
一日食谱参考（4～5个月）…… 152

## 第六节　日常生活护理 /153

穿衣服…… 153
睡眠…… 154
洗澡…… 155
玩具…… 156
排便训练为时过早…… 156
四季护理要点…… 157
谨防意外事故…… 158

## 第七节　早教 /159

大小肌肉运动能力的训练……159
玩游戏练体能…… 160
教宝宝认识外界事物…… 160
认知能力训练…… 161
感知能力训练…… 161
音乐记忆力训练…… 162
语言能力训练…… 162
玩具的作用…… 163

## 第八节　可能出现的异常情况/164

肠套叠…… 164
舌头与颌骨异常…… 164
营养不良的原因…… 165
缺铁性贫血…… 166

Chapter 7

# 5～6个月的宝宝


## 第一节　儿要宽心养 /168

五花八门的婴幼儿产品…… 168
两代人的育儿优势应互补……168
不要与别人家的宝宝盲目攀比……169

## 第二节　宝宝的生理指标 /170

这一时期宝宝的生长指数……170
宝宝出牙了…… 170

## 第三节　宝宝体能和智能的发育/171

语言能力有了长进…… 171
会伸手抓物了…… 171
有了蹬的能力…… 171
喜欢坐着或站着蹦跳…… 171
啃脚丫子…… 172
有了生疏感…… 172
感情变得丰富了…… 172
有了观察力和理解力…… 172

## 第四节　让宝宝合理摄取营养/173

母乳为主辅食为辅…… 173
辅食应清淡…… 174
别逼迫宝宝吃辅食…… 174
不爱吃这种辅食再换另一种…… 175
吃含铁丰富的蛋黄…… 175
不要花过多时间做辅食…… 175
不要给宝宝吃成人饭菜…… 175
帮宝宝学会使用杯子…… 176
辅食小制作…… 176
辅食制作注意事项…… 177
让宝宝自己抓吃…… 178
一日食谱参考…… 178

## 第五节　日常生活护理 /179

睡眠…… 179
大小便…… 181
牙齿护理…… 182
衣服和鞋…… 183
户外活动…… 184

## 第六节　早教 /185

继续进行大小肌肉的运动能力训练… 185
运动神经技能的训练…… 186
情感开发…… 186
感官刺激训练…… 187
培养宝宝的爱心…… 188
教宝宝认识自己…… 188
让宝宝展现自己的力量…… 188
选择宝宝自己动手玩的游戏和玩具… 189
语言能力和认知能力相结合的训练… 190
为宝宝提供人际交往的环境和机会… 190

## 第七节　妈妈疑问解答 /191

乳牙过早萌出怎么办…… 191
宝宝为何出汗多…… 191
不是必打疫苗还应该接着打吗……191

## 第八节　可能出现的异常情况/192

耳垢湿软与中耳炎的区别……192
麻疹…… 192
夏季热病…… 193
趴着睡…… 193
夜间哭闹…… 193
预防意外事故…… 194

Chapter 8

# 6～7个月的宝宝


## 第一节　职场妈妈的辛苦 /196

警惕乳腺炎…… 196
丈夫的理解和支持…… 196

## 第二节　宝宝的生理指标 /197

这一时期宝宝的生长指数……197
前囟有个体差异…… 197

## 第三节　宝宝的体能发育 /198

坐与爬的能力…… 198
运用手的能力…… 198
喜欢探索…… 199
有了观察力的萌芽…… 199
开始理解语言了…… 199
有了一定的模仿能力…… 200

## 第四节　让宝宝合理摄取营养/201

让宝宝体会吃的快乐…… 201
不要浪费母乳…… 202
没吃饱应加配方奶…… 202
喝鲜奶把奶皮去掉…… 202
不要强迫用奶瓶…… 202
使用小勺…… 203
面包、饼干也吃点…… 203
不但喝汤还要吃肉…… 204
辅食添加要因人而异…… 204
培养宝宝良好的饮食习惯……205
辅食小制作…… 206
一日食谱参考…… 206

