

适合中国妈妈的权威育儿指南

# 育儿知识

岳然 / 编著

# 百科



推荐专家 / 戴淑凤

北京大学第一医院 教授

中国优生科学协会理事  
中国优生优育协会理事



青岛出版社  
QINGDAO  
PUBLISHING HOUSE

国家一级出版社  
全国百佳图书出版单位

# 育儿知识

## 百科



岳然/编著



青岛出版社  
QINGDAO  
PUBLISHING HOUSE

国家一级出版社  
全国百佳图书出版单位

## 图书在版编目(CIP)数据

育儿知识百科 / 岳然 编著. — 青岛: 青岛出版社, 2013.11  
ISBN 978-7-5436-9822-2

I. ①育… II. ①岳… III. ①婴幼儿—哺育 IV. ①R174

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第266988号

书 名 育儿知识百科  
编 著 者 岳 然  
出版发行 青岛出版社  
社 址 青岛市海尔路182号(266061)  
本社网址 <http://www.qdpub.com>  
邮购电话 13335059110 0532-85814750(传真) 0532-68068026  
责任编辑 尹红侠 曲 静  
印 刷 青岛乐喜力科技发展有限公司  
出版日期 2014年1月第2版 2014年4月第3次印刷  
开 本 16开(720mm×1000mm)  
印 张 24.5  
字 数 300千  
书 号 ISBN 978-7-5436-9822-2  
定 价 29.8元

编校质量、盗版监督服务电话 4006532017 0532-68068670

青岛版图书售后如发现质量问题,请寄回青岛出版社出版印务部调换。

电话: 0532-68068629

本书建议陈列类别: 育儿类 生活类

# 前言

孩子是上天赐予父母的珍贵礼物，是降临人间的可爱天使。孩子是父母手心里的宝贝，需要父母的呵护、疼爱和精心的养育，爱和责任是每位新手爸妈需要承担和面对的挑战，新手爸妈需要及时掌握科学的育儿知识、正确的喂养方法和先进的早教理念。

让宝宝健康快乐成长，身体棒棒，聪明伶俐，是父母的最大心愿。新生儿娇嫩柔弱，小婴儿身体抵抗力普遍偏低，若父母稍稍护理不当或喂养不当，小宝宝就容易生病。一旦宝宝生病，新手爸妈难免会担心焦急，常常束手无策。面对生病的宝宝，父母一定要学会正确的护理和喂养方法，因为正确的护理喂养方法才能为宝宝的健康保驾护航，而不当的护理喂养还容易让宝宝的病情加重。

为此，我们精心推出了这套孕产育儿百科丛书，丛书的编者系多年从事儿科和妇产科临床工作的资深专家，并由全国知名妇产育儿早教专家戴淑凤教授精心审定，全套丛书共分6册，分别是《怀孕分娩育儿百科》《怀孕知识百科》《十月怀胎百科》《胎教知识百科》《新生儿婴儿护理百科》《育儿知识百科》，本书《育儿知识百科》是其中的一册。这套丛书内容涵盖孕前准备、孕期保健、孕期营养、孕期胎教、新生儿护理、婴幼儿护理、宝宝喂养、宝宝早教等各个方面，知识全面，讲解细致，是新手爸妈孕育宝宝的绝佳指南。

《育儿知识百科》按照0~3岁宝宝的各月龄分别详述宝宝身心发育状况、保健护理、营养饮食、早期教育、疫苗接种等各种育儿知识。本书附录中分别按照4~6个月、7~9个月、10~12个月详细介绍宝宝各阶段的辅食做法，并配以详细的食材调料和功效解析。书中还配有可爱的手绘卡通图片和温馨的健康小贴士，能给准妈妈带来轻松美好的阅读体验。

本书内容实用全面，对于宝宝每个月龄的日常护理、生活喂养、早期教育等各个方面都进行了细致周到的讲解，囊括了宝宝日常生活的点点滴滴，通过一个个细节体现出浓浓的爱子之心和先进的育儿理念，值得新手爸妈阅读参考。愿本书能帮助新手爸妈轻松应对各种育儿困惑和养育难题，陪伴宝宝一起快乐成长。

