



孕育亲子2+1系列



育儿亲子

多妙招

- 详细而全面的**宝宝成长**记录
- 系统介绍到宝宝的**衣食住行**
- **宝宝**各个成长阶段的**早教**游戏
- 培养**优质宝宝**的完美家教

王 巍◎主编



YZLI0890163341



湖南科学技术出版社

孕育亲子2+1系列

育儿亲子

多妙招

王 巍◎主编



CMS
PUBLISHING & MEDIA



湖南科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

育儿亲子多妙招/王巍主编. —长沙: 湖南科学技术出版社, 2012

(孕育亲子2+1系列)

ISBN 978-7-5357-7035-6

I. ①育… II. ①王… III. ①婴幼儿—哺育—基本知识 ②婴幼儿—家庭教育—基本知识 IV. ①TS976.31 ②G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第001307号

读者如有不明之处或需邮购, 请电话联系。

地 址: 长沙市车站北路70号万象企业公馆1808

网 址: <http://www.yhcul.com>

长沙市越华文化传播有限公司 邮编: 410001

电 话: 0731-84444800

孕育亲子2+1系列

育儿亲子多妙招

策 划: 越华文化

主 编: 王 巍

责任编辑: 吴新霞 戴 涛

编 委: 张 苗 杨湘梅 高 阳 彭 瑶 陈丽娟

出版发行: 湖南科学技术出版社

社 址: 长沙市湘雅路276号

<http://www.hnstp.com>

邮购联系: 本社直销科 0731-84375808

印 刷: 长沙湘诚印刷有限公司印刷

(印装质量问题请直接与本厂联系)

厂 址: 长沙市开福区伍家岭新码头95号

开 本: 787mm×1092mm 1/16

印 张: 16

版 次: 2012年第1版第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5357-7035-6

定 价: 39.80元

(版权所有·翻印必究)

目录



康艺宝宝



闫沁遥宝宝

第1章

新生宝宝的育儿妙招

- | | | | |
|----|--------------|----|---------------|
| 02 | 成长 and 发育特点 | 10 | 行 |
| 05 | 育儿亲子妙招 | 10 | 不宜去人多的地方 |
| 05 | 衣 | 10 | 怎样给新生宝宝晒太阳 |
| 05 | 新生宝宝的服饰特点 | 11 | 护理 |
| 05 | 怎样包裹新生宝宝 | 11 | 保护好新生宝宝的皮肤 |
| 06 | 怎样给新生宝宝穿衣服 | 11 | 怎样给宝宝洗澡 |
| 07 | 食 | 12 | 不要用闪光灯给新生宝宝拍照 |
| 07 | 最好采取母乳喂养 | 12 | 身心健康 |
| 07 | 母乳喂养的益处 | 12 | 多对宝宝笑一笑 |
| 08 | 母乳喂养的姿势和技巧 | 12 | 给宝宝第一次预防接种 |
| 09 | 母乳喂养的方法 | 12 | 给宝宝接种卡介苗 |
| 09 | 住 | 13 | 宝宝百日咳 |
| 09 | 新生宝宝喜欢的居住环境 | 13 | 宝宝臀红 |
| 09 | 新生宝宝房间的适宜温度 | 13 | 完美家教 |
| 09 | 给新生宝宝准备合适的寝具 | 13 | 给宝宝看玩具和图画 |
| | | 14 | 懂得妈妈的呼唤 |
| | | 14 | 给予听觉刺激 |
| | | 15 | 游戏 |
| | | 15 | 转圈圈 |
| | | 15 | 盘盘腿 |