## 第五节　日常生活护理 /207

睡眠…… 207
洗澡…… 208
刷牙…… 209
大小便…… 209
室内裸体空气浴…… 210
四季护理要点…… 211

## 第六节　早教 /213

训练宝宝爬行…… 213
训练宝宝的颈背肌和腹肌力量…… 214
训练宝宝手的灵活性…… 214
户外视觉训练…… 215
听音乐训练…… 216
语言训练…… 217

## 第七节　妈妈疑问解答 /218

宝宝喜欢吸手指怎么办……218
宝宝缺钙该怎么补…… 218
怎么给宝宝喝水…… 219
宝宝出牙期间拒食怎么办……219
给他吸吮空奶头行吗…… 219

## 第八节　可能出现的异常情况/220

抵抗力下降…… 220
感冒…… 220
幼儿急疹（突发性发疹子）…… 221
大便…… 222




需要全本请访问 www.ertongbook.com

Chapter 9

# 7～8个月的宝宝


## 第一节　上班后奶水少了 /224

上班族妈妈的哺喂技巧…… 224
产后塑身危害多多…… 224

## 第二节　宝宝的生理指标 /225

这一时期宝宝的生长指数……225
总的增长速度放慢…… 225

## 第三节　宝宝的体能发育 /226

手的能力…… 226
有了一定的平衡能力和控制能力…… 227
看的能力…… 227
模仿的能力…… 227
理解能力…… 227
有了个性…… 228
听的能力…… 228
有了初步的记忆…… 228

## 第四节　让宝宝合理摄取营养/229

让宝宝按照自己的方式吃……229
吃饭也体现个性…… 229
选择配方奶…… 230
营养需求…… 231
吃母乳还要吃辅食…… 231
辅食不要煮得过烂…… 231
春季饮食…… 231
辅食添加有技巧…… 232
各类食物的吃法…… 232
吃水果…… 233
固定餐位…… 233
本月喂养特点…… 234
辅食制作小技巧…… 234
几种营养食谱…… 235
一日食谱参考…… 236

## 第五节　日常生活护理 /237

睡眠…… 237
洗澡安全…… 238
便盆的使用…… 238
给宝宝一个良好的活动空间…… 239
消除一切触电隐患…… 239
衣服鞋帽…… 239
玩具…… 240
认生…… 241
免疫接种…… 242

## 第六节　早教 /243

训练手的灵活性…… 243
训练宝宝爬行…… 244
训练宝宝腿部力量…… 245
语言训练…… 245
做游戏…… 246

## 第七节　妈妈疑问解答 /247

宝宝胆小怎么办…… 247
能让宝宝看电视吗…… 247

## 第八节　可能出现的异常情况/248

教宝宝辨识危险物品…… 248
女婴阴道炎…… 248
齿斑…… 249
热性抽搐…… 249
不要抛摇宝宝…… 250

Chapter 10

# 8～9个月的宝宝


## 第一节　被宝宝依恋是一种幸福/252

不要让稚嫩的心灵受伤…… 252

## 第二节　宝宝的生理指标 /253

这一时期宝宝的生长指数……253
宝宝的运动能力与遗传有关…… 253

## 第三节　宝宝的体能发育 /254

坐得很稳…… 254
手眼的协调能力…… 254
会模仿发音…… 254
有了一定的理解能力…… 254
扶物可站起…… 254

## 第四节　让宝宝合理摄取营养/255

母乳喂养开始逐渐减弱…… 255
减少母乳出现的不适应症……255
富含维生素的食物…… 256
宝宝不喝牛奶怎么办…… 257
科学饮用牛奶…… 257
点心的给法…… 257
根据体质吃水果…… 258
饮食原则…… 258
夏季饮食…… 259
宝宝大便异常与饮食有关……259
宝宝的餐具…… 259
辅食小制作…… 260
一日食谱参考…… 261

## 第五节　日常生活护理 /262

睡眠…… 262
鞋子的选择…… 263
大小便…… 263
不要让宝宝长时间坐立…… 264
户外活动…… 264
“恋物癖”…… 265
乳汁涂脸不可取…… 266
玩具的清洁卫生…… 266
谨防意外事故…… 266