编者

2013年12月

# 目 录

## Part 1 0~1个月

### 新生宝宝的身体和感觉发育

- 002 宝宝0~1个月身体发育标准
- 002 新生宝宝的感覺发育
- 003 新生宝宝的心理发育
- 004 新生儿特殊的生理现象

### 新生宝宝的保健和护理

- 006 如何给新生儿选择衣服
- 007 如何给新生儿穿脱衣服
- 007 正确包裹新生儿
- 008 如何给宝宝挑选纸尿裤和尿布
- 009 如何给宝宝换尿布
- 010 尿布清洗有什么讲究
- 011 怎样布置宝宝的房间
- 011 给宝宝一个单独的小床
- 012 怎样抱新生儿
- 013 怎么护理新生宝宝的脐带
- 013 如何护理新生宝宝的肌肤
- 014 给宝宝洗澡要注意什么
- 016 如何给新生儿洗澡
- 016 怎样观察宝宝的便便
- 017 新手妈妈如何挤奶
- 018 挤出来的母乳怎样保存
- 019 早产儿怎么护理
- 019 奶嘴奶瓶怎么选择
- 020 宝宝不吸奶瓶怎么办
- 021 妈妈哺乳期间生病可以用药吗

- 021 怎样读懂宝宝的哭声
- 022 如何礼貌地拒绝过多的探视者

### 新生宝宝的饮食和营养

- 024 母乳喂养，母子双赢
- 025 妈妈要给宝宝早开奶
- 025 没开奶前可以喂宝宝其他代乳品吗
- 026 母乳喂养宝宝的方法
- 026 正确的母乳喂养姿势
- 027 人工喂养宝宝的方法
- 028 混合喂养宝宝的方法
- 029 如何让奶水更充足些
- 030 怎样让奶水更营养
- 030 怎样从宝宝口中抽出奶头
- 031 乳头内陷如何喂养宝宝
- 032 夜间如何给宝宝喂奶
- 033 如何把握给宝宝喂奶的时间
- 033 怎么判断奶量是否充足
- 034 早产儿如何喂养
- 035 双生儿和巨大儿如何喂养
- 036 哪些妈妈不宜母乳喂养宝宝
- 037 哪些宝宝不能接受母乳喂养

### 新生宝宝的智能开发

- 038 如何刺激新生儿智力发育
- 039 新生宝宝的学习潜能
- 039 给新生儿一个有声的世界
- 040 新生儿怎么学抬头

041 新生宝宝怎么学“走路”