第2章

1~2个月宝宝的育儿妙招

- 17 成长和发育特点
- 17 育儿亲子妙招
- 17 衣
 - 17 给宝宝穿袜子好处多
 - 18 宝宝要穿宽松的衣服
 - 18 宝宝忌穿化纤衣服
- 19 食
 - 19 奶粉喂养
 - 20 奶粉喂养的优点
 - 20 奶粉喂养的缺点
- 20 住
 - 20 有没有必要给宝宝准备枕头
 - 20 宝宝房间夜里不宜通宵开灯
- 21 行
 - 21 宝宝可以进行阳光浴和空气浴了
 - 21 宝宝迈步练习
 - 21 动作发育的活跃阶段
- 22 护理
 - 22 不要用剃刀给宝宝理发
 - 22 防止宝宝睡扁头
 - 22 尿布的选择
 - 23 如何换尿布
 - 23 不要将卫生纸当尿布
- 24 身心健康
 - 24 注射第2针乙型肝炎疫苗
 - 24 如何在早期发现宝宝的先天性心脏病
 - 24 给宝宝用药应慎重
- 24 完美家教
 - 24 在应答中与妈妈进行交流
 - 24 宝宝的早期教育不容忽视
 - 25 让宝宝充分享受母爱
- 25 游戏
 - 25 彩色气球(训练宝宝的视力)
 - 25 抓玩具(训练感觉能力)
 - 25 握手指(训练感觉能力)
 - 26 找妈妈

第3章

2~3个月宝宝的育儿妙招

- 28 成长和发育特点
- 29 育儿亲子妙招
- 29 衣
 - 29 不宜用纱巾给宝宝蒙面
 - 29 不要给宝宝穿戴太多
- 30 如何给宝宝选围嘴
- 31 食
 - 31 宝宝吐奶
 - 31 宝宝为什么拒绝吸奶
 - 32 宝宝吸奶时哭闹怎么办

32	住
32	不要抱着宝宝睡
33	宝宝不适宜睡软床
34	行
34	让宝宝多接触户外新鲜空气
34	护理
34	防止宝宝用手抓脸
34	如何防止宝宝被蚊虫叮咬
35	身心健康

35	宝宝出现“地图舌”
35	婴儿湿疹
36	完美家教
36	激发宝宝的行为和心理发育
36	加强宝宝对物品的认知
37	给宝宝唱儿歌
38	游戏
38	抬腿踢球
38	敲玩具

第4章

3~4个月宝宝的育儿妙招

40	成长和发育特点
42	育儿亲子妙招
42	衣
42	不宜给宝宝戴手套
42	穿衣应注意“三暖一凉”的原则
42	食
42	宝宝辅食添加
43	给宝宝喂饭的注意事项
44	住
44	宝宝适合什么样的枕头
44	控制宝宝室内的湿度
45	行
45	带宝宝开展户外活动
45	护理
45	宝宝吮手指或脚趾
45	如何给宝宝洗头
46	要给宝宝剪指甲
46	怎样给宝宝选择玩具
47	身心健康
47	宝宝打鼾
48	完美家教
48	鼓励宝宝够取和拍打
48	与宝宝进行发音互动
48	教宝宝开始认颜色
48	让宝宝抚摸妈妈的脸（社交能力训练）
49	游戏
49	躲猫猫
49	滑滑梯
49	虫虫飞

第5章

4~5个月宝宝的育儿妙招

- 51 成长和发育特点
- 52 育儿亲子妙招
- 52 衣
 - 52 忌穿太花哨的衣服
 - 52 忌不穿内裤
 - 52 不宜用洗衣粉洗尿布和衣物
- 53 食
 - 53 不要将嚼碎后的食物喂宝宝
 - 53 喂奶时不要逗宝宝
- 54 住
 - 54 重新布置宝宝的房间
- 55 行
 - 55 用婴儿车推宝宝散步
- 55 护理
 - 55 不要给宝宝剃光头

- 55 怎样用背带抱宝宝
- 56 如何防止宝宝打嗝
- 57 身心健康
 - 57 宝宝患病的早期表现
- 58 完美家教
 - 58 父母要注意自己的举止
 - 59 训练宝宝手眼耳的协调能力
 - 59 让宝宝听音乐
- 60 游戏
 - 60 找铃铛
 - 60 练翻身
 - 60 小猫钓鱼
 - 60 碰一碰，我们是好朋友

