

YINGYOU' ER JIATING HULI BAOJIAN ZHISHI

# 婴幼儿家庭 护理保健知识

刘俊 主编



金盾出版社  
JINDUN CHUBANSHE

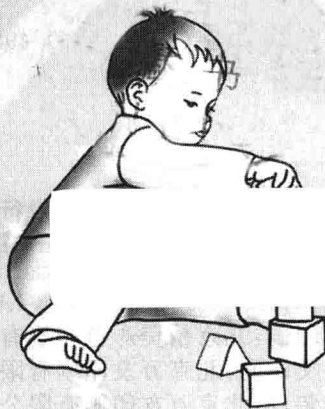
# 婴幼儿家庭护理保健知识

主 编

刘 俊

编著者

张丽波	张仲轶	梁庆伟	梁风燕
郑喜研	彭 灿	余武英	施玉清
吴子敬	段守峰	赵秀伟	石 磊



金 盾 出 版 社

## 内 容 提 要

本书详细介绍了婴幼儿家庭护理保健知识,包括新生儿护理保健、1~2个月婴儿护理保健、2~3个月婴儿护理保健直至1~3岁婴儿护理保健共十四个部分。书中内容科学实用,指导性强,可作为年轻父母及育婴者的常备用书,也可供基层医务人员和广大群众阅读参考。

### 图书在版编目(CIP)数据

婴幼儿家庭护理保健知识/刘俊主编. —北京:金盾出版社,2014.4  
ISBN 978-7-5082-8715-7

I. ①婴… II. ①刘… III. ①婴幼儿—家庭—护理②婴幼儿—家庭保健  
IV. ①R473.72

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 203498 号

### 金盾出版社出版、总发行

北京太平路5号(地铁万寿路站往南)

邮政编码:100036 电话:68214039 83219215

传真:68276683 网址:www.jdcbs.cn

封面印刷:北京精美彩色印刷有限公司

正文印刷:北京万友印刷有限公司

装订:北京万友印刷有限公司

各地新华书店经销

开本:705×1000 1/16 印张:16.25 字数:260千字

2014年4月第1版第1次印刷

印数:1~7000册 定价:38.00元

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、  
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)



# 前言

婴儿的降生给家庭带来喜悦和希望,然而,孩子的父母大多数都是 80 后的独生子女,他们也是在自己父母的呵护下长大的,有些年轻父母独立生活的能力尚且不足,有些在心理上还是一个小孩子……面对这样一个需要自己负责哺育的小生命,“80 后”要怎样做才能快速转换角色,成为优秀合格的父母呢?

正是为了帮助年轻的父母获取到婴幼儿家庭护理保健方面的知识,使他们能够在这本书中找到答案,本书重点介绍了新生儿至 3 岁的孩子在成长中父母可能会遇到的育儿护理保健的各种问题。

为了孩子能够全面健康地成长,本书将婴幼儿家庭护理保健知识按年龄段划分,每个年龄段又分为 5 个板块,分别是“体征表现”“科学喂养”“日常护理”“身体保健”和“智力开发”。在板块的具体内容设置上,首先把每个年龄段孩子的发育指标列在前面,方便父母对照和查询;孩子在成长的每个阶段出现的特有情况和疾病,以及这些问题的处理方法,都在“身体保健”中一一列举出来。

