

为东方女性悉心打造的经典孕育丛书
孕育健康聪明的宝宝



李素娟◎主编
聂新兰◎编著

宝宝营养保健

1000问 ?

- >如何正确开展婴幼儿的早期教养?
- >婴幼儿的饮食营养和饮食禁忌有哪些?
- >如何对婴幼儿进行科学护理?
- >婴幼儿的常见疾病有哪些?
- >你知道基本的婴幼儿健康知识吗?

BaoBao

YingYangBaoJian1000Wen

 中国妇女出版社

宝宝营养保健 1000问

李素娟 主编

聂新兰 编著

中国妇女出版社

图书在版编目(CIP)数据

宝宝营养保健 1000 问/聂新兰编著. —北京:中国妇女出版社, 2007. 1

ISBN 978 - 7 - 80203 - 350 - 4

I. 宝... II. 聂... III. ①婴幼儿—营养卫生—问答②婴幼儿—妇幼保健—问答 IV. ①R153.2 - 44 ②R174 - 44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 149321 号

宝宝营养保健 1000 问

主 编 李素娟

编 著 聂新兰

责任编辑 星 云

装帧设计 柏拉图十创意机构

责任印制 王卫东

出 版 中国妇女出版社出版发行

地 址 北京东城区史家胡同甲 24 号 邮政编码 100010

电 话 (010)65133160(发行部) 65133161(邮购)