第6章

5~6个月宝宝的育儿妙招

- 62 成长和发育特点
- 64 育儿亲子妙招
- 64 衣
 - 64 宝宝的睡衣有讲究
 - 65 如何给宝宝选帽子
- 66 食
 - 66 该给宝宝补铁
 - 66 宝宝应以热食为主

- 67 住
 - 67 给宝宝提供好的居家环境
- 67 行
 - 67 宝宝脚心阳光浴
- 68 护理
 - 68 让宝宝练习坐盆大小便
 - 68 宝宝不宜过早学坐、学走路

- 68 身心健康
- 68 宝宝流口水
- 69 宝宝尿布疹
- 70 为何宝宝6个月以后容易生病
- 71 完美家教
- 71 培养宝宝的卫生习惯

- 71 让宝宝多照镜子
- 71 训练宝宝分辨面部表情
- 72 让宝宝看一些简单的画报
- 72 游戏
- 72 扭呀扭，爬呀爬
- 72 在爸爸身上站一站

第7章

6~7个月宝宝的育儿妙招

- 74 成长和发育特点
- 75 育儿亲子妙招
- 75 衣
- 75 宝宝穿袜子
- 75 宝宝套头衫的选择
- 76 食
- 76 冬天宝宝应合理摄取高蛋白、高脂肪食物
- 76 冬天宝宝要加强维生素的补充
- 76 住
- 76 给宝宝创造清洁卫生的居住环境
- 76 行
- 76 开阔宝宝的眼界

- 76 护理
- 76 清除宝宝耳中异物
- 77 穿衣服时要和宝宝交流
- 77 身心健康
- 77 宝宝夜啼
- 79 完美家教
- 79 让宝宝体会说话的乐趣
- 79 培养宝宝的独立能力
- 79 培养宝宝的社交能力
- 80 游戏
- 80 拍拍手，推推手
- 80 击打各种“乐器”
- 80 小瓶操

第8章

7~8个月宝宝的育儿妙招

- 82 成长和发育特点
- 83 育儿亲子妙招
- 83 衣
- 83 穿衣厚薄要适宜

- 83 食
- 83 宝宝要多吃润肺食品
- 84 住
- 84 室内植物的注意事项
- 84 警惕家装中的危害

- 84 给宝宝创造良好的活动空间
- 85 行
- 85 让宝宝多晒太阳，但避免日光直射
- 85 护理
- 85 保护好宝宝的牙齿
- 85 身心健康
- 85 宝宝长痱子
- 85 宝宝缺铁性贫血

- 88 完美家教
- 88 让宝宝增加对爸爸的信任
- 88 培养宝宝良好的饮食习惯
- 88 教会宝宝“欢迎”与“再见”
- 89 游戏
- 89 小毛毛虫爬
- 89 打电话
- 89 百变鬼脸

第9章

8~9个月宝宝的育儿妙招

- 91 成长和发育特点
- 92 育儿亲子妙招
- 92 衣
- 92 让宝宝学会配合穿衣
- 93 怎样选择宝宝的贴身内衣
- 93 宝宝不宜穿松紧带裤
- 94 食
- 94 要合理安排宝宝的零食
- 94 宝宝不能随便吃水果
- 95 住
- 95 危害宝宝健康的居室细节（一）
- 96 带菌玩具对宝宝危害大

- 96 行
- 96 控制宝宝的外出时间
- 97 护理
- 97 不要让宝宝带玩具上床睡觉
- 97 身心健康
- 97 宝宝腹泻
- 99 完美家教
- 99 注意培养宝宝的良好品质
- 99 游戏
- 99 撕纸
- 99 爬大山，爬小山
- 99 给饼干搬家