本书内容丰富,科学实用,指导性强,可作为年轻父母及育婴者的常备用书,也可供基层医务人员和广大群众阅



读参考。

本书在编写过程中参考了多部经典书籍。因时间仓促,可能存在一些疏漏,希望各位父母以及专家能够在阅读过程中批评指正。

作者



# 目 录

## 一、新生儿的护理保健

1. 新生儿的体征有哪些特点 ..... (1)
2. 出生至 1 周的婴儿体征有哪些特点 ..... (2)
3. 新生儿个性表现有哪些特点 ..... (2)
4. 7~15 天新生儿的体征有哪些特点 ..... (3)
5. 半个月至 1 个月的婴儿体征有哪些特点 ..... (3)
6. 新生儿的感知觉发育特征有哪些 ..... (4)
7. 新生儿的营养需求有哪些 ..... (5)
8. 如何选择新生儿的喂养方式 ..... (6)
9. 新生儿一出生就应该哺乳吗 ..... (6)
10. 喂食初乳的益处有哪些 ..... (7)
11. 为什么说母乳是婴儿最理想的食物 ..... (7)
12. 吃母乳的孩子需要喂水吗 ..... (8)
13. 为什么说母乳喂养有助于妈妈防病 ..... (9)
14. 哪种情况下不能给婴儿喂母乳 ..... (9)
15. 给婴儿哺乳时应注意哪些事项 ..... (10)
16. 如何判断母乳是否充足 ..... (11)
17. 母乳不足时怎么办 ..... (12)
18. 如何选择合适的奶粉 ..... (14)
19. 如何选择配方奶粉 ..... (14)
20. 调配奶粉要注意的事项有哪些 ..... (15)
21. 喂牛奶时要注意哪些事项 ..... (15)
22. 早产儿与成熟儿的喂养有什么不同 ..... (16)





## 目 录

23. 为什么说早产儿喂奶粉时浓度不宜过高 ..... (17)
24. 尿布的垫法有什么讲究 ..... (18)
25. 怎样给婴儿洗澡 ..... (18)
26. 如何观察新生儿的粪便异常 ..... (19)
27. 如何观察新生儿小便的异常现象 ..... (20)
28. 如何护理新生儿的脐带 ..... (20)
29. 如何为新生儿做抚摸 ..... (22)
30. 如何给新生儿做皮肤护理 ..... (23)
31. 常见新生儿皮肤表现有哪些 ..... (23)
32. 如何为新生儿眼部做护理 ..... (24)
33. 如何为新生儿鼻部做护理 ..... (25)
34. 如何为新生儿耳部做护理 ..... (25)
35. 如何为新生儿口腔做护理 ..... (26)
36. 如何护理婴儿臀部 ..... (27)
37. 如何为新生儿生殖器做护理 ..... (28)
38. 如何做好早产儿的护理 ..... (28)
39. 母乳喂养婴儿出现消化不良怎么办 ..... (29)
40. 如何处理新生儿头皮血肿 ..... (29)
41. 如何处理婴儿吐奶 ..... (30)
42. 新生儿唇裂怎么办 ..... (30)
43. 如何处理新生儿体温异常 ..... (31)
44. 如何训练新生儿的视觉 ..... (32)
45. 如何训练新生儿的听觉 ..... (33)
46. 如何训练新生儿的触觉 ..... (33)
47. 如何训练新生儿的肢体活动能力 ..... (33)
48. 如何训练新生儿语言理解能力 ..... (34)

### 二、1~2 个月婴儿的护理保健

1. 1~2 个月婴儿身体变化有哪些 ..... (35)
2. 1~2 个月婴儿营养需求有哪些 ..... (35)
3. 何时选择按需哺乳与定时哺乳 ..... (36)