### 疫苗接种

042 宝宝接种疫苗需要注意什么

043 宝宝接种疫苗出现不良反应的护理方法

044 卡介苗的接种

045 乙肝疫苗的接种

## Part 2 1~2个月

### 宝宝的身体和感觉发育

047 宝宝2个月的身体发育标准

047 宝宝的感觉发育

048 宝宝的心理发育

### 宝宝的保健和护理

050 如何训练宝宝的排便习惯

051 注意宝宝的睡眠姿势

051 宝宝的“满月头”要不要剃

052 宝宝的头可以摸吗

053 怎样为宝宝选购洗护用品

054 如何给宝宝用爽身粉

### 宝宝的饮食和营养

055 宝宝溢奶怎么办

056 喝牛奶导致宝宝腹泻怎么办

056 宝宝睡着了，要不要叫醒喂奶

057 妈妈乳头皲裂如何喂养宝宝

### 宝宝的早教

058 妈妈尽可能早地给宝宝良性刺激

058 妈妈要多和宝宝说话

059 逗引宝宝发音

060 让宝宝牵牵妈妈的手

060 训练宝宝的注视能力

### 疫苗接种

062 防治小儿麻痹症

## Part 3 2~3个月

### 宝宝的身体和感觉发育

064 宝宝3个月的身体发育标准

064 宝宝的感觉发育

065 宝宝的心理发育

### 宝宝的保健和护理

067 宝宝怎么进行日光浴

068 逗笑宝宝要科学

068 如何给宝宝剪指甲

069 如何清理宝宝鼻腔

070 宝宝使用安抚奶嘴好不好

071 怎样给宝宝选购和使用围嘴

071 宝宝为什么睡不好

### 宝宝的饮食和营养

073 如何给人工喂养的宝宝补充水

074 为什么要给宝宝添加鱼肝油

- 075 怎样给宝宝喂食鱼肝油
- 075 宝宝是不是该补铁了
- 076 妈妈感冒或者患乳腺炎，还能喂宝宝吗

### 宝宝的早教

- 077 如何刺激宝宝脑细胞发育

- 077 教宝宝“说话”
- 078 多抱宝宝好吗
- 079 用声音刺激宝宝听觉和大脑发育

### 疫苗接种

- 080 百白破疫苗

## Part 4 3~4个月

### 宝宝的身体和感觉发育

- 082 宝宝4个月的身体发育标准
- 082 宝宝的感觉发育
- 083 宝宝的心理发育

### 宝宝的保健和护理

- 085 宝宝为什么爱流口水
- 085 怎样防止宝宝长痱子
- 086 如何给宝宝选择枕头
- 087 如何培养宝宝按时睡觉的好习惯
- 088 给宝宝按摩的注意事项
- 089 怎样给宝宝按摩
- 090 宝宝为什么是个“夜哭郎”
- 090 家里有个“夜哭郎”怎么办
- 091 带宝宝体检前要做什么准备工作

### 宝宝的饮食和营养

- 093 上班妈妈该如何给宝宝喂母乳

- 093 宝宝食量增大，母乳不足怎么办
- 094 准备为宝宝添加辅食
- 095 为什么要给宝宝添加辅食
- 095 给宝宝添加辅食有什么原则
- 096 宝宝的辅食为什么不要加味精
- 097 宝宝不爱吃辅食怎么办

### 宝宝的早教

- 098 开发宝宝智力有什么原则
- 098 给宝宝听音乐
- 099 提高宝宝双手的灵活性
- 099 训练宝宝听名回头
- 100 模仿宝宝的表情与声音

### 疫苗接种

- 101 宝宝预防接种

## Part 5 4~5个月

### 宝宝的身体和感觉发育

- 103 宝宝5个月的身体发育标准
- 103 宝宝的感觉发育

- 104 宝宝的心理发育

### 宝宝的保健和护理

- 105 如何选购婴儿车



- 105 如何正确使用婴儿车
- 106 怎样判断宝宝的大便是否正常
- 107 防止宝宝成为肥胖宝宝
- 108 宝宝不宜看电视
- 宝宝的饮食和营养**
- 109 用含铁强化食品来防止宝宝贫血好吗
- 109 怎样给宝宝补钙
- 110 加喂鸡蛋黄预防宝宝贫血

- 111 宝宝营养不良是怎么造成的

### 宝宝的早教

- 112 怎么对宝宝进行综合感官方面的训练
- 113 教宝宝认识各种日常用品
- 113 宝宝模仿妈妈发音

### 疫苗接种

- 115 预防流行性腮腺炎

## Part 6 5~6个月

### 宝宝的身体和感觉发育

- 117 宝宝6个月的身体发育标准
- 117 宝宝的感觉发育
- 118 宝宝的心理发育

### 宝宝的保健和护理

- 120 宝宝睡凉席要注意什么
- 120 妈妈要给宝宝穿袜子戴帽子
- 121 开窗睡眠有什么好处
- 122 妈妈要读懂宝宝的表情
- 122 宝宝开始长牙如何护理
- 123 怎样减轻宝宝出牙期的痛苦

### 宝宝的饮食和营养

- 124 为宝宝准备磨牙小食品
- 124 宝宝要多吃含铁食物

- 125 宝宝不爱喝白开水怎么办
- 125 怎样才能让宝宝爱上奶瓶
- 126 开始长牙的宝宝的饮食
- 127 让宝宝快速生长的脂肪
- 128 构筑宝宝生命支柱的蛋白质