第10章

9~10个月宝宝的育儿妙招

- 101 成长和发育特点
- 103 育儿亲子妙招
- 103 衣
- 103 衣裤的选择

- 103 可适当地增减衣物
- 103 宝宝出门该怎么穿衣
- 104 食
- 104 喝白开水对宝宝身体有益

104	要注意科学喂养宝宝
104	住
104	冬天应改善宝宝的居住环境
105	行
105	户外活动对发育有益
105	护理
105	避免让宝宝趴着睡
105	不能随便给宝宝挖耳屎
106	身心健康

106	宝宝便秘
108	完美家教
108	培养宝宝的自理能力
109	加强宝宝的语言训练
109	给宝宝进行音乐熏陶
109	游戏
109	扔沙包
109	空中飞翔

第11章

10~11个月宝宝的育儿妙招

111	成长和发育特点
112	育儿亲子妙招
112	衣
112	宝宝秋季穿衣四项原则
113	食
113	不要边听故事边吃饭
113	丰富的钙质对宝宝眼睛有好处
113	不要给宝宝喝太浓的奶
114	住
114	提供适合10~12个月宝宝的居家环境
115	行
115	增加户外运动
115	护理
115	正确清理宝宝的鼻孔

115	保护宝宝的嗓子
116	冬天不要给宝宝使用电热毯
116	身心健康
116	宝宝感冒
117	完美家教
117	不要吝啬对宝宝的鼓励
117	多给宝宝讲故事
117	培养宝宝良好的心理素质
118	为宝宝设计适合的教学方案
118	游戏
118	变魔术
118	抓蝴蝶
118	堆积木

第12章

11~12个月宝宝的育儿妙招

- | | | | |
|-----|-------------|-----|--------------|
| 120 | 成长 and 发育特点 | 123 | 当心路边的空气污染 |
| 121 | 育儿亲子妙招 | 124 | 护理 |
| 121 | 衣 | 124 | 避免洗澡水流进宝宝的眼睛 |
| 121 | 选择适度柔软的鞋 | 124 | 身心健康 |
| 122 | 选择适合的衣服 | 124 | 宝宝发热 |
| 122 | 食 | 125 | 完美家教 |
| 122 | 不要盲目给宝宝吃补药 | 125 | 用正规的语言教宝宝 |
| 122 | 宝宝可以和大人一起进餐 | 125 | 激发宝宝的学习兴趣 |
| 123 | 多吃水果和蔬菜 | 126 | 让宝宝做游戏的主人 |
| 123 | 营养不良影响脑发育 | 126 | 教宝宝看图识物 |
| 124 | 住 | 127 | 游戏 |
| 123 | 保持室内空气流通 | 127 | 跨越障碍 |
| 123 | 行 | 127 | 投钱币 |
| 123 | 喜欢去户外游戏 | 127 | 大碗套小碗 |

第13章

1岁1~3个月宝宝的育儿妙招

- | | | | |
|-----|----------------|-----|--------------|
| 129 | 成长 and 发育特点 | 133 | 日常卫生用品 |
| 131 | 育儿亲子妙招 | 133 | 行 |
| 131 | 衣 | 133 | 不要常抱宝宝在路边玩 |
| 131 | 根据社交场合打扮孩子 | 134 | 护理 |
| 131 | 食 | 134 | 裸睡有助于宝宝的健康 |
| 131 | 素食为主不利于宝宝的发育 | 135 | 身心健康 |
| 131 | 宝宝忌暴饮暴食 | 135 | 冬季预防宝宝得闷热综合征 |
| 132 | 宝宝吃水果应谨慎 | 136 | 完美家教 |
| 133 | 住 | 136 | 训练宝宝走路 |
| 133 | 危害宝宝健康的居室细节（二） | 136 | 为宝宝选择图书 |