4. 婴儿在什么情况下喂果汁好 ..... (36)
5. 果汁正确的喂法有哪些 ..... (37)
6. 婴儿缺钙的特征有哪些 ..... (37)
7. 给婴儿补钙需要注意哪些问题 ..... (38)
8. 宝宝穿多少衣服合适 ..... (39)
9. 如何护理宝宝的大小便 ..... (39)
10. 怎样给宝宝进行空气浴 ..... (40)
11. 为什么说室外空气浴须从夏天开始 ..... (40)
12. 怎样对宝宝进行日光浴 ..... (40)
13. 给宝宝剪指甲的注意事项有哪些 ..... (41)
14. 婴儿肚脐不干怎么办 ..... (41)
15. 婴儿鼻泪管堵塞怎么办 ..... (42)
16. 婴儿眼睛有分泌物怎么办 ..... (42)
17. 婴儿耳朵流黄水怎么办 ..... (43)
18. 婴儿习惯性吐奶怎么办 ..... (43)
19. 婴儿便秘怎么办 ..... (43)
20. 婴儿出现湿疹怎么办 ..... (44)
21. 婴儿突然哭闹是什么原因 ..... (44)
22. 如何训练宝宝手的灵活性 ..... (45)
23. 如何训练宝宝抬头、转头和爬行的能力 ..... (45)
24. 如何训练宝宝的语言理解能力 ..... (46)
25. 如何激发宝宝的愉快情绪 ..... (46)
26. 如何帮助宝宝进行感觉认知能力的训练 ..... (47)

### 三、2~3 个月婴儿的护理保健

1. 2~3 个月婴儿身体发育是怎样的 ..... (48)
2. 2~3 个月婴儿的个性变化有哪些 ..... (48)
3. 2~3 个月婴儿的营养需求有哪些 ..... (49)
4. 2~3 个月的婴儿如何喂养 ..... (49)
5. 混合喂养时的注意事项有哪些 ..... (50)
6. 人工喂养要注意的方面有哪些 ..... (50)







7. 如何调整哺乳时间 .....	(51)
8. 婴儿居室环境应注意的方面有哪些 .....	(51)
9. 如何防止宝宝“扁头” .....	(52)
10. 如何为婴儿选择枕头 .....	(52)
11. 如何给婴儿洗手和洗脸 .....	(53)
12. 如何避免宝宝得“空调病” .....	(53)
13. 应注意哪些婴儿安全问题 .....	(54)
14. 如何正确使用爽身粉 .....	(54)
15. 引起婴儿发热的原因有哪些,应如何处理 .....	(55)
16. 如何处理婴儿湿疹 .....	(55)
17. 如何预防宝宝热疹子 .....	(55)
18. 如何训练宝宝的肢体 .....	(56)
19. 如何训练宝宝的视觉 .....	(57)
20. 如何训练宝宝的听觉 .....	(57)
21. 如何训练宝宝的语言理解能力 .....	(58)
22. 如何训练宝宝的感知能力 .....	(58)

### 四、3~4 个月婴儿的护理保健

1. 3~4 个月婴儿的身体变化是怎样的 .....	(60)
2. 3~4 个月婴儿的个性变化有哪些 .....	(60)
3. 3~4 个月宝宝的营养需求有哪些 .....	(61)
4. 为什么婴儿喂养要注意提高奶的质量 .....	(61)
5. 为什么要给婴儿多喂水 .....	(62)
6. 如何给婴儿补充维生素和铁元素 .....	(62)
7. 母亲需要食用的食物有哪些 .....	(62)
8. 为什么说牛奶中加入少量糕干粉对婴儿有益 .....	(63)
9. 为什么要给婴儿补充维生素 C .....	(63)
10. 如何给婴儿添加蛋黄 .....	(63)
11. 为什么要让宝宝学会舔食 .....	(64)
12. 为什么宝宝会厌食奶粉 .....	(64)
13. 如何保护婴儿的眼睛 .....	(64)

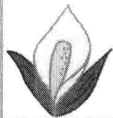




14. 如何保护婴儿的耳朵 ..... (65)
15. 宝宝睡多久最合适 ..... (66)
16. 宝宝裸睡好不好 ..... (66)
17. 正确背、抱婴儿的姿势有哪些 ..... (67)
18. 如何预防佝偻病 ..... (68)
19. 婴儿在日常生活中应防止哪些意外发生 ..... (68)
20. 如何消毒宝宝的衣服 ..... (69)
21. 婴儿患感冒有哪些症状 ..... (70)
22. 婴儿长牙如何护理 ..... (70)
23. 怎样防治婴儿外耳道湿疹 ..... (71)
24. 如何预防婴儿斜视 ..... (71)
25. 3~4 个月的婴儿需要接种哪些疫苗 ..... (72)
26. 如何帮助宝宝提升肢体的活动能力 ..... (72)
27. 如何训练宝宝手指动作能力 ..... (73)
28. 如何训练宝宝语言理解能力 ..... (73)
29. 如何训练宝宝感知能力 ..... (74)
30. 如何用音乐促进婴儿的大脑发育 ..... (74)