### 宝宝的早教

- 129 宝宝接受语言的能力
- 129 如何让宝宝心理更健康、情绪更饱满
- 130 引导宝宝辨别颜色
- 130 增强对宝宝听觉的刺激
- 131 用不同气味训练宝宝的嗅觉

### 疫苗接种

- 132 宝宝接种流行性脑脊髓膜炎疫苗

## Part 7 6~7个月

### 宝宝的身体和感觉发育

- 134 宝宝7个月的身体发育标准
- 134 宝宝的感覺发育
- 135 宝宝的心理发育

### 宝宝的保健和护理

- 136 定时给宝宝做体格检查
- 136 宝宝晚上睡觉为什么爱出汗
- 137 怎样防止宝宝被蚊虫叮咬
- 138 宝宝被蚊虫叮咬后应该怎样处理
- 138 妈妈常背宝宝好吗
- 139 夏季太热，可以给宝宝剃光头吗

### 宝宝的饮食和营养

- 140 饮食平衡才能保证营养均衡
- 141 冲牛奶并非越浓越好

- 141 如何让宝宝接受新食物
- 142 宝宝酷爱吃甜食怎么办
- 142 宝宝咳嗽时不能吃什么食物
- 143 宝宝出牙晚是否该补钙

### 宝宝的早教

- 144 给宝宝讲故事
- 145 爸爸妈妈共同培育宝宝有什么益处
- 145 让宝宝尽可能地爬行
- 146 培养懂礼貌的好宝宝
- 147 扩大宝宝的视野
- 147 刺激宝宝的味觉器官发育
- 148 小心噪声影响宝宝的听力

## Part 8 7~8个月

### 宝宝的身体和感觉发育

- 150 宝宝8个月的身体发育标准
- 150 宝宝的感覺发育
- 151 宝宝的心理发育

### 宝宝的保健和护理

- 153 如何清除宝宝耳屎
- 154 宝宝的抗病力下降

### 宝宝的饮食和营养

- 155 宝宝应适时断奶

- 155 添加固体辅食为断奶作准备
- 156 促进宝宝智力发育的DHA

### 宝宝的早教

- 158 宝宝怯生怎么办
- 158 教宝宝认识灯
- 159 让宝宝感觉轻和重

### 疫苗接种

- 160 接种麻疹疫苗

## Part 9 8~9个月

### 宝宝的身体和感觉发育

- 162 宝宝9个月的身体发育标准
- 162 宝宝的感觉发育
- 163 宝宝的心理发育

### 宝宝的保健和护理

- 164 如何应对宝宝玩“小鸡鸡”
- 164 不要让宝宝和猫、狗等宠物太亲密
- 165 开始给宝宝用学步车
- 166 宝宝用学步车的利与弊
- 166 怎样为学步的宝宝挑选鞋子
- 167 生活习惯会影响宝宝的容貌

### 宝宝的饮食和营养

- 168 如何给宝宝断奶
- 169 错误的断奶方式
- 169 注意宝宝“被动高盐”
- 170 怎样榨果汁保留营养多
- 171 宝宝“上火”怎么办

### 宝宝的早教

- 172 宝宝的音乐智能
- 173 培养宝宝的幽默感
- 173 宝宝学手语

### 疫苗接种

- 175 宝宝疫苗接种

## Part 10 9~10个月

### 宝宝的身体和感觉发育

- 177 宝宝10个月的身体发育标准
- 177 宝宝的感觉发育
- 178 宝宝的心理发育

### 宝宝的保健和护理

- 179 怎样给10个月的宝宝洗澡
- 180 注意宝宝的安全
- 180 如何让宝宝自己坐便盆解大小便
- 181 宝宝肌肉注射后怎么护理

### 宝宝的饮食和营养

- 182 断奶末期怎么喂宝宝

- 182 宝宝断奶后的营养保证
- 183 宝宝恋乳怎么办
- 184 宝宝什么情况下需要补充益生菌
- 184 怎样为宝宝选择好的益生菌
- 185 宝宝营养不良怎么调养