137 激发宝宝的创新能力

138 游戏

138 逃出游泳圈

138 投掷比赛

138 推车拉车

138 找宝贝

第14章

1岁4~6个月宝宝的育儿妙招

140 成长和发育特点

141 育儿亲子妙招

141 衣

141 加强对宝宝美的教育

142 食

142 不可让宝宝喝茶

142 宝宝不宜多吃油炸食物

143 住

143 给孩子一个安全舒适的居住环境

143 行

143 赤脚散步对宝宝有益

144 增加宝宝的活动量

144 护理

144 防止宝宝踢被子

145 身心健康

145 怎样急救中暑的宝宝

145 宝宝烫伤后该怎么办

145 完美家教

145 如何教授宝宝基本常识

145 培养宝宝的独立性

146 游戏

146 乱涂乱画

146 插黄瓜

第15章

1岁7~9个月宝宝的育儿妙招

148 成长和发育特点

149 育儿亲子妙招

149 衣

149 不宜再给宝宝穿开裆裤

149 巧穿衣，出游留影不遗憾

149 食

149 少给宝宝吃零食

150 宝宝不宜多吃豆制品

151 住

151 宝宝起床后不宜立即叠被子

151 行

151 带宝宝去公共场所的注意事项

151 护理

151 如何护理宝宝的屁屁

152 身心健康

152 怎样防止宝宝跌伤

152	宝宝孤独症的基本特征
152	完美家教
152	培养宝宝的观察能力
154	和宝宝一起阅读

155	游戏
155	穿小珠
155	大小帽子
155	小助手

第16章

1岁10个月~2岁宝宝的育儿妙招

157	成长和发育特点
158	育儿亲子妙招
158	衣
158	宝宝的夏装要柔软、轻便
158	食
158	宝宝不宜多喝碳酸饮料
159	对宝宝生长发育不利的食物
160	住
160	室内环境优化策略
160	行
160	增加宝宝的活动量

161	护理
161	防止宝宝肥胖症
161	身心健康
161	宝宝外用药注意事项
162	宝宝触电后的应对策略
162	完美家教
162	对宝宝进行音乐教育
163	游戏
163	认颜色
163	分水果
163	蹦蹦床

第17章

2岁1~3个月宝宝的育儿妙招

165	成长和发育特点
166	育儿亲子妙招
166	衣
166	宝宝夏季穿衣注意事项
167	食
167	宝宝夏季饮食注意事项
168	住
168	宝宝夏季居住环境的讲究

168	行
168	宝宝夏季户外活动的注意事项
168	护理
168	不宜给宝宝戴首饰
169	给宝宝选择合适的护肤品
170	身心健康
170	宝宝被割伤了怎么办
170	宝宝头部受伤的处理

170	完美家教
170	培养宝宝的自理能力
172	游戏
172	认五官

172	铃铛房
172	找鞋配对

第18章

2岁4~6个月宝宝的育儿妙招

174	成长和发育特点
175	育儿亲子妙招
175	衣
175	给宝宝选鞋
177	食
177	巧做冬季饮食让宝宝耐寒
177	住
177	为宝宝创造一个良好的睡眠环境
178	行
178	宝宝冬季出行健康指南
178	宝宝要多晒太阳
179	护理
179	纠正宝宝的不良习惯

180	为宝宝修剪指甲
181	身心健康
181	急性喉炎
181	眼外伤的处理
182	完美家教
182	培养宝宝的情感和交际能力
184	教宝宝刷牙
184	游戏
184	音乐会
184	吹泡泡
184	我来浇水

第19章

2岁7~9个月宝宝的育儿妙招

186	成长和发育特点
187	育儿亲子妙招
187	衣
187	穿凉鞋的注意事项
188	食
188	宝宝睡前吃点心害处多

188	不可强迫进食
189	住
189	宝宝房间布置注意事项（一）
189	行
189	户外运动指南

190	护理
190	保护好宝宝的视力和听力
191	如何给宝宝洗头
192	身心健康
192	宝宝夜间磨牙需谨慎
194	完美家教
194	启发宝宝思考

195	宝宝学写字不宜过早
195	游戏
195	汽车比赛
195	捏橡皮泥
195	打扮妈妈

第20章

2岁10个月~3岁宝宝的育儿妙招

197	成长和发育特点
198	育儿亲子妙招
198	衣
198	冬季运动时避免宝宝穿衣过多
199	食
199	不要多吃巧克力
199	不宜多吃罐头食品
199	住
199	宝宝房间布置注意事项(二)
200	行
200	关注宝宝和小朋友玩耍的状况
200	护理
200	花露水使用注意事项
200	身心健康
200	防治近视
201	溺水的救治