### 五、4~5 个月婴儿的护理保健

1. 4~5 个月婴儿的体征变化有哪些 ..... (76)
2. 4~5 个月婴儿的个性变化有哪些 ..... (76)
3. 4~5 个月婴儿的营养需求有哪些 ..... (77)
4. 母乳喂养婴儿应注意哪些方面 ..... (77)
5. 人工喂养婴儿应注意哪些方面 ..... (78)
6. 婴儿突然不爱吃奶粉怎么办 ..... (79)
7. 什么时候可以给婴儿添加辅食 ..... (79)
8. 添加辅食的基本原则有哪些 ..... (80)
9. 初加辅食要注意哪些问题 ..... (80)
10. 怎样给婴儿补充铁剂 ..... (81)
11. 辅食的制作方法有哪些 ..... (81)
12. 家庭通便方法有哪些 ..... (82)





## 目 录

13. 如何为婴儿配置睡袋 .....	(83)
14. 怎样防止婴儿异物入口 .....	(83)
15. 怎样使宝宝有个好睡眠 .....	(83)
16. 如何培养宝宝自己大小便 .....	(84)
17. 晚上不宜给婴儿多次换尿布的原因有哪些 .....	(84)
18. 为什么父母不要随便碰宝宝的玩具 .....	(85)
19. 如何护理婴儿倒睫 .....	(85)
20. 宝宝消化不良怎么办 .....	(86)
21. 应对消化不良的食疗方有哪些 .....	(87)
22. 如何预防婴儿脑震荡 .....	(87)
23. 婴儿易患哪几种感冒 .....	(88)
24. 婴儿服用感冒药有哪些注意事项 .....	(88)
25. 如何帮助宝宝做体操 .....	(89)
26. 如何训练宝宝的自理能力 .....	(91)

### 六、5~6个月婴儿的护理保健

1. 5~6个月婴儿的身体变化有哪些 .....	(92)
2. 5~6个月婴儿的个性变化有哪些 .....	(92)
3. 5~6个月婴儿的营养需求有哪些 .....	(93)
4. 添加辅食应注意的事项有哪些 .....	(93)
5. 宝宝偏瘦怎么办 .....	(94)
6. 宝宝食量没增加怎么办 .....	(94)
7. 何时给宝宝添加泥状食物 .....	(95)
8. 预防婴儿辅食过敏的注意事项有哪些 .....	(95)
9. 怎样保护婴儿的乳牙 .....	(96)
10. 如何预防婴儿的牙齿变黄 .....	(97)
11. 宝宝出牙早晚与智力有关吗 .....	(98)
12. 正确使用儿童车的注意事项有哪些 .....	(98)
13. 如何预防宝宝黑白颠倒的睡眠习惯 .....	(98)
14. 给宝宝洗澡应采取哪些防护措施 .....	(99)
15. 如何防止宝宝意外事故的发生 .....	(99)





16. 怎样使婴儿房环境不受污染·····	(100)
17. 什么是婴儿腹泻·····	(100)
18. 为什么宝宝容易发生腹泻·····	(100)
19. 宝宝腹泻怎么办·····	(101)
20. 为什么说十个宝宝九个咳·····	(102)
21. 宝宝咳嗽时的应急方法有哪些·····	(102)
22. 宝宝冻伤后怎么办·····	(103)
23. 宝宝出麻疹怎么办·····	(104)
24. 如何训练宝宝的肢体活动能力·····	(104)
25. 如何训练宝宝手指动作的灵活性·····	(105)
26. 如何训练宝宝的语言理解能力·····	(105)
27. 如何训练宝宝的感知能力·····	(106)
28. 如何训练宝宝的自理能力·····	(107)