网 址 www.womenbooks.com.cn

经 销 各地新华书店经销

印 刷 北京蓝华印刷厂

开 本 155 × 210 1/32

印 张 16

字 数 401 千字

版 次 2007 年 1 月第 1 版

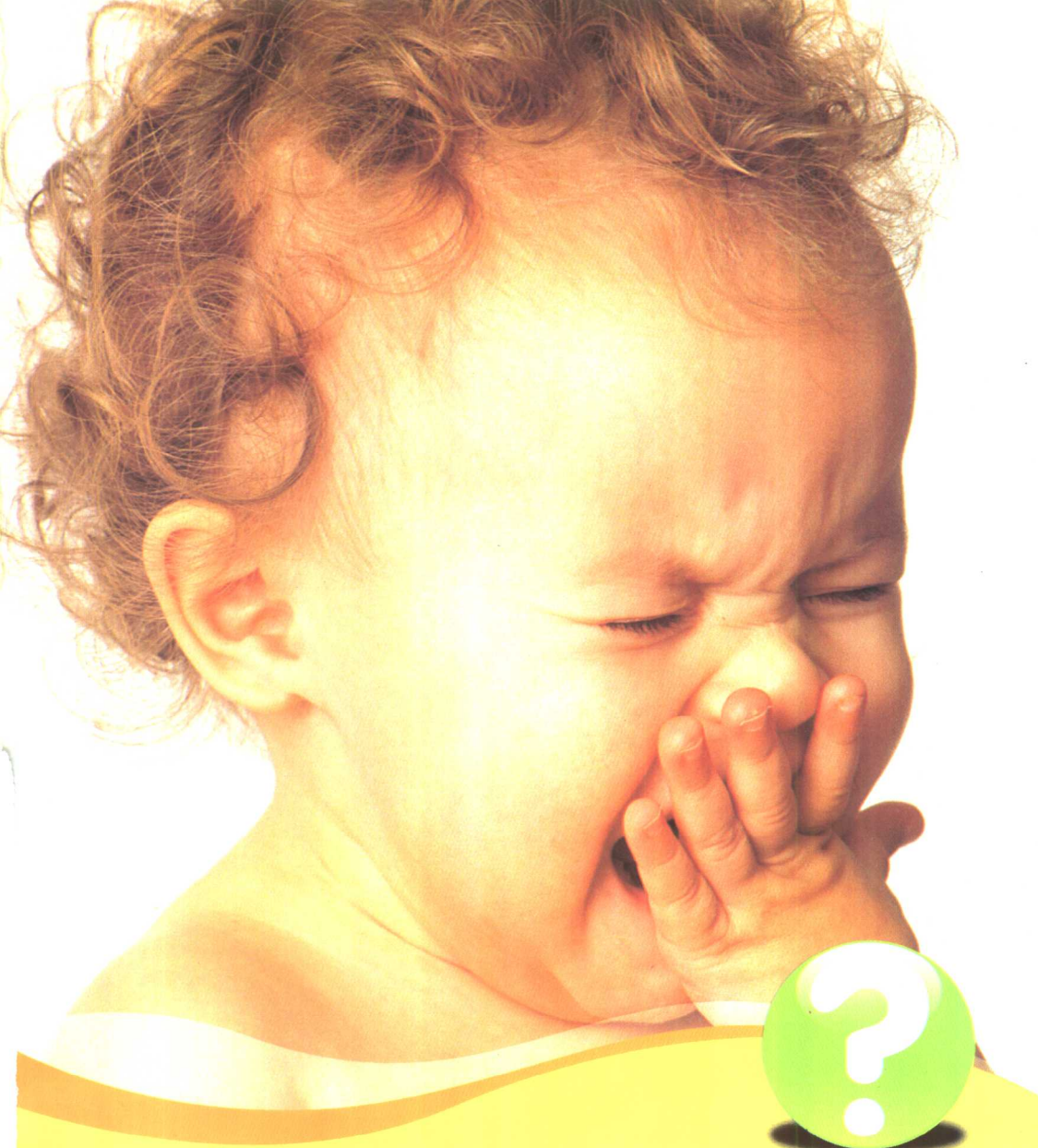
印 次 2007 年 1 月第 2 次

印 数 6001 - 11000 册

书 号 ISBN 978 - 7 - 80203 - 350 - 4

定 价 26.80 元

(版权所有 侵权必究,如有印装错误,请与发行部联系)



宝宝营养保健1000问

Baobao Yingyang Baojian 1000Wen

1

Baobao Yingyang

Baojian 1000Wen



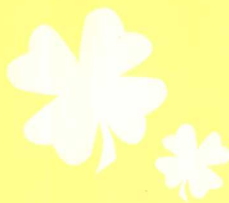
Baobao Yingyang

Baojian 1000Wen





Baobao Yingyang Baolian 1000Wen





Baobao Yingyang Baolian 1000 Wen



宝宝营养保健 1000问



Baobao Yingyang

Baolian 1000Wen



Baobao Yingyang

Baobao 1000 Wen



宝宝营养保健 1000问 

Baobao Yingyang

Baojian 1000Wen



8

此为试读, 需要完整PDF请访问: www.erongbook.com

目 录

第一篇 生长发育

婴幼儿的身心发育	3
1. 新生儿的呼吸情况怎样?	3
2. 新生儿的脉搏情况怎样?	3
3. 新生儿的体温情况怎样?	3
4. 新生儿的体重情况怎样?	3
5. 新生儿的排泄情况如何?	4
6. 新生儿的皮肤是怎样的?	4
7. 新生儿的光感如何?	4
8. 新生儿的听觉情况怎样?	4
9. 新生儿的反射情况怎样?	5
10. 新生儿的头围和胸围是怎样的?	5
11. 什么是新生儿笑的发育?	5
12. 新生儿啼哭的作用是什么?	5
13. 婴儿期宝宝有哪些生理特点?	6
14. 幼儿期宝宝有哪些生理特点?	6
15. 1个月婴儿的身体发育特点是什么?	7
16. 2个月婴儿的身体发育特点是什么?	8
17. 3个月婴儿的身体发育特点是什么?	8
18. 4个月婴儿的身体发育特点是什么?	9
19. 5个月婴儿的身体发育特点是什么?	9
20. 6个月婴儿的身体发育特点是什么?	9
21. 7个月婴儿的身体发育特点是什么?	10