### 宝宝的早教

- 187 对宝宝进行赞赏教育
- 187 教宝宝模仿别人的声音
- 188 观察宝宝的适应性高低
- 189 敲敲打打发展宝宝智力

## Part 11 10~11个月

### 宝宝的身体和感觉发育

- 191 宝宝11个月的身体发育标准
- 191 宝宝的感觉发育
- 192 宝宝的心理发育

### 宝宝的保健和护理

- 193 宝宝睡木板床对身体好
- 193 不要带宝宝到马路边玩
- 194 如何给宝宝喂药
- 194 不要给宝宝滥用止咳糖浆
- 195 带宝宝游泳要注意什么

### 宝宝的饮食和营养

- 196 宝宝可以喝茶吗

- 196 发热的宝宝不宜吃鸡蛋
- 197 宝宝吃汤泡饭好吗
- 197 保护宝宝眼睛应吃什么食物

### 宝宝的早教

- 198 怎么训练宝宝用杯子喝水
- 199 如何训练宝宝自己吃饭
- 200 让宝宝独自玩耍
- 200 给宝宝看他喜欢的图片
- 201 训练宝宝的耐力
- 201 从小培养宝宝的自信心
- 202 教宝宝用形体表现音乐节奏

## Part 12 11~12个月

### 宝宝的身体和感觉发育

- 204 宝宝12个月的身体发育标准
- 204 宝宝的感觉发育
- 205 宝宝的心理发育

### 宝宝的保健和护理

- 206 如何观察宝宝的尿液
- 206 宝宝穿开裆裤好吗
- 207 注意宝宝的玩具卫生
- 208 预防事故的发生
- 208 宝宝肥胖不利于健康成长

### 宝宝的饮食和营养

- 210 宝宝可以经常吃的健脑食物

- 210 如何给宝宝补锌
- 211 宝宝不爱吃蔬菜怎么办
- 212 水果是不是吃得越多越好

### 宝宝的早教

- 213 如何发展宝宝的自我意识
- 213 宝宝为什么爱乱扔东西
- 214 教宝宝和小朋友打招呼
- 215 父母尽量少斥责宝宝

### 疫苗接种

- 216 按时注射乙脑疫苗

## Part 13 12~14个月

### 宝宝的身体和感觉发育

- 218 宝宝的身体发育
- 218 宝宝的感覺发育
- 219 宝宝的心理发育

### 宝宝的保健和护理

- 220 给宝宝称体重的意义
- 220 给宝宝测量身长的意义
- 221 给宝宝建立起生活时间表
- 221 谨防性激素类药物危害宝宝健康
- 222 会走的宝宝喂饭难，怎么办

### 宝宝的饮食和营养

- 223 维护宝宝记忆力的卵磷脂

- 224 保护宝宝甲状腺与智力发育的碘
- 225 如何选择宝宝的营养保健
- 225 如何保证宝宝的营养均衡
- 226 如何培养宝宝良好的饮食习惯
- 226 要怎样注意宝宝饮食安全
- 227 哪些食物有损宝宝大脑发育
- 227 吃鱼能让宝宝更聪明

### 宝宝的早教

- 229 让宝宝早识字好吗
- 229 让宝宝拥有轻松愉快的情绪
- 230 常梳头能健脑
- 231 让宝宝多玩多体验

## Part 14 14~16个月

### 宝宝的身体和感觉发育

- 233 宝宝的身体发育
- 233 宝宝的感覺发育
- 234 宝宝的心理发育

### 宝宝的保健和护理

- 235 适当给宝宝进行冷水浴
- 235 如何让宝宝的牙齿清洁健康
- 236 怎么教宝宝戴帽脱帽、穿脱鞋袜
- 237 怎样教宝宝洗手
- 237 宝宝不爱理发怎么办

### 宝宝的饮食和营养

- 239 给宝宝一个好的就餐环境

- 239 给宝宝适当吃些硬食
- 240 宝宝饮食要注意微量元素的补充
- 240 宝宝爱喝饮料怎么办
- 241 不要给宝宝喝碳酸饮料

### 宝宝的早教

- 242 让宝宝满心欢喜地涂鸦
- 242 宝宝不愿见陌生人怎么办
- 243 宝宝的记忆有什么特点
- 244 不要总用叠词跟宝宝说话
- 245 从小培养宝宝的爱心

