幸福摇篮系列

# 新生宝宝同步养育

## 细节百科



席 雪◎编著

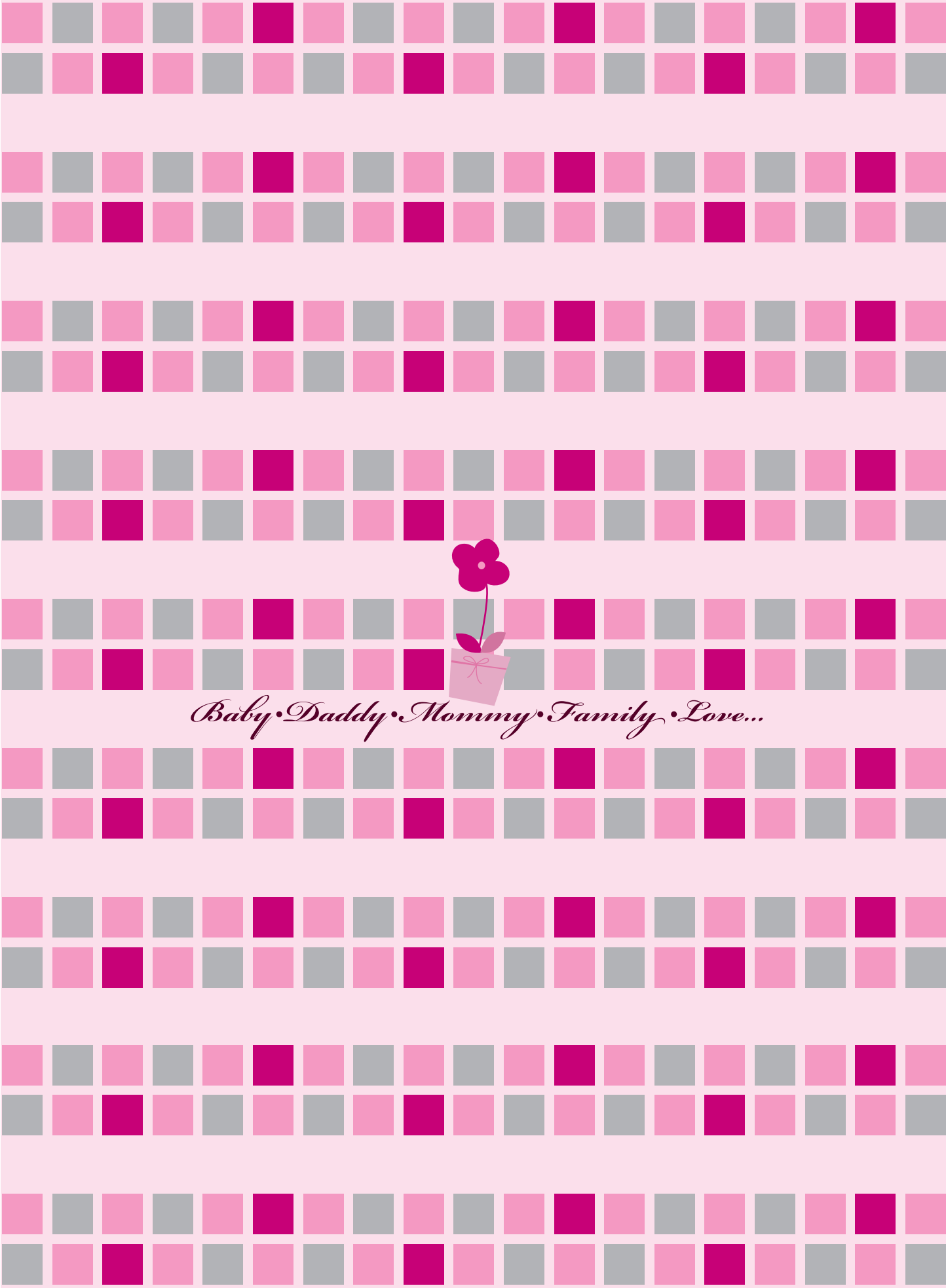
读本

权威图文

提供宝宝出生到周岁时的全方位育儿资讯
从宝宝的母乳喂养到亲子游戏
从辅食的添加到宝宝的摸爬滚打
一本帮你搞定周岁宝宝的超级育儿指南

中国人口出版社

需要全本请访问 www.ertongbook.com


Baby•Daddy•Mommy•Family•Love...