### 七、6~7 个月婴儿的护理保健

1. 6~7 个月婴儿的身体变化有哪些·····	(108)
2. 6~7 个月婴儿的个性变化有哪些·····	(108)
3. 6~7 个月婴儿的营养需求有哪些·····	(109)
4. 6~7 个月婴儿的喂养特点有哪些·····	(110)
5. 婴儿辅食制作方法有哪些·····	(110)
6. 如何给宝宝断夜奶·····	(110)
7. 婴儿辅食汁、汤的制作方法有哪些·····	(111)
8. 适宜婴儿的糊类辅食有哪些·····	(112)
9. 补充含锌的婴儿食物有哪些·····	(112)
10. 如何预防婴儿过胖·····	(113)
11. 如何预防婴儿碘缺乏症·····	(113)
12. 如何预防婴儿缺铁性贫血·····	(114)
13. 6~7 个月婴儿需加的辅食品种有哪些·····	(114)
14. 补充婴儿维生素 A 的食物有哪些·····	(115)
15. 6~7 个月的宝宝睡眠有何特点·····	(115)
16. 宝宝流口水怎么办·····	(116)





17. 如何给宝宝喂药	(116)
18. 婴儿为什么喜欢“吃手指头”	(117)
19. 宝宝耳朵进了异物怎么办	(117)
20. 宝宝眼睛进了异物怎么办	(118)
21. 为什么要检查婴儿血红蛋白	(118)
22. 宝宝出现惊厥怎么办	(118)
23. 宝宝囟门出现异常怎么办	(119)
24. 如何训练7个月宝宝的肢体活动能力	(120)
25. 如何训练宝宝的手指动作灵活性	(121)
26. 如何训练宝宝的语言理解能力	(121)
27. 如何训练宝宝的感知能力	(122)
28. 如何训练宝宝的自理能力	(123)
29. 如何帮助宝宝学会控制情绪	(123)

### 八、7~8月婴儿的护理保健

1. 7~8个月婴儿的身体变化有哪些	(125)
2. 7~8个月婴儿的个性变化有哪些	(125)
3. 7~8个月婴儿的喂养要求有哪些	(126)
4. 婴儿配方奶粉有哪些功效	(126)
5. 含矿物质的辅食有哪些	(127)
6. 为什么要给宝宝适当吃点芝麻酱	(128)
7. 宝宝不爱吃蔬菜怎么办	(128)
8. 适合婴儿的辅食有哪些	(129)
9. 适合婴儿断奶的食谱有哪些	(129)
10. 如何帮助宝宝进行排便训练	(130)
11. 宝宝夜间不好好睡觉怎么办	(130)
12. 逗宝宝应把握哪些分寸	(131)
13. 如何培养宝宝正确看电视	(131)
14. 为什么不要责怪宝宝乱叫“爸爸妈妈”	(131)
15. 如何预防宝宝受到意外伤害	(132)
16. 教宝宝学爬的方法有哪些	(133)





- 17. 宝宝出牙期如何护理 ..... (133)
- 18. 如何为宝宝选择衣服 ..... (134)
- 19. 如何为宝宝选鞋 ..... (135)
- 20. 7个月宝宝抗病能力下降的原因有哪些 ..... (135)
- 21. 宝宝患病的早期信号有哪些 ..... (136)
- 22. 如何训练宝宝的肢体活动能力 ..... (137)
- 23. 如何训练宝宝手指动作的灵活性 ..... (137)
- 24. 如何训练宝宝的语言理解能力 ..... (138)
- 25. 如何训练宝宝的感知能力 ..... (138)
- 26. 如何训练宝宝的自理能力 ..... (139)