201	完美家教
201	教宝宝热爱劳动
202	教宝宝慷慨助人
203	游戏
203	送动物回家
203	投篮进球
203	买水果、蔬菜
203	双人划船

附录 1

育儿亲子误区

- | | | | |
|-----|--------------|-----|-------------|
| 205 | 让宝宝自己爬楼梯 | 208 | 带宝宝去听摇滚音乐会 |
| 205 | 让宝宝一个人独自在床上 | 209 | 让宝宝玩电脑游戏 |
| 205 | 单独放孩子在阳台玩耍 | 209 | 补钙有利于宝宝的发育 |
| 205 | 未安装安全挡门器 | 209 | 给宝宝吃胎盘 |
| 206 | 喜欢家中设置玄关 | 209 | 教宝宝背唐诗 |
| 206 | 桌子没有防护 | 209 | 让宝宝早接触电脑 |
| 206 | 忽视使用安全插座 | 210 | 用学步车代替宝宝爬行 |
| 206 | 柜子用完不锁 | 210 | 不吝惜为宝宝花钱 |
| 207 | 放纵孩子在厨房嬉戏 | 211 | 你唱红脸我唱白脸 |
| 207 | 让宝宝成为流动“吸尘器” | 212 | 多吃高蛋白食物 |
| 207 | 练瑜伽对宝宝有好处 | 212 | 牛奶喝得多，身体长得快 |
| 207 | 经常带宝宝外出旅游 | 212 | 吃到肚子里就是“本” |
| 207 | 让宝宝放纵饮食 | 213 | 多喝酸奶利于消化 |
| 207 | 新衣服好、一次性纸尿裤好 | 213 | 餐前吃水果好 |
| 208 | 爸爸妈妈让宝宝一起晚睡 | 213 | 捆扎“蜡烛包” |



孟祥琪宝宝



许彦熙宝宝



李惟屹宝宝

213	过度摇晃孩子
214	随意给孩子留影
214	口对口喂食
214	洗澡水温过高
214	把孩子放到家庭的首位
215	现在的孩子都很幸福
216	长时间处在空调房内
216	吃饭穿衣大了自然会
217	尽量满足孩子的愿望
217	家务活父母干就行了
217	板凳绊倒了你，我打它
218	完全讲民主
218	使用普通的洗衣粉
219	频繁更换宝宝的护肤品

219	宝宝的鞋帮、鞋面越软越好
219	厚底鞋舒适防震
220	忽视孩子的性格塑造
220	多穿衣服不感冒
220	多抱对孩子不好
221	勤洗澡损伤皮肤
221	发烧就吃退烧药
221	父母替宝宝道歉
221	给宝宝戴上口罩和围巾
221	宝宝穿厚衣睡觉保暖
222	纸尿裤会导致宝宝 O 型腿或者趴腿
222	夏装暴露一点没有关系
222	成人的“性感”观转嫁儿童

附录 2

星座宝宝之育儿亲子妙招

火象星座宝宝

224	白羊座（阳历3月21日~4月19日）
244	星座特点
224	白羊座宝宝的育儿亲子要点
225	白羊座父母
225	白羊座妈妈的育儿优势
225	快乐妙招
225	狮子座（阳历7月23日~8月22日）
225	星座特点
255	狮子座宝宝的育儿亲子要点

226	狮子座父母
226	狮子座妈妈的育儿优势
226	快乐妙招
226	射手座（阳历11月22日~12月21日）
226	星座特点
226	射手座宝宝的育儿亲子要点
227	射手座父母
227	射手座妈妈的育儿优势
227	快乐妙招