22. 8 个月婴儿的身体发育特点是什么?	10
23. 9 个月婴儿的身体发育特点是什么?	10
24. 10 个月婴儿的身体发育特点是什么?	11
25. 11 个月婴儿的身体发育特点是什么?	11
26. 12 个月婴儿的身体发育特点是什么?	12
27. 1~2 岁宝宝的发育特点是什么?	12
28. 2~3 岁宝宝的发育特点是什么?	13
29. 3~4 岁宝宝的发育特点是什么?	13
30. 学龄前儿童的发育有哪些特点?	14
31. 1 岁内宝宝全身动作发育有什么样的规律?	14
32. 婴幼儿头部发育特点是什么?	15
33. 婴幼儿大脑发育特点是什么?	16
34. 婴幼儿视力发育状况如何?	16
35. 婴幼儿听力发育状况如何?	17
36. 婴幼儿味觉嗅觉是如何发育的?	18
37. 婴幼儿牙齿是如何发育的?	18
38. 婴幼儿手眼协调能力的发育有什么规律?	19
39. 衡量婴儿的生长发育有哪些指标?	20
40. 婴幼儿的生长发育受哪些因素影响?	20
41. 婴幼儿营养与智力发育有何关系?	21
42. 情绪、情感与社会适应有什么关系?	22
43. 儿童肥胖有哪 3 个关键时期?	22
44. 为什么要注意纠正宝宝成长中的 3 种不良习惯?	23
45. 孩子的身高受哪些因素影响?	24
46. 为什么不必担心宝宝是左撇子?	24
47. 为什么要让宝宝的小脚丫得到更多锻炼?	25
48. 宝宝自我照顾能力的发展有什么规律?	25
49. 为什么宝宝总说一些听不懂的话?	26
婴幼儿的早期培育	27
1. 1 个月婴儿的优生要点是什么?	27



2. 2 个月婴儿的优生要点是什么?	27
3. 3 个月婴儿的优生要点是什么?	28
4. 4 个月婴儿的优生要点是什么?	28
5. 5 个月婴儿的优生要点是什么?	29
6. 6 个月婴儿的优生要点是什么?	29
7. 7 个月婴儿的优生要点是什么?	30
8. 8 个月婴儿的优生要点是什么?	30
9. 9 个月婴儿的优生要点是什么?	30
10. 10 个月婴儿的优生要点是什么?	31
11. 11 个月婴儿的优生要点是什么?	31
12. 12 个月婴儿的优生要点是什么?	31
13. 新生儿有哪些先天性反射?	32
14. 大脑的发育与早期教育有什么关系?	33
15. 早期培育有哪些关键时刻?	33
16. 为什么幼儿期是早期教育的重要时期?	34
17. 什么是智力低下?	35
18. 引起儿童智力低下的原因是什么?	35
19. 婴儿智力潜能开发有什么意义?	36
20. 环境与智力有什么关系?	36
21. 遗传与智力有什么关系?	37
22. 运动与智力有什么关系?	37
23. 咀嚼有助于提高智力吗?	38
24. 孩子的智力开发应注意哪些问题?	38
25. 逗宝宝笑有什么意义?	39
26. 玩具有什么作用?	40
27. 给婴儿选择玩具有什么原则?	40
28. 玩具的数量对婴儿有什么影响?	40
29. 婴儿的玩具有哪几种?	41
30. 有必要给宝宝准备一个玩具箱吗?	41
31. 为什么有的男孩子也爱玩洋娃娃?	42

32. 1 岁宝宝适合什么样的书?	42
33. 2 岁宝宝适合什么样的书?	43
34. 3 岁宝宝适合什么样的书?	43
35. 4 岁宝宝适合什么样的书?	43
36. 5 岁宝宝适合什么样的书?	43
37. 6 岁宝宝适合什么样的书?	44
38. 宝宝何时学习才艺?	44
39. 什么是语言智能?	45
40. 具有较强语言智能的幼儿有什么特点?	45
41. 为什么要注重培养孩子的语言能力?	46
42. 如何发展宝宝的语言智能?	46
43. 能教 2 岁的宝宝学外语吗?	47
44. 怎样教宝宝认识“1”?	47
45. 什么是数学—逻辑智能?	48
46. 具有较强数学—逻辑智能的幼儿有什么特点?	49
47. 数学—逻辑智能发展有哪几个关键阶段?	49
48. 周岁宝宝数学能力的训练方法有什么?	50
49. 什么是人际智能?	50
50. 具有较高人际智能的幼儿有什么特点?	51
51. 提高宝宝人际智能的训练方法有什么?	51
52. 培养孩子的社交能力父母应该做些什么?	52
53. 孩子不合群该怎么办?	52
54. 如何培养宝宝活泼开朗的性格?	52
55. 为什么要给孩子足够的笑容?	53
56. 母亲为什么一定要回应宝宝的话?	53
57. 什么是音乐智能?	54
58. 具有较强音乐智能的孩子有什么特点?	54
59. 提升音乐智能有哪几个关键时期?	55
60. 古典音乐有什么奇妙作用?	55
61. 让宝宝听音乐应注意些什么?	56