### 九、8~9个月婴儿的护理保健

- 1. 8~9个月婴儿的身体变化有哪些 ..... (141)
- 2. 8~9个月婴儿的个性变化有哪些 ..... (141)
- 3. 8~9个月婴儿的营养需求有哪些 ..... (142)
- 4. 什么时候给宝宝添加动物性食品 ..... (143)
- 5. 过敏体质宝宝添加辅食应注意哪些事项 ..... (143)
- 6. 添加辅食后宝宝腹泻怎么办 ..... (143)
- 7. 宝宝辅食的制作方法有哪些 ..... (144)
- 8. 8~9个月宝宝的营养配餐方案有哪些 ..... (144)
- 9. 如何给宝宝添加蔬菜和水果 ..... (145)
- 10. 生病的宝宝如何喂养 ..... (145)
- 11. 男宝宝私处护理的方法有哪些 ..... (147)
- 12. 女宝宝私处护理的方法有哪些 ..... (147)
- 13. 防治宝宝痱子的方法有哪些 ..... (148)
- 14. 什么原因使宝宝易患口角糜烂 ..... (148)
- 15. 宝宝得水痘怎么办 ..... (149)
- 16. 婴儿出现外耳道疔肿怎么办 ..... (149)
- 17. 婴儿烫伤了怎么办 ..... (150)
- 18. 如何训练宝宝爬行 ..... (150)
- 19. 如何进行宝宝智能训练 ..... (152)





- 20. 如何训练宝宝语言理解能力 ..... (152)
- 21. 如何训练宝宝感知能力 ..... (153)
- 22. 如何训练宝宝自理能力 ..... (153)

### 十、9~10 个月婴儿的护理保健

- 1. 9~10 个月婴儿的身体变化有哪些 ..... (155)
- 2. 9~10 个月宝宝的个性变化有哪些 ..... (155)
- 3. 9~10 个月宝宝的营养需求有哪些 ..... (156)
- 4. 准备断奶的方法有哪些 ..... (156)
- 5. 如何给宝宝选择健脑食物 ..... (157)
- 6. 如何让宝宝爱吃五谷杂粮 ..... (158)
- 7. 宝宝辅食添加的原则有哪些 ..... (158)
- 8. 不宜喂婴儿的食品有哪些 ..... (159)
- 9. 9~10 个月的婴儿着装要求有哪些 ..... (159)
- 10. 9~10 个月的婴儿大便有哪些特点 ..... (160)
- 11. 如何给婴儿选择玩具 ..... (160)
- 12. 如何给宝宝选购餐具 ..... (161)
- 13. 如何教婴儿使用杯和碗 ..... (162)
- 14. 如何让宝宝养成坐着喂饭的习惯 ..... (162)
- 15. 使用学步车应注意哪些事项 ..... (162)
- 16. 为婴儿测量呼吸与脉搏的方法有哪些 ..... (163)
- 17. 如何预防宝宝出牙期的异常现象 ..... (164)
- 18. 接种腮腺炎疫苗有哪些注意事项 ..... (164)
- 19. 宝宝吞食了异物时怎么办 ..... (165)
- 20. 如何训练宝宝站立和行走 ..... (165)
- 21. 如何训练宝宝用手能力 ..... (166)
- 22. 如何训练宝宝语言理解能力 ..... (167)
- 23. 如何训练宝宝感知能力 ..... (167)
- 24. 如何训练宝宝自理能力 ..... (168)

### 十一、10~11 个月婴儿的护理保健

- 1. 10~11 个月婴儿的身体变化有哪些 ..... (169)