## 第六节　早教 /268

训练宝宝的观察力和判断力…… 268
体能基础训练…… 269
做互动操…… 270
语言训练…… 271

## 第七节　妈妈疑问解答 /272

宝宝长时间站立会影响腿型吗…… 272
宝宝为何喜欢安抚物，该怎样对待… 272
宝宝脚板平平会不会是扁平足…… 273
宝宝为什么还没出牙…… 273
宝宝还不会爬怎么办…… 274

## 第八节　可能出现的异常情况/275

腹泻…… 275
结膜炎…… 276
宝宝大便中夹有血丝…… 276
地图舌…… 276

Chapter 11

# 9～10个月的宝宝


## 第一节　家庭是宝宝最好的课堂/278

父母要为宝宝提供好的模仿行为…… 278
和睦的家庭能使宝宝更健康地成长… 279

## 第二节　宝宝的生理指标 /280

这一时期宝宝的生长指数……280
囟门搏动已经不明显了…… 280

## 第三节　宝宝体能的发育 /281

手的能力…… 281
爬行能力…… 281
个性初步显露…… 281
注意力能够集中了…… 282
听的能力…… 282
能扶着栏杆站起来…… 282

## 第四节　让宝宝合理摄取营养/283

母乳喂养…… 283
吃辅食有讲究…… 283
喂饭技巧…… 285
婴幼儿营养品的补法…… 285
食物的冷热属性…… 286
秋季饮食…… 287
辅食小制作…… 287
一日食谱参考…… 288

## 第五节　日常生活护理 /289

睡眠…… 289
出牙…… 290
四季护理要点…… 291
护理小细节…… 293

## 第六节　早教 /295

运动训练…… 295
认知训练…… 295
其他…… 296

## 第七节　妈妈疑问解答 /297

宝宝的门牙上有小圆斑…… 297
能否每天给宝宝吃点豆腐……297
宝宝还没出牙是否给吃点鱼肝油和钙片297
宝宝老爱摇头晃脑不知是怎么回事… 298
宝宝爱磨牙该怎么办呢…… 298

## 第八节　可能出现的异常情况/299

营养失调…… 299
消化不良…… 299
维生素缺乏症…… 299
淋巴结肿大…… 300
屏息…… 300

# Chapter 12 10～11个月的宝宝


## 第一节 对宝宝不能溺爱 /302

奶奶姥姥要注意爱孙子的方式…… 302
宝宝好比“橡皮泥”看你怎么塑造他 303

## 第二节 宝宝的生理指标 /304

这一时期宝宝的生长指数…… 304

## 第三节 宝宝体能与智能的发育/305

语言能力…… 305
运动能力…… 306
记忆能力…… 307

## 第四节 让宝宝合理摄取营养/308

吃母乳应该因人而异…… 308
牛奶不可少…… 309
饮食有了个性化表现…… 309
宝宝与父母吃饭…… 310
让宝宝练习自己吃饭…… 310
让宝宝喜欢吃蔬菜…… 311
冬季饮食…… 312
吃鱼对宝宝有好处…… 312
辅食小制作…… 313
一日食谱参考…… 314

## 第五节 日常生活护理 /315

户外活动或旅游…… 315
玩具…… 316
给宝宝擦澡…… 317
注意宝宝活动场所的安全性…… 317
宝宝做了不该做的事情要制止…… 318
睡眠…… 319
大小便…… 319

## 第六节 早教 /320

语言训练…… 320
训练宝宝走的能力…… 322
训练宝宝手部动作…… 323
鼓励宝宝去探索…… 323
训练宝宝的思维能力…… 324
训练宝宝数量化概念…… 324
培养宝宝的社交能力…… 325
让宝宝感受玩大型儿童器械的快乐… 325

## 第七节 妈妈疑问解答 /326

宝宝为什么总流口水…… 326
恋母乳影响吃饭该怎样断奶…… 327
宝宝吃饭时作呕、吐饭是怎么回事… 327
怎样挑选健康饼干…… 328
宝宝哭闹暂时别管行吗……328
能给便秘的宝宝吃蜂蜜吗……328