### 疫苗接种

- 246 给宝宝接种麻疹疫苗

## Part 15 16~18个月

### 宝宝的身体和感觉发育

- 248 宝宝的身体发育
- 248 宝宝的感覺发育
- 249 宝宝的心理发育

### 宝宝的保健和护理

- 250 如何放手让宝宝活动
- 250 宝宝特别缠人怎么办
- 251 1岁半的宝宝还不会走路怎么办
- 251 应该让宝宝自己选择穿什么衣服吗
- 252 注意预防宝宝口吃

### 宝宝的饮食和营养

- 253 宝宝生病怎样调整饮食
- 253 如何防止宝宝过量进食
- 254 怎样选择适合宝宝的水果

- 254 预防宝宝缺乏矿物质要多吃哪些食物

- 255 宝宝应该怎样吃鸡蛋

### 宝宝的早教

- 256 宝宝的有意注意和无意注意
- 256 如何培养宝宝的有意注意能力
- 257 如何让宝宝树立时间概念
- 258 宝宝语言发育迟缓的原因
- 258 别让小失误影响宝宝智力发育
- 259 重视宝宝感知能力的发展
- 260 培养宝宝的孝心
- 260 读书培养宝宝的语言能力
- 261 鼓励宝宝做家务

### 疫苗接种

- 262 宝宝疫苗接种

## Part 16 18~20个月

### 宝宝的身体和感觉发育

- 264 宝宝的身体发育
- 264 宝宝的感覺发育
- 265 宝宝的心理发育

### 宝宝的保健和护理

- 266 如何给宝宝建立起良好的生活制度
- 267 怎样让宝宝安全舒适地过夏天
- 267 夏季要做好宝宝的降温防暑工作
- 268 不可忽视生活中的小事情

- 268 如何教宝宝正确地擤鼻涕
- 269 宝宝穿多少衣服合适
- 269 宝宝恋物怎么办
- 270 宝宝可以吹空调吗

### 宝宝的饮食和营养

- 271 宝宝饮用酸奶要注意什么
- 272 夏日如何让宝宝吃得好
- 272 几种不好的吃蔬菜方式
- 273 给宝宝零食的原则

## 宝宝的早教

- 274 如何提高宝宝的潜能
- 274 手指运动有利于宝宝健脑

- 275 父母要如何对待宝宝的提问
- 275 让宝宝正确表达复杂的情感
- 276 妈妈如何夸奖宝宝

## Part 17 20~22个月

### 宝宝的身体和感觉发育

- 278 宝宝的身体发育
- 278 宝宝的感覺发育
- 279 宝宝的心理发育

### 宝宝的保健和护理

- 280 宝宝被动吸烟有什么危害
- 281 夜间如何哄宝宝睡觉
- 281 让宝宝不尿床有什么好办法
- 282 宝宝喜欢憋尿怎么办

### 宝宝的饮食和营养

- 283 宝宝宜进食适宜的脂肪食品

- 283 要给宝宝补充适量的糖类
- 284 宝宝挑食、偏食怎么办

### 宝宝的早教

- 286 环境对宝宝的头脑有什么影响
- 286 父母要注意了解宝宝的心理状态
- 287 让宝宝学会分享
- 287 轻松读故事，自然谈论死亡
- 288 妈妈的态度对宝宝的心理发育很关键
- 288 培养宝宝对舞蹈的兴趣
- 289 针对宝宝的性格选择玩具
- 290 正确引导宝宝看动画片