*Baby • Daddy • Mommy • Family • Love...*

幸福摇篮系列

# 新生宝宝同步养育细节百科

席 雪◎编著

中国人口出版社

## 宝宝的第1个月


第1天 …… 24
宝宝发育：新生儿的平均指标
养育指导：开始给新生儿喂奶的时间
父母须知：新生儿第1次预防接种
专家提示：父母需要做的

第2天 …… 24
宝宝发育：新生儿的第1次排便
养育指导：掌握新生儿“觅乳反射”
父母须知：对新生儿笑一笑
专家提示：接种卡介苗

第3天 …… 25
宝宝发育：新生儿的排尿量
养育指导：新生儿的喂奶次数
父母须知：新生儿的体温与室温
专家提示：给新生儿的玩具

第4天 …… 25
宝宝发育：新生儿的睡眠
养育指导：让新生儿多吸吮乳头
父母须知：安慰新生儿停止哭闹
专家提示：调理好新妈妈的饮食

第5天 …… 26
宝宝发育：新生儿的听觉能力
养育指导：心情对母乳的影响
父母须知：新生儿身上的“蒙古斑”
专家提示：新妈妈与新生儿的安全睡眠

第6天 …… 27
宝宝发育：用哭表达不同的需要
养育指导：喂哺中增进感情
父母须知：新生儿的互动能力
专家提示：注意保持脐部的清洁

第7天 …… 28
宝宝发育：脐残端的脱落
养育指导：进食催乳鲫鱼汤
父母须知：不能母乳喂养的情况
专家提示：检查新生儿的一周状况

第8天 …… 29
宝宝发育：尿量的增加
养育指导：不要让新生儿含着乳头入睡
父母须知：喂奶是沟通的最好时机
专家提示：新生儿睡眠的环境

第9天 …… 29
宝宝发育：触觉的需求
养育指导：母乳喂养的益处
父母须知：视觉和听力的测试
专家提示：钳伤的痊愈

第10天 …… 30
宝宝发育：良好的味觉
养育指导：摇篮支撑式喂养法
父母须知：勤为新生儿换尿布
专家提示：以母乳喂养为主

第11天 …… 31
宝宝发育：听力的逐渐加强
养育指导：新生儿喂食牛奶的方法
父母须知：给新生儿洗澡的顺序
专家提示：乳痂的消除

第12天 …… 31
宝宝发育：依然处于睡眠状态
养育指导：左右乳房交替喂养
父母须知：新生儿的小便
专家提示：给予听觉刺激

第13天 …… 32
宝宝发育：懂得新妈妈的呼唤
养育指导：交叉摇篮式喂养法
父母须知：影响母乳分泌的原因
专家提示：女婴洗澡的护理

第14天 …… 32
宝宝发育：视觉的反应
养育指导：足球式抱喂法
父母须知：教新生儿学会笑
专家提示：新生儿的睡姿

第15天 …… 33
宝宝发育：新生儿初次模仿
养育指导：第三周的喂养量
父母须知：拍背防止溢奶
专家提示：不要让新生儿看电视

第16天 …… 34
宝宝发育：亲切交流
养育指导：哺乳时新妈妈的正确手姿
父母须知：新生儿头部发青的原因
专家提示：早产儿的护理

第17天 …… 35
宝宝发育：味觉表现
养育指导：母乳与牛奶的混合喂养
父母须知：新生儿屁股的清洗
专家提示：退烧药的使用

第18天 …… 35
宝宝发育：声音的辨别
养育指导：喂奶时排除奶嘴中的空气

# CONTENTS 目录


父母须知：迈步练习
专家提示：安静的睡眠环境

第19天 …… 36
宝宝发育：辨别不同的气味
养育指导：新生儿的加餐
父母须知：保持适当的室温
专家提示：脱水热的处理方案

第20天 …… 36
宝宝发育：灵敏的触觉
养育指导：奶具的消毒
父母须知：催奶按摩术
专家提示：不宜去人多的地方

第21天 …… 37
宝宝发育：抓握能力
养育指导：衣服的选择
父母须知：新生儿不进食的原因
专家提示：鱼肝油的服用

第22天 …… 38
宝宝发育：新生儿的条件反射
养育指导：养成良好的饮食习惯
父母须知：尿布的选择
专家提示：养成晚上睡觉的习惯

第23天 …… 39
宝宝发育：乳房的肿胀
养育指导：夜间喂养的安全
父母须知：正确的抱婴方法
专家提示：产后新妈妈身体的保养

第24天 …… 39
宝宝发育：免疫机能的减弱
养育指导：母乳不要用微波炉加热
父母须知：家人外出回来后的卫生
专家提示：产后子宫的复原

第25天 …… 40
宝宝发育：自然脱落的软毛
养育指导：延长夜间哺喂的间隔时间
父母须知：常见的“马牙”现象
专家提示：鹅口疮的防治

第26天 …… 41
宝宝发育：逐渐形成的规律
养育指导：下奶的食物
父母须知：新妈妈饮食调养
专家提示：谨防新生儿肺炎

第27天 …… 41
宝宝发育：初始的记忆
养育指导：果汁的补充
父母须知：新生儿的玩具
专家提示：化脓性脑膜炎的症状

第28天 …… 42
宝宝发育：对冷热的表达
养育指导：过晚添加辅食的害处
父母须知：避免出现脱水热
专家提示：避免呼吸道感染

第29天 …… 43
宝宝发育：体重的增加
养育指导：纯牛奶的喂养
父母须知：预防宝宝脓疱病发生
专家提示：睡眠要有规律

第30天 …… 43
宝宝发育：满月时的状况
养育指导：满月后的喂奶次数
父母须知：叼奶头睡觉不是好习惯
专家提示：第2针乙型肝炎疫苗

第31天 …… 44
宝宝发育：喜欢听轻柔的音乐
养育指导：室内植物的选择
父母须知：产后骨盆的恢复
专家提示：恶露的产生与消除


## 宝宝的第2个月


第32天 …… 45
宝宝发育：外观的发育
养育指导：注意蔬菜汁的添加
父母须知：养成良好的排便习惯
专家提示：果汁的添加

第33天 …… 45
宝宝发育：2个月宝宝身体发育各项指标
养育指导：长时间处于睡眠状态
父母须知：掌握宝宝的生活规律
专家提示：按时睡觉

第34天 …… 46
宝宝发育：听觉的反应
养育指导：指甲的修剪
父母须知：培养定时排尿的习惯
专家提示：情感的表达

第35天 …… 46
宝宝发育：观察的能力
养育指导：按摩是不可忽略的环节
父母须知：产后的劳逸结合