## 第八节 可能出现的异常情况/329

水痘…… 329
宝宝受伤时的处理办法…… 329
夏季皮炎…… 330
宝宝吞食异物的处理办法……331

# Chapter 13 11～12个月的宝宝


## 第一节　宝宝快1岁了 /334

育儿经历使父母的阅历更丰富…… 334
做一个称职的父母不容易……335

## 第二节　宝宝的生理指标 /336

这一时期宝宝的生长指数……336
前囟有的已闭合…… 336
腰部脊柱出现生理性前凸……336

## 第三节　宝宝体能和智能的发育/337

听和说的能力…… 337
宝宝能扶着栏杆走了…… 337
手的活动能力…… 337
宝宝的模仿有了主动性含义…… 338
宝宝有了与人交往的愿望……338
宝宝开始有了自己的主见……338
宝宝的记忆力增长了…… 338
宝宝有了联想意识…… 339
宝宝意识到了自我的存在……339

## 第四节　让宝宝合理摄取营养/340

饮食原则和要求…… 340
多给宝宝吃些多糖类食物……342
宝宝不喜欢吃米饭怎么办……342
营养补充要科学…… 342
应季水果就是最好的…… 343
避免宝宝过胖…… 344
吃饭时间不宜拖得太长…… 344
辅食制作…… 345
一日食谱参考…… 346

## 第五节　日常生活护理 /347

宝宝房间的布置…… 347
睡眠…… 348
怕洗澡的宝宝…… 349
四季防病措施…… 349
使用学步车的注意事项…… 350
免疫接种…… 351
不宜这样逗弄宝宝…… 351

## 第六节　早教 /352

运用对比法提高宝宝的认知能力…… 352
训练宝宝学走…… 353
投掷训练可增强宝宝的臂力…… 354
教宝宝认识颜色…… 354
运用游戏培养宝宝探索的兴趣……355
培养宝宝的艺术素质…… 356
为宝宝创造智力发展的空间…… 356
培养宝宝看书的兴趣…… 357
培养宝宝的思维能力和动手能力…… 357
玩具使宝宝更聪明健康…… 358

## 第七节　妈妈疑问解答 /359

喝果汁能使宝宝发胖吗…… 359
宝宝爱玩生殖器怎么办…… 359
宝宝不愿意自己动手吃饭怎么办…… 359
哪些情况下宝宝不能打疫苗…… 360
宝宝的心跳、脉搏较快这正常吗…… 360
如何制作容易动手的玩具…… 360

## 第八节　可能出现的异常情况/361

口腔炎…… 361
胳膊脱臼…… 361
宝宝还没出牙…… 361

Chapter 14

# 1～1.5岁的宝宝


## 第一节　父母的胆子要大一些 /364

鼓励宝宝去探索…… 364
能力的培养来自珍贵的直接经验…… 365

## 第二节　宝宝的生理指标 /366

这一时期宝宝的生长指数……366
前囟已闭合…… 366

## 第三节　宝宝体能和智能的发育/367

走的能力…… 367
手部动作更加灵巧…… 367
身体动作利落起来…… 367
会玩了…… 368
模仿能力更强了…… 368
语言能力有了长进…… 368

## 第四节　让宝宝合理摄取营养/369

吃饭出现个体差异…… 369
谨防喝出果汁综合征…… 369
宝宝的零食…… 370
让宝宝喜欢吃饭有妙招…… 371
辅食制作…… 372
一日食谱参考（1岁半左右） …… 373

## 第五节　日常生活护理 /374

能告诉大小便了…… 374
睡眠…… 374
不要吓唬宝宝…… 375
给宝宝穿满裆裤…… 375
不要给宝宝穿得过多…… 376
克服宝宝尿床…… 376

## 第六节　早教 /377

行走训练…… 377
训练宝宝手指的灵活性…… 378
玩沙土、捏胶泥做启发性游戏…… 378
语言训练…… 379
录下宝宝出生以来的话语……379
开动脑筋做游戏…… 380

## 第七节　妈妈疑问解答 /381

宝宝能穿气垫鞋吗…… 381
能给宝宝吃肥肉吗…… 381
能不能给宝宝吃芝麻酱…… 381

## 第八节　可能出现的异常情况/382

八字脚…… 382
咬人…… 382
还不会说话…… 384




需要全本请访问 www.ertongbook.com