62. 为什么 4 岁是孩子学习乐器的最佳时期?	56
63. 什么是肢体—运动智能?	57
64. 发展肢体—运动智能的意义是什么?	57
65. 具有较高肢体—运动智能的宝宝有什么特点?	58
66. 发展肢体—运动智能的关键时期有哪些?	59
67. 婴儿学习爬行的重要性是什么?	59
68. 什么样的场所适合宝宝学习爬行?	60
69. 婴儿学走路越早越好吗?	61
70. 如何训练宝宝手指动作的灵活性?	61
71. 2 岁宝宝能进行哪些体育锻炼?	62
72. 3 岁宝宝能进行哪些体育锻炼?	62
73. 有什么适合宝宝运动时的儿歌吗?	63
74. 宝宝玩耍有什么作用?	64
75. 感官能力训练对于婴儿大脑发育有什么意义?	64
76. 怎样培养婴儿对声音的反应?	64
77. 怎样培养婴儿视觉的集中?	65
78. 孩子的记忆能力有什么特点?	66
79. 为什么要注意培养孩子单独玩?	66
80. 为什么要注意满足婴儿对父母的依恋心理?	67
81. 拥抱宝宝有什么样的奇妙作用?	68
82. 和婴儿说话应注意些什么?	68
83. 可以鼓励婴儿触摸吗?	68
84. 为什么婴儿需要适度的户外锻炼?	69
85. 为什么不要轻易对孩子说“不行”?	70
86. 为什么要习惯给孩子打招呼?	70
87. 如何培养婴儿的良好品质?	70
88. 为什么要从第一次开始培养宝宝的好习惯?	71
89. 怎样让婴儿学会欣赏大自然?	71
90. 如何正确看待孩子的“乖”?	72
91. 为什么不要吓唬孩子?	72



92. 如何预防宝宝的害怕心理?	73
93. 如何在摔倒中培养宝宝坚强的性格?	74
94. 怎样才能让宝宝的自尊心不受伤害?	74
95. 如何教宝宝尊敬长辈?	75
96. 如何对待任性的宝宝?	75
97. 斥责宝宝应注意什么?	76
98. 如何惩罚犯错的宝宝?	77
99. 怎样正视宝宝的好奇心?	78
100. 如何培养宝宝的自信心?	78
101. 为什么要给宝宝一些挫折感?	79
102. 父亲在孩子的生活中有哪些重要的作用?	79
103. 为什么对宝宝的要求不能过高?	80
104. 如何培养孩子集中注意力?	81
105. 什么是儿童多动症?	81
106. 孩子患儿童多动症怎么办?	82
107. 儿童好动与多动症有什么区别?	82
108. 过多带孩子串门有什么坏处?	83
109. 父母怎样向宝宝表达爱?	83
110. 怎样做个合格的父母?	84

第二篇 饮食营养

婴儿期的饮食营养	87
1. 什么叫初乳?	87
2. 及早开始给婴儿喂奶有什么好处?	87
3. 如何掌握婴儿需要的乳量?	88
4. 如何培养婴儿的觅乳反射?	89
5. 怎样正确抱持婴儿哺乳?	89
6. 坚持母乳喂养有什么好处?	89
7. 乳头平坦或内陷的母亲如何做好哺乳婴儿的准备?	90
8. 妈妈奶量不足怎么办?	91