专家提示：宝宝需求的满足

第36天 …… 47
宝宝发育：眨眼发射

养育指导：外阴皮肤的清洁
父母须知：宝宝的敏感度
专家提示：脐带脱落与脐疝的发生
第37天 …… 48
宝宝发育：小手的张与握
养育指导：吐奶的处理
父母须知：喂奶后的按摩
专家提示：应避免患有脐疝的宝宝哭闹
第38天 …… 48
宝宝发育：本月健康的发育标准
养育指导：添加西红柿汁
父母须知：自制尿布
专家提示：让宝宝自然入睡
第39天 …… 49
宝宝发育：双眼的运动
养育指导：天冷时尿布的处理
父母须知：哺乳期妈妈不宜喝酒精饮料
专家提示：忌穿化纤衣服
第40天 …… 50
宝宝发育：40天时男女婴的对比
养育指导：增加果汁、蔬菜汁的饮用
父母须知：避免宝宝窒息
专家提示：创建良好的育儿环境
第41天 …… 50
宝宝发育：学会欣赏与表达
养育指导：不要急于进食米、面类的食物
父母须知：清除头上的垢物
专家提示：过早食用谷类食物的危害
第42天 …… 51
宝宝发育：动作发育的活跃阶段
养育指导：清洗尿布上的粪便
父母须知：到医院进行产后检查
专家提示：对答中的交流
第43天 …… 52
宝宝发育：早期教育
养育指导：应注意的事项
父母须知：宝宝尿布的使用
专家提示：发生以下情况要带宝宝看医生
第44天 …… 52
宝宝发育：目光的移动
养育指导：防止继发感染
父母须知：对营养不良宝宝的照顾
专家提示：眼睛的护理
第45天 …… 53
宝宝发育：睡眠的减少
养育指导：健儿粉和糕干粉的增加
父母须知：女婴便后的清洁
专家提示：缓解乳房疼痛
第46天 …… 54
宝宝发育：注视时间延长
养育指导：添加鱼肉
父母须知：防止乳房下垂
专家提示：谨防宝宝腹绞痛
第47天 …… 54
宝宝发育：翻身的需求
养育指导：蔬菜汁的制作方法
父母须知：爱整洁的好习惯
专家提示：看便识疾病
第48天 …… 55
宝宝发育：灵活地眨眼
养育指导：热量的补充
父母须知：宝宝期待妈妈为他做些什么
专家提示：宝宝的第一个老师
第49天 …… 56
宝宝发育：动作发育
养育指导：患湿疹时的护理方法
父母须知：掌握正确的洗脸方法
专家提示：注意宝宝的异常
第50天 …… 57
宝宝发育：视觉与听觉的发展
养育指导：从2个月开始给宝宝把尿
父母须知：避免斜视
专家提示：尿布不要太长
第51天 …… 57
宝宝发育：身高的增长
养育指导：模仿发音
父母须知：母子交流
专家提示：奶嘴孔的调整
第52天 …… 58
宝宝发育：体重的增长
养育指导：抓一抓
父母须知：在愉快、轻松状态下喂养
专家提示：尝试吃东西的行为
第53天 …… 58
宝宝发育：俯卧能力
养育指导：用按摩表达爱
父母须知：主动发出的微笑
专家提示：保护宝宝的眼睛应注意
第54天 …… 59
宝宝发育：闲不住的手脚
养育指导：多余的母乳
父母须知：室内湿度的控制
专家提示：感冒不要滥用抗生素

第55天 …… 59
宝宝发育：喜怒哀乐的表达
养育指导：帮助宝宝打嗝的方法
父母须知：对东西的认知
专家提示：加强母体的营养供给
第56天 …… 60
宝宝发育：伸曲自如的手脚
养育指导：腹泻时的喂养
父母须知：造成营养不良的原因
专家提示：克汀病的及早发现
第57天 …… 61
宝宝发育：能看到1米以内的所有物体
养育指导：理发的学问
父母须知：激发行为和心理发育
专家提示：轻度腹泻的处理
第58天 …… 61
宝宝发育：上肢的发育
养育指导：给宝宝洗脸的水温
父母须知：保暖不宜过度
专家提示：不宜给宝宝戴手套
第59天 …… 62
宝宝发育：2个月结束时的体重
养育指导：枕头的选择
父母须知：判断卡介苗接种是否成功
专家提示：过量饮牛奶可导致贫血

## 宝宝的第3个月

第60天 …… 63
宝宝发育：可以寻找声音
养育指导：宝宝此时的喂养
父母须知：不可夹在父母中间睡觉
专家提示：第1次服用小儿麻痹糖丸
第61天 …… 63
宝宝发育：喜欢品尝和触摸
养育指导：3个月宝宝辅食
父母须知：容易受到损伤的皮肤
专家提示：鼓励够取和拍打
第62天 …… 64
宝宝发育：3个月宝宝的体重
养育指导：不爱吃奶
父母须知：需要陪伴
专家提示：脑细胞的生长
第63天 …… 65
宝宝发育：3个月宝宝的头围
养育指导：过量食鱼肝油会中毒
父母须知：指甲的颜色
专家提示：手的动作
第64天 …… 65
宝宝发育：3个月宝宝的胸围
养育指导：盐的摄入
父母须知：不良的入睡习惯
专家提示：注意选择代乳品
第65天 …… 66
宝宝发育：3个月宝宝的坐高
养育指导：每日所需的水量
父母须知：空气浴的好处
专家提示：发音的互动
第66天 …… 67
宝宝发育：熟悉的面孔
养育指导：拒绝吃奶的原因
父母须知：空气浴可增加肺活量
专家提示：尿布皮炎的发生原因
第67天 …… 67
宝宝发育：宝宝的身体特征
养育指导：维生素C的摄入
父母须知：换尿布的技巧
专家提示：最佳的气候
第68天 …… 68
宝宝发育：对小手的兴趣
养育指导：米粉的益处
父母须知：钙的补充
专家提示：接种第1次“百白破”疫苗
第69天 …… 68
宝宝发育：辨别颜色
养育指导：腿弯不一定缺钙
父母须知：给宝宝准备专用毛巾
专家提示：刺激视力的发育
第70天 …… 69
宝宝发育：颈部的肌肉
养育指导：夜间可不再喂奶
父母须知：全身按摩
专家提示：不必担心宝宝吮手指
第71天 …… 70
宝宝发育：用嘴尝试各种事物
养育指导：脑细胞发育
父母须知：防止强光直射宝宝眼睛
专家提示：轻轻抚摸
第72天 …… 70
宝宝发育：可以自己让玩具发出声音
养育指导：每日热量的需求
父母须知：选择安静舒适的环境哺乳
专家提示：气味使宝宝拒绝母乳
第73天 …… 71
宝宝发育：生长发育加快