## Part 18 22~24个月

### 宝宝的身体和感觉发育

- 292 宝宝的身体发育
- 292 宝宝的感覺发育
- 293 宝宝的心理发育

### 宝宝的保健和护理

- 294 为什么宝宝有“不理智”的行为
- 295 为宝宝选择好牙膏、牙刷
- 295 如何教宝宝学刷牙
- 296 宝宝喜欢要别人的东西怎么办

- 296 注意防止宠物伤害宝宝

### 宝宝的饮食和营养

- 297 哪些食物对宝宝长高有益
- 297 宝宝为什么会厌食
- 298 容易缺锌的宝宝
- 299 如何给宝宝补锌

### 宝宝的早教

- 300 让玩具成为开发宝宝智力的武器

- 301 开发宝宝左脑的途径与方式
- 301 经常惩罚不利于宝宝性格发展
- 302 父母怎样处罚宝宝合适
- 302 给宝宝探索环境的机会

- 303 如何培养宝宝的情商
- 304 父亲在教育宝宝中的作用
- 304 培养一个善良的宝宝

## Part 19 24~27个月

### 宝宝的**身体和感觉发育**

- 306 宝宝的**身体发育**
- 306 宝宝的**感觉发育**
- 307 宝宝的**心理发育**

### 宝宝的**保健和护理**

- 308 按时间测量宝宝的**身高与体重**
- 309 如何保护宝宝的**肾脏**
- 309 宝宝的**清洁用品和卫生角**的打扫
- 310 带宝宝去看病有什么**学问**

### 宝宝的**饮食和营养**

- 311 如何多方面为宝宝选择**食物**

- 311 宝宝吃蔬菜的**学问**
- 312 宝宝**营养缺乏**有哪些表现
- 312 每次给宝宝吃的东西要**适宜**
- 313 怎样把握宝宝进餐的**心理特点**

### 宝宝的**早教**

- 314 如何让宝宝学习一些**相反的概念**
- 314 宝宝的**观察力**有什么特点
- 315 如何用音乐陶冶宝宝的**性情**
- 316 怎样教宝宝学会用**筷子**
- 317 培养宝宝的**个性创造力**
- 317 父母要注意自己的**行为**

## Part 20 27~30个月

### 宝宝的**感觉和心理发育**

- 319 宝宝的**感觉发育**
- 319 宝宝的**心理发育**

### 宝宝的**保健和护理**

- 320 父母要注意宝宝的**异常消瘦**
- 321 宝宝进行锻炼要遵循什么**原则**
- 321 注意保护宝宝的**视力**

- 322 宝宝**睡眠时间**太长该怎么叫醒

### 宝宝的**饮食和营养**

- 323 如何保证宝宝的**脑营养**
- 323 长期大量服用**葡萄糖**会引起宝宝**厌食**
- 324 宝宝的**早餐**特别重要



## 宝宝的早教

325 “过家家”锻炼宝宝社交能力

326 性别角色的确定

326 性别角色的教育

327 宝宝胆小怎么办

## Part 21 30~33个月

### 宝宝的感觉和心理发育

329 宝宝的感觉发育

330 宝宝的心理发育

### 宝宝的保健和护理

331 防止对宝宝过度保护

331 宝宝该如何打扮

332 宝宝说话滞涩怎么办

333 带宝宝郊游时的注意要点

334 纠正宝宝的不良习惯

### 宝宝的饮食和营养

335 维持食欲、促进消化的B族维生素

336 不饱和脂肪酸有利于宝宝大脑的发育

336 偏胖和偏瘦宝宝的饮食调理

337 怎样让宝宝养成细嚼慢咽的好习惯

### 宝宝的早教

338 宝宝发脾气妈妈怎么办

338 培养宝宝的同情心

339 正确对待宝宝的“第一反抗期”

340 给宝宝一点自由的时间

340 开发宝宝的自然智能

## Part 22 33~36个月

### 宝宝的感觉和心理发育

342 宝宝的感觉发育

342 宝宝的心理发育

### 宝宝的保健和护理

344 带宝宝到游乐场所要注意安全

344 宝宝不宜进行的体育运动有哪些

345 家庭应准备的外用药有哪些

346 注意预防宝宝吃糖上瘾

### 宝宝的饮食和营养

347 宝宝饮食七忌

347 宝宝胃口不好是怎么回事

348 宝宝营养补充常见误区

349 宝宝的肠道卫兵——乳酸菌