2. 10~11 个月宝宝的个性变化有哪些 .....	(169)
3. 10~11 个月婴儿的营养需求有哪些 .....	(170)
4. 宝宝断奶后的饮食原则有哪些 .....	(170)
5. 怎样让宝宝专心吃饭 .....	(171)
6. 为什么不要强迫宝宝进食 .....	(171)
7. 宝宝零食安全等级是怎么划分的 .....	(172)
8. 婴儿着装要求有哪些 .....	(173)
9. 如何给婴儿断奶 .....	(174)
10. 婴儿断奶时出现的不适有哪些 .....	(174)
11. 怎样训练宝宝自己吃饭 .....	(175)
12. 为什么说胖孩子不一定健康 .....	(175)
13. 为什么不要让宝宝长时间使用学步车 .....	(176)
14. 不要刻意干涉婴儿的左撇子 .....	(176)
15. 为什么婴幼儿不宜滥用抗生素 .....	(177)
16. 在什么情况下婴儿出现淋巴结肿大 .....	(177)
17. 孩子不出牙怎么办 .....	(178)
18. 宝宝睡觉磨牙的因素有哪些 .....	(178)
19. 孩子“八字脚”的原因和预防措施有哪些 .....	(179)
20. 如何训练宝宝的肢体活动能力 .....	(179)
21. 如何训练宝宝手指的灵活性 .....	(180)
22. 如何训练宝宝的语言理解能力 .....	(180)
23. 如何训练宝宝的感知能力 .....	(181)
24. 如何训练宝宝的自理能力 .....	(182)

## 十二、11~12 个月婴儿的护理保健

1. 11~12 个月婴儿的身体变化有哪些 .....	(183)
2. 11~12 个月婴儿的个性变化有哪些 .....	(183)
3. 11~12 个月婴儿的营养需求有哪些 .....	(184)
4. 如何给宝宝补充维生素 C .....	(185)
5. 婴儿补钙过量会造成哪些后果 .....	(185)
6. 适合 11~12 个月婴儿的辅食有哪些 .....	(186)







7. 11~12个月婴儿的饮食要求有哪些 .....	(186)
8. 宝宝断奶后可以用豆浆补充蛋白质吗 .....	(187)
9. 为什么说高蛋白不能代替谷类 .....	(188)
10. 如何控制宝宝吃零食的数量和时间 .....	(188)
11. 如何帮助宝宝自己睡眠 .....	(189)
12. 为什么说婴儿不宜穿开裆裤 .....	(190)
13. 为什么要适当给婴儿进行抚摸刺激 .....	(190)
14. 如何增加婴儿的户外活动 .....	(190)
15. 带宝宝外出的注意事项有哪些 .....	(191)
16. 婴儿出现口腔炎怎么办 .....	(191)
17. 预防疾病传播应注意哪些事项 .....	(192)
18. 为什么说“补”易导致疾病 .....	(192)
19. 如何训练宝宝的肢体活动能力 .....	(193)
20. 如何训练宝宝手指的灵活性 .....	(193)
21. 如何训练宝宝的语言理解能力 .....	(194)
22. 如何训练宝宝的感知能力 .....	(195)
23. 如何训练宝宝的自理能力 .....	(196)

十三、1~1岁半幼儿的护理保健

1. 1~1岁半幼儿的身体变化有哪些 .....	(197)
2. 1~1岁半幼儿的个性变化有哪些 .....	(197)
3. 1岁幼儿的喂养特点有哪些 .....	(198)
4. 宝宝断奶后的食谱特点有哪些 .....	(199)
5. 健脑的食物有哪些 .....	(199)
6. 如何给孩子安排合理的饮食 .....	(200)
7. 为什么不要让宝宝边看电视边吃饭 .....	(201)
8. 为什么不宜给宝宝吃“汤泡饭” .....	(201)
9. 如何避免孩子暴饮暴食 .....	(202)
10. 如何培养孩子健康的饮食习惯 .....	(202)
11. 幼儿膳食制作的种类有哪些 .....	(203)
12. 如何护理宝宝夏季的衣食住行 .....	(206)