养育指导：开灯睡觉孩子不长个
父母须知：轻快的音乐使宝宝精神愉快
专家提示：哺乳期的避孕
第74天 …… 72
宝宝发育：体重与身高增长
养育指导：奶粉喂养
父母须知：母乳中的碳水化合物
专家提示：不宜用洗衣粉洗涤尿布
第75天 …… 72
宝宝发育：熟悉的面孔
养育指导：奶粉或牛奶喂养不宜过饱
父母须知：每日生活逐渐规律化
专家提示：摩擦红斑的处置
第76天 …… 73
宝宝发育：可追随运动的笔杆
养育指导：注意喂食牛奶与橘子汁的间隔
父母须知：判断宝宝的营养状况
专家提示：每日对水的需要量
第77天 …… 74
宝宝发育：分辨不同的语音
养育指导：尿布不能用来擦屁股
父母须知：日光浴
专家提示：日光浴后要补水
第78天 …… 74
宝宝发育：能去抓触玩具
养育指导：母乳的冷藏
父母须知：婴儿床的安全
专家提示：对患湿疹宝宝的护理
第79天 …… 75
宝宝发育：大脑的重量
养育指导：母乳的交替喂养
父母须知：颈部和背部肌肉的测试
专家提示：室温会导致宝宝发热
第80天 …… 76
宝宝发育：每月平均增长的体重
养育指导：夏季与冬季换尿布的技巧
父母须知：注意观察，发现病情
专家提示：感冒与食欲
第81天 …… 76
宝宝发育：喜欢用目光追随鲜艳的玩具
养育指导：不宜睡弹簧床
父母须知：感冒的处理
专家提示：父母举止对宝宝的影响
第82天 …… 77
宝宝发育：骨骼的发育
养育指导：蔬菜汁的制作
父母须知：不要强制让宝宝入睡
专家提示：及时就诊
第83天 …… 78
宝宝发育：颈椎渐渐硬朗
养育指导：生气时忌喂奶
父母须知：避免用香皂洗乳房
专家提示：慎用成人药物
第84天 …… 78
宝宝发育：能区分熟悉和不熟悉的声音
养育指导：优美的旋律有利于智力发育
父母须知：让宝宝感触妈妈的温暖
专家提示：血液循环不良导致手脚冰冷
第85天 …… 79
宝宝发育：视力调节范围扩大
养育指导：胖宝宝≠健康
父母须知：不要用卫生纸当尿布
专家提示：妈妈与宝宝的交流
第86天 …… 79
宝宝发育：常常玩弄手指
养育指导：哺乳时枕头的妙用
父母须知：哺乳期不宜减肥
专家提示：避免剧烈运动后喂奶
第87天 …… 80
宝宝发育：开始学会逗人
养育指导：宝宝厌食
父母须知：训练用具要安全
专家提示：哺乳的的妈妈要科学进食
第88天 …… 80
宝宝发育：笑多哭少
养育指导：不要养成一奶两吃的习惯
父母须知：训练手眼协调能力
专家提示：必要的定期检查
第89天 …… 81
宝宝发育：喜欢用小手触摸东西
养育指导：培养感知能力
父母须知：分清粗大动作和精细动作
专家提示：服用第2丸小儿麻痹糖丸
第90天 …… 82
宝宝发育：体重增加1倍
养育指导：胡萝卜的食疗功效
父母须知：鼻子的清洁
专家提示：不要穿工作服喂奶

## 宝宝的第4个月

第91天 …… 82
宝宝发育：宝宝此时的身高

养育指导：开始进食半流质或软质食物
父母须知：开展户外活动
专家提示：喂奶时不要化浓妆
第92天 …… 83
宝宝发育：4个月宝宝头围
养育指导：奶粉的颜色与保存
父母须知：在换尿布中的交流
专家提示：不要用母乳涂擦宝宝的面部
第93天 …… 84
宝宝发育：4个月宝宝的胸围
养育指导：让宝宝尝试喝稀米糊
父母须知：喂奶时不要逗宝宝
专家提示：应对睡眠时的哭闹
第94天 …… 84
宝宝发育：4个月宝宝的坐高
养育指导：不要忽视对宝宝腹部的保暖
父母须知：防止寒冷的刺激
专家提示：红血球减少与血红蛋白下降
第95天 …… 85
宝宝发育：宝宝已经开始学坐
养育指导：用配方食品补充铁缺乏
父母须知：宝宝的脑损伤
专家提示：运动功能的发育
第96天 …… 86
宝宝发育：前囟的变化
养育指导：选用专用的宝宝配方奶粉
父母须知：冬季宝宝闷热综合征
专家提示：肠套叠的识别
第97天 …… 87
宝宝发育：对突发声响的反应
养育指导：不要在兴奋中强迫入睡
父母须知：是药三分毒
专家提示：持续对宝宝说话
第98天 …… 87
宝宝发育：3～4个月宝宝动作发育的标志
养育指导：煮制菠菜汁
父母须知：不要给宝宝剃光头
专家提示：脚心日光浴对宝宝更有利
第99天 …… 88
宝宝发育：4个月宝宝的语言发展
养育指导：加食蛋黄
父母须知：切莫用强光直接照射宝宝
专家提示：最好不要给女婴用爽身粉
第100天 …… 89
宝宝发育：4个月宝宝的视觉反应
养育指导：母乳的质量
父母须知：肺炎的症状
专家提示：体温的高与低
第101天 …… 89
宝宝发育：认识奶瓶
养育指导：脑细胞的发育高峰
父母须知：发展手的触觉
专家提示：忌穿太花哨的衣服
第102天 …… 90
宝宝发育：方向的辨别
养育指导：蛋黄的添加方法
父母须知：用按摩抚慰哭闹的宝宝
专家提示：谨慎用药
第103天 …… 90
宝宝发育：依赖妈妈
养育指导：锻炼吞咽能力
父母须知：促进宝宝智力发育
专家提示：眼睛斜视
第104天 …… 91
宝宝发育：宝宝的行为特征
养育指导：辅助食品的增加
父母须知：“胎儿青记”的消退
专家提示：宝宝禁用阿司匹林
第105天 …… 92
宝宝发育：开始制造抗体
养育指导：添加辅食的原则
父母须知：穿衣应“三暖一凉”
专家提示：食用新鲜蔬菜
第106天 …… 92
宝宝发育：对环境露出好奇的目光
养育指导：枕头的选择
父母须知：4个月宝宝的玩具
专家提示：观察宝宝的大便
第107天 …… 93
宝宝发育：唾液分泌逐渐增多
养育指导：过分大笑有损健康
父母须知：长牙对口腔神经的刺激
专家提示：抚摸与按摩
第108天 …… 94
宝宝发育：头颅的骨质密度
养育指导：宝宝不宜多食豆奶
父母须知：俯卧按摩
专家提示：青霉素过敏不遗传
第109天 …… 94
宝宝发育：16周宝宝的视力
养育指导：不要喂宝宝成人的饭食
父母须知：宝宝体重增长的指标
专家提示：宝宝眼睛的转动幅度
第110天 …… 95
宝宝发育：4～6个月宝宝的发育

养育指导：维生素A的补充
父母须知：接受丰富的语言刺激
专家提示：定期健康检查
第111天 …… 96
宝宝发育：4个月宝宝的动作发育
养育指导：蜂蜜的食用
父母须知：软床有害宝宝的健康
专家提示：鼻子不通气的处理
第112天 …… 96
宝宝发育：两腿支撑身体
养育指导：注重母婴间配合
父母须知：预防宝宝肥胖
专家提示：樟脑丸对宝宝的威胁
第113天 …… 97
宝宝发育：4个月宝宝的肢体动作
养育指导：避免皮肤损伤
父母须知：锻炼眼、耳、手的协调能力
专家提示：谨防中耳炎的危害
第114天 …… 98
宝宝发育：抓东西
养育指导：经常和宝宝多说话
父母须知：预防乳头皲裂和感染
专家提示：提早发现宝宝的智力低下
第115天 …… 98
宝宝发育：4个月宝宝的睡眠
养育指导：锻炼手的力量
父母须知：营养素不足会影响发育
专家提示：父母言行对宝宝的影响
第116天 …… 99
宝宝发育：多余的动作
养育指导：防止睡偏头
父母须知：宝宝练习坐
专家提示：宝宝睡醒时要与之交流
第117天 …… 100
宝宝发育：4个月宝宝的视觉发展
养育指导：颈部、胸部肌肉的锻炼
父母须知：枕芯的选择
专家提示：让宝宝远离二手烟
第118天 …… 100
宝宝发育：眼睛、耳朵、手、脚的协调
养育指导：体验“坐飞机”的快乐
父母须知：逗宝宝笑
专家提示：手指尖上的智慧
第119天 …… 101
宝宝发育：有着明显的行为意识
养育指导：发烧时的饮食
父母须知：婴儿车的选择
专家提示：不宜吃蛋清
第120天 …… 102
宝宝发育：已逐渐适应环境
养育指导：服用汤药的技巧
父母须知：语言发育的过程
专家提示：用婴儿车推宝宝散步

## 宝宝的第5个月

第121天 …… 102
宝宝发育：5个月宝宝的身高
养育指导：哮喘病的服药方法
父母须知：增进与其他宝宝的交往
专家提示：头围过小或过大
第122天 …… 103
宝宝发育：5个月宝宝的体重
养育指导：忌不穿内裤
父母须知：开阔宝宝的眼界
专家提示：呼吸道感染的调理
第123天 …… 103
宝宝发育：5个月宝宝的头围
养育指导：冷适应锻炼
父母须知：奶粉的选择
专家提示：服药前后忌给宝宝喂奶
第124天 …… 104
宝宝发育：5个月宝宝的胸围
养育指导：枕芯随季节变化
父母须知：放松专心地按摩
专家提示：感冒时腹痛的原因
第125天 …… 105
宝宝发育：5个月宝宝的坐高
养育指导：有规律地进食
父母须知：翻身运动
专家提示：要与全家人对话
第126天 …… 105
宝宝发育：用声音招引他人的注意
养育指导：喂养次数的减少
父母须知：卫生习惯的培养
专家提示：培养有规律的睡眠
第127天 …… 106
宝宝发育：腿部更加健壮
养育指导：奶粉喂食量的把握
父母须知：让宝宝认识自我
专家提示：训练宝宝分辨面部表情
第128天 …… 107
宝宝发育：语言的发育
养育指导：为爬行打基础

父母须知：训练宝宝的视觉能力
专家提示：按宝宝的年龄选择玩具
第129天 …… 107
宝宝发育：开始发音
养育指导：通过声音认识因果关系
父母须知：头发与营养的关系
专家提示：水痘的防治
第130天 …… 108
宝宝发育：喜欢照镜子
养育指导：锻炼咀嚼能力
父母须知：照顾宝宝不可粗心大意
专家提示：免疫接种的重要性
第131天 …… 109
宝宝发育：对声音的反应
养育指导：优质奶粉的选择
父母须知：训练宝宝自己坐着
专家提示：胖宝宝要多运动
第132天 …… 109
宝宝发育：主动拍打眼前的玩具
养育指导：铁的补充
父母须知：让宝宝触摸各种物品
专家提示：外出时不要蒙纱巾
第133天 …… 110
宝宝发育：能用一只手够想要的玩具
养育指导：不要喂食小粒或坚硬的食品
父母须知：训练坐的平衡
专家提示：保持体位平衡促进大脑发育
第134天 …… 110
宝宝发育：洗澡时会打水玩
养育指导：注意喂食中的卫生
父母须知：可以直接食用水果
专家提示：看一些简单的画报
第135天 …… 111
宝宝发育：重复某一动作
养育指导：哭后防止皲裂
父母须知：头发与遗传
专家提示：肺炎的诊治
第136天 …… 112
宝宝发育：脂肪、肌肉都比较薄弱
养育指导：维生素C的补充
父母须知：异物进入眼睛的处理
专家提示：爱护宝宝的口腔与牙齿
第137天 …… 112
宝宝发育：能表达愉快
养育指导：不要把嚼碎后的食物喂宝宝
父母须知：睡衣的讲究
专家提示：对哭不要强行制止
第138天 …… 113
宝宝发育：清除视线中的障碍
养育指导：不能用茶水给宝宝喂药
父母须知：让宝宝多晒太阳
专家提示：吃药的用具
第139天 …… 114
宝宝发育：会显示自己的能力
养育指导：制作菜泥要精细
父母须知：养成良好的睡眠习惯
专家提示：体会说话的乐趣
第140天 …… 114
宝宝发育：囟门有明显的弹性
养育指导：电风扇要慎用
父母须知：防止囟门损伤
专家提示：痢疾的预防
第141天 …… 115
宝宝发育：喜与怒的表达
养育指导：便秘的防治
父母须知：擤鼻涕的方法
专家提示：预防宝宝贫血
第142天 …… 116
宝宝发育：喜欢有人陪伴
养育指导：避免日光直射
父母须知：过期药物有害无益
专家提示：不要转换药物的盛器
第143天 …… 116
宝宝发育：识别亲人和陌生人
养育指导：袜子的选择
父母须知：改变生活环境
专家提示：独立能力的培养
第144天 …… 117
宝宝发育：双手抓握
养育指导：喂食不要勉强
父母须知：穿袜子的益处
专家提示：通过囟门观察疾病
第145天 …… 117
宝宝发育：期望拥抱
养育指导：钙片并不能预防佝偻病
父母须知：妈妈的声音无可取代
专家提示：辅食可增加鱼类
第146天 …… 118
宝宝发育：啃脚丫
养育指导：用胡萝卜牛肉汤为宝宝煲粥
父母须知：提高宝宝对脚趾的认识
专家提示：接种第2次“百白破”疫苗
第147天 …… 119
宝宝发育：推拉能力

养育指导：发音训练
父母须知：套头衫的选择
专家提示：第3次服用小儿麻痹糖丸

第148天 …… 119
宝宝发育：颜色的感知
养育指导：灵活掌握食欲和爱好
父母须知：百日咳的症状
专家指导：三联针的重要性

第149天 …… 120
宝宝发育：能够分辨陌生人
养育指导：培养社会性反应能力
父母须知：痢疾的护理
专家提示：白喉的症状

第150天 …… 120
宝宝发育：5个月宝宝手眼的协调
养育指导：语言发展的三个阶段
父母须知：吃补充食物后不会拒绝吃母乳
专家提示：防治破伤风

第151天 …… 121
宝宝发育：表现出不同情绪
养育指导：学习认东西
父母须知：接触性皮炎的发生
专家提示：来自母体的抗体水平逐渐降低

## 宝宝的第6个月

第152天 …… 121
宝宝发育：6个月宝宝的体重
养育指导：不要喂宝宝过量的甜果汁
父母须知：6个月宝宝的喂养次数
专家提示：对宝宝的表示做出反应

第153天 …… 122
宝宝发育：6个月宝宝的头围
养育指导：每天喂2次辅食
父母须知：不要在宝宝的房间放植物
专家提示：瘦并非不正常

第154天 …… 122
宝宝发育：6个月宝宝的胸围
养育指导：为断奶做准备
父母须知：记住自己的名字
专家提示：预防缺铁性贫血

第155天 …… 123
宝宝发育：6个月宝宝的身高及体形
养育指导：每日食物不重复
父母须知：增强发声的兴趣
专家提示：如何观察降温效果

第156天 …… 124
宝宝发育：灵活地翻身
养育指导：翻身的益处
父母须知：学爬的第一步
专家提示：流口水是出牙的刺激

第157天 …… 124
宝宝发育：会寻找声源
养育指导：奶粉加钙粉的学问
父母须知：6个月宝宝玩具的选择
专家提示：腋下测温法

第158天 …… 125
宝宝发育：根据父母的表情做出反应
养育指导：帮宝宝摩擦牙床
父母须知：培养规律的生活习惯
专家提示：肛门测温法

第159天 …… 126
宝宝发育：手脚的运动能力增加
养育指导：对食品口味的新要求
父母须知：练习坐盆大小便
专家提示：口腔测温法

第160天 …… 126
宝宝发育：能用双手抓东西
养育指导：宝宝的辅食忌过咸
父母须知：警惕皮肤过敏的多种因素
专家提示：母乳充足不必增加太多辅食

第161天 …… 127
宝宝发育：喜欢听节奏性强的歌曲
养育指导：保持室内湿度
父母须知：练习用匙喂食
专家提示：定期进行健康检查

第162天 …… 128
宝宝发育：对触及到的物体感兴趣
养育指导：追逐“伙伴”的反应
父母须知：呕吐时的喂养
专家提示：不要强迫宝宝吃食物

第163天 …… 128
宝宝发育：记忆力在逐渐增强
养育指导：注意米粉的颗粒细度
父母须知：用匙进食
专家提示：重复才能加深印象

第164天 …… 129
宝宝发育：能被声音叫醒
养育指导：不宜过早学坐、学走路
父母须知：膀胱或尿道感染的症状
专家提示：接种的注意事项

第165天 …… 129
宝宝发育：原始反射——迈步

养育指导：宝宝不宜吃的食物
父母须知：虚胖的宝宝容易生病的原因
专家提示：黄水疮的防治

第166天 …… 130
宝宝发育：乳类已无法满足宝宝的需求
养育指导：不要以成人的口感喂食宝宝
父母须知：不要雇患有传染病的保姆
专家提示：排除耳中异物

第167天 …… 131
宝宝发育：有了爬行的欲望
养育指导：逐一添加些水果
父母须知：教会宝宝认识物品
专家提示：逐渐完成辅食的替代过程

第168天 …… 132
宝宝发育：宝宝的智力特征
养育指导：选食蔬菜
父母须知：吃蔬果的先后顺序
专家提示：出牙前的异常表现

第169天 …… 132
宝宝发育：出牙
养育指导：保持口腔清洁
父母须知：出牙的顺序
专家提示：根据体重变化判断饥饱

第170天 …… 133
宝宝发育：宝宝长牙的征兆
养育指导：6个月时可增加的辅食
父母须知：按摩宝宝的牙床
专家提示：预防佝偻病的方法

第171天 …… 134
宝宝发育：叫名字有反应
养育指导：餐具每日消毒
父母须知：训练翻身的方法
专家提示：宝宝不能长时间用学步车

第172天 …… 134
宝宝发育：逐渐灵活的手指
养育指导：让宝宝多玩玩具
父母须知：食物影响宝宝大便的颜色
专家提示：为半岁宝宝选择玩具

第173天 …… 135
宝宝发育：喜欢到室外活动
养育指导：疾病也可导致出牙晚
父母须知：保护乳牙
专家提示：6个月宝宝易患传染病

第174天 …… 135
宝宝发育：抓悬吊的玩具
养育指导：米饭与牛奶同食更有营养
父母须知：饭前喝水有害无益
专家提示：个体间的差异

第175天 …… 136
宝宝发育：丰富的面部表情
养育指导：两餐之间吃水果
父母须知：佝偻病与枕秃
专家提示：鼻子出血的处理

第176天 …… 137
宝宝发育：头围的变化
养育指导：膳食多样化
父母须知：让宝宝不怕陌生人
专家提示：注射第3针“百白破”混合制剂

第177天 …… 137
宝宝发育：6个月宝宝的身体特征
养育指导：高热量食物易导致消化不良
父母须知：教会宝宝用手势表示再见
专家提示：不要过量食用鱼肝油

第178天 …… 138
宝宝发育：脑重的增加
养育指导：选择在喂奶前喂辅助食品
父母须知：宝宝身体状况好的表现
专家提示：给宝宝滴眼药水

第179天 …… 139
宝宝发育：能够区分出物体的大小
养育指导：清除鼻腔异物
父母须知：合理供给脂肪
专家提示：不剪指甲危害健康

第180天 …… 140
宝宝发育：模仿性的微笑
养育指导：不宜喝饮水机里的水
父母须知：提高准确的抓握能力
专家提示：生长发育过快易发生缺铁

第181天 …… 140
宝宝发育：长出两颗下切牙
养育指导：营造适合其月龄、心理的环境
父母须知：补充不食小麦制品的不足
专家提示：注射第3针乙型肝炎疫苗

## 宝宝的第7个月

第182天 …… 141
宝宝发育：7个月宝宝的视觉和听觉
养育指导：用植物脂肪调配食物
父母须知：7～8个月宝宝的玩具
专家提示：训练宝宝坐便盆

第183天 …… 141
宝宝发育：喜欢在扶立时跳跃

养育指导：7个月时的养育要点
父母须知：情绪的多样化
专家提示：导致贫血的疾病
第184天 …… 142
宝宝发育：7个月宝宝的身高
养育指导：每日食物的搭配
父母须知：培养面部表情
专家提示：防止饮食中的铁缺乏
第185天 …… 143
宝宝发育：7个月宝宝的体重
养育指导：为培养上进心打基础
父母须知：增加锻炼的兴趣
专家提示：爸爸应常出现在宝宝的视野中
第186天 …… 144
宝宝发育：7个月宝宝的胸围
养育指导：饮食营养应采取“三高一低”
父母须知：宝宝过量饮用牛奶的影响
专家提示：如何给宝宝加点心
第187天 …… 144
宝宝发育：7个月宝宝的头围
养育指导：宝宝营养过剩与缺乏
父母须知：有意识地训练宝宝“爬”
专家提示：情绪的分化
第188天 …… 145
宝宝发育：7个月宝宝的睡眠
养育指导：不要让宝宝独处
父母须知：穿衣服时要交流
专家提示：进食量要顺其自然
第189天 …… 145
宝宝发育：7个月宝宝的运动与心理变化
养育指导：从吃奶向吃饭转变
父母须知：养成喝白开水的习惯
专家提示：食物的保存与烹制
第190天 …… 146
宝宝发育：对周围环境的兴趣提高
养育指导：培养健康、完善的个性
父母须知：口腔的清洁与保健
专家提示：未添加辅食的宝宝不宜断奶
第191天 …… 147
宝宝发育：自我意识的萌芽
养育指导：成人疾病与婴儿期的关系
父母须知：保姆的选择
专家提示：不合理的喂养会导致腹泻
第192天 …… 147
宝宝发育：发出呼唤人的语音
养育指导：增加辅食的稠度和品种
父母须知：冬天——积蓄能量的季节
专家提示：脱水的防治
第193天 …… 148
宝宝发育：用视线追踪声音
养育指导：锻炼四肢的肌肉
父母须知：户外活动促进宝宝成长
专家提示：通过口语交流增进亲近感
第194天 …… 149
宝宝发育：不高兴时的表现
养育指导：软骨病的宝宝不宜早走路
父母须知：贫血的症状
专家提示：给宝宝帮助与鼓励
第195天 …… 149
宝宝发育：能听懂严厉或亲切的声音
养育指导：鸡蛋蛋白不易消化
父母须知：让宝宝增加对爸爸的信任
专家提示：提供足够的热量
第196天 …… 150
宝宝发育：喜欢用手指到处捅
养育指导：穿衣薄厚要适宜
父母须知：关注宝宝情绪的发展
专家提示：清除牙齿上的斑渍和残渣
第197天 …… 151
宝宝发育：开始学爬
养育指导：谨防维生素D中毒
父母须知：防止意外的发生
专家提示：沟通不能只靠语言
第198天 …… 151
宝宝发育：7个月宝宝的前囟
养育指导：培养良好的饮食习惯
父母须知：给宝宝刮眉毛的危害
专家提示：宝宝玩耍要远离污染
第199天 …… 152
宝宝发育：7个月宝宝记忆的发展
养育指导：手脚凉不完全代表宝宝冷
父母须知：想睡觉的表示
专家提示：给宝宝加些点心
第200天 …… 153
宝宝发育：喜欢接近新事物
养育指导：完善抓东西的技巧
父母须知：让宝宝做个安睡天使
专家提示：不要和宝宝玩危险的游戏
第201天 …… 153
宝宝发育：脚长得较快
养育指导：保证正确的坐姿
父母须知：用杯子和碗吃东西
专家提示：让宝宝远离小粒的食物

第202天 …… 154
宝宝发育：常发出许多不同的声音
养育指导：不要打扰熟睡中的宝宝
父母须知：观察宝宝睡眠中的出汗现象
专家提示：避免摔倒受伤
第203天 …… 154
宝宝发育：手更灵活
养育指导：给宝宝做食物要注意
父母须知：学东西需反复练习
专家提示：不要多喝止咳糖浆
第204天 …… 155
宝宝发育：7个月宝宝的皮下脂肪
养育指导：营养不良影响脑细胞增加
父母须知：给宝宝试体温
专家提示：夜间防止宝宝踢被子
第205天 …… 156
宝宝发育：两只手同时拿东西
养育指导：帮助宝宝学会爬行
父母须知：从易到难练习爬行
专家提示：掌握身体与四肢的平衡和协调
第206天 …… 156
宝宝发育：对玩具“说话”
养育指导：防止蚊虫叮咬
父母须知：怎样安抚受惊的宝宝
专家提示：宝宝服药须知
第207天 …… 157
宝宝发育：能力的提高
养育指导：训练手指的灵活性
父母须知：给宝宝喂药的方法
专家提示：选择不含棕榈油的奶粉
第208天 …… 158
宝宝发育：抓住东西不放手
养育指导：出汗了吗
父母须知：爬行不是宝宝的必经阶段
专家提示：被动吸烟的危害
第209天 …… 158
宝宝发育：兴趣的增加
养育指导：越来越胖的根源
父母须知：为宝宝选择鞋子
专家提示：准确掌握用药剂量
第210天 …… 159
宝宝发育：宝宝知道认人了
养育指导：睡醒后不宜马上喝果汁
父母须知：咳嗽可排除体内的有害物质
专家提示：注意食物的粗细搭配
第211天 …… 160
宝宝发育：能够理解别人的感情
养育指导：7个月宝宝的玩具选择
父母须知：喜欢咬人的宝宝
专家提示：服用七珍丹须知
第212天 …… 160
宝宝发育：7个月宝宝的睡眠
养育指导：爬行可锻炼身体和四肢肌肉
父母须知：宝宝会以哭的方式吸引亲人
专家提示：宝宝不宜睡水床

## 宝宝的第8个月

第213天 …… 161
宝宝发育：身高生长缓慢
养育指导：辅食需添加
父母须知：快睡醒时的哭闹
专家提示：辅食多样化
第214天 …… 161
宝宝发育：8个月宝宝的体重
养育指导：母乳质量下降
父母须知：第8个月的奶量
专家提示：预防蛔虫病
第215天 …… 162
宝宝发育：8个月宝宝的胸围
养育指导：继续吃磨牙食品
父母须知：增加户外活动的时间
专家提示：要保证睡眠质量
第216天 …… 163
宝宝发育：8个月宝宝的头围
养育指导：从辅食中摄取不足的营养
父母须知：养成讲道理的好习惯
专家提示：培养宝宝专心进食的习惯
第217天 …… 163
宝宝发育：8个月宝宝的体形
养育指导：宝宝的食物要少盐微淡
父母须知：宝宝临睡前不宜逗乐
专家提示：桡骨头半脱位的表现
第218天 …… 164
宝宝发育：手指更灵巧
养育指导：胃液可以充分发挥作用
父母须知：不要用手掌托宝宝站立
专家提示：注意宝宝的视力
第219天 …… 165
宝宝发育：小小“观察家”
养育指导：提高手的攥握能力
父母须知：帮宝宝认东西
专家提示：断奶应逐渐进行
第220天 …… 165
宝宝发育：8个月宝宝的智力发育

养育指导：多食黄色、黑色粗粮
父母须知：不要让宝宝过分大笑
专家提示：大便干燥的防治
第221天 …… 166
宝宝发育：用声音和动作表示大小便
养育指导：食用猪肝的益处
父母须知：对父母依恋的开始
专家提示：了解麻疹的症状
第222天 …… 166
宝宝发育：情绪发展
养育指导：肥胖宝宝的饮食
父母须知：怎样使宝宝睡得好
专家提示：度过宝宝断奶辅食期
第223天 …… 167
宝宝发育：对话语有浓厚的兴趣
养育指导：训练宝宝大便的注意事项
父母须知：注意营养平衡
专家提示：造成“O型腿”的主要原因
第224天 …… 168
宝宝发育：会用情绪表达内心的感受
养育指导：养成良好的饮食习惯
父母须知：排除有危害的物品
专家提示：断奶后食物的制作
第225天 …… 168
宝宝发育：行为顺从
养育指导：学习语音的敏感期
父母须知：不要轻易打宝宝
专家提示：食醋可增强食欲
第226天 …… 169
宝宝发育：自如地变换方向
养育指导：宝宝坐便的相关事宜
父母须知：宝宝的情绪“交往”
专家提示：断奶后奶粉的选择
第227天 …… 170
宝宝发育：咀嚼动作进一步发展
养育指导：增加营养密度
父母须知：换乳期只食用流食是不够的
专家提示：变不好吃为好吃
第228天 …… 170
宝宝发育：观察得更细
养育指导：按时吃和睡
父母须知：不要只给宝宝吃菜汤泡饭
专家提示：猪肝可预防营养缺乏
第229天 …… 171
宝宝发育：视力的发展
养育指导：让宝宝自然入睡
父母须知：给宝宝足够的爱抚
专家提示：注意宝宝食物的色、香、味
第230天 …… 172
宝宝发育：记一些简单的东西
养育指导：不要乱用退烧药
父母须知：慢慢适应、熟悉陌生人
专家提示：注射第1针麻疹预防针
第231天 …… 172
宝宝发育：明白了妈妈的意思
养育指导：重复动作
父母须知：注射麻疹预防针的目的
专家提示：判断宝宝是否发热
第232天 …… 173
宝宝发育：记忆力增强
养育指导：宝宝皮肤的护理
父母须知：断奶综合征
专家提示：可给宝宝添加的食品
第233天 …… 173
宝宝发育：对大人的指令做出应答
养育指导：自己的事情自己做
父母须知：根据特点、能力选择玩具
专家提示：发烧前的症状
第234天 …… 174
宝宝发育：8个月宝宝的睡眠
养育指导：什么情况下必须更换尿布
父母须知：储存语汇
专家提示：拉肚子不宜喝牛奶
第235天 …… 175
宝宝发育：不准确的观察
养育指导：从睡眠观察健康
父母须知：培养独立自主能力
专家提示：蛲虫病的预防
第236天 …… 175
宝宝发育：拉着手站起来
养育指导：训练宝宝独立进餐的能力
父母须知：减轻牙痒和牙疼
专家提示：爬可促进骨骼增长
第237天 …… 176
宝宝发育：寻找丢掉的玩具
养育指导：选择纯植物油的配方奶粉
父母须知：制造各种声音
专家提示：爬行时要保护膝关节
第238天 …… 176
宝宝发育： 借助东西可以站立
养育指导：教会宝宝弯曲膝盖
父母须知：接触社会交往
专家提示：多给宝宝讲故事