

新 版 权 威

第三军医大学第一附属医院 妇产科教授
陈 诚 审定并推荐

专家推荐
读本

婴幼儿 护理 百科全书

东方知语早教育儿中心◎编著

精心打造
您的育儿生活
一书在手 心中无忧

分享专家育婴之道 培养优秀宝宝必备指南

每个宝宝都是父母手心里的宝，每个父母都希望自己拥有一个健康、可爱的宝宝，所以我们从宝宝一出生就要关注他的身体和心理健康，将他抚养成我们心目中的理想宝宝。



中国人口出版社
China Population Publishing House
全国百佳出版单位

专家推荐
读本

婴幼儿 护理

百科全书

东方知语早教育儿中心◎编著



中国人口出版社
China Population Publishing House
全国百佳出版单位

图书在版编目 (CIP) 数据

婴幼儿护理百科全书 / 东方知语早教育儿中心编著.

-- 北京 : 中国人口出版社, 2015.1

ISBN 978-7-5101-3186-8

I. ①婴… II. ①东… III. ①婴幼儿 - 护理 - 基本知识 IV. ①R174

中国版本图书馆CIP数据核字 (2015) 第012219号

婴幼儿护理百科全书



----- 东方知语早教育儿中心 编著 -----

出版发行: 中国人口出版社

印 刷: 北京潮河印刷有限公司

开 本: 710 毫米 × 1000 毫米 1 / 16

印 张: 27

字 数: 280 千字

版 次: 2015 年 1 月第 1 版

印 次: 2015 年 1 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5101-3186-8

定 价: 35.00 元

社 长: 张晓林

网 址: www.rkcbbs.net

电子信箱: rkcbbs@126.com

总编室电话: (010)83519392

发行部电话: (010)83514662

传 真: (010)83515922

地 址: 北京市西城区广安门南街 80 号中加大厦

邮 编: 100054

版权所有 侵权必究 质量问题 随时退换

LOVELY
BABYLOVELY
BABY

致所有年轻的父母

F o r e w o r d

前言

对初为人父人母者来说，新生儿是人生最好的礼物。对新生宝宝来说，父母是他整个世界的中心。您通过本能的触摸、搂抱以及和宝宝的交流，能够为他健康、幸福的生活提供一个良好的开端。本书将告诉爸爸妈妈该如何抚爱、呵护宝宝，怎样与宝宝建立亲密的情感。

“育儿”不是一门精确的科学，好的护理并不存在万能的定式。东方知语早教育儿中心长期关爱着宝宝们的健康成长，我们深知，当爸爸妈妈们掌握了必要的育儿知识后，才能扮演好父母的角色。我们将本书献给普天下的爸爸妈妈们，在婴幼儿护理以及宝宝养育领域提供专业性的科学指导。

本书重点介绍了婴幼儿护理保健知识，特别是婴幼儿护理最新观念、方法和误区。目的是让宝宝的养护尽可能回归自然，例如提倡母乳喂养，尽早到户外活动，利用空气、日光和水使宝宝的身体受到锻炼。在照料的同时，培养宝宝做力所能及的自我服务，逐渐学会自理和自律，鼓励宝宝自己解决遇到的小困难，让他有成就感，有克服困难的承受力和耐力，而不是帮助太多，包办代替，让宝宝样样依赖于人。这是本书中介绍的方法与传统育儿方法的不同之处。

本书还特别讲解了不同月龄宝宝的一些常见育儿误区，提出了婴幼儿预防保健的一些独特见解。本书在每个月龄段都介绍了身体状况的基本指标、家庭护理的新观念、育儿咨询、育儿习俗误区、预防保健、适龄启智游戏和必需玩具等方面的内容。还全面地介绍了实用的育儿知识，如：通过有趣的游戏培养宝宝智能的全面发展；通过自制玩具，让宝宝知道物尽其用，学会如何选择材料、如何善用工具，发挥创造性。

当您捧起这本书的时候，要记住：您比其他人更了解自己的宝宝。通过观察、倾听以及充分相信自己的能力，您一定能够知晓如何利用自己的育儿知识，使宝宝从中获益，天天进步。

编 者



Contents 目录

1 新生儿期

—— 独立生活过渡的关键时期

新生儿常识.....	2	脐、臀部护理	20
新生儿的能力	5	穿衣服.....	21
家庭呵护	7	裹襁褓	22
贪睡的宝宝.....	8	换尿布.....	23
早产儿.....	10	纸尿裤.....	24
初乳	11	尿不湿	26
母乳喂养	12	布尿布、纸尿裤、尿不湿	
哺乳常识	13	的比较.....	28
喂奶	15	给宝宝洗澡.....	29
判断宝宝吃饱没有	15	育儿环境	31
黄疸	17	预防意外	33
五官护理	18	新生女婴的卫生	35
卤门	19	胎痂、马牙和胎记.....	36
保暖	20	防疫常识	37

新生儿早教.....	39
觉醒40分钟.....	40
亲子交流.....	42
新生儿抚触.....	43
俯卧抬头.....	44
新生儿被动操.....	45

认妈妈.....	46
和新生儿交流.....	47
视听训练.....	49
触、嗅觉交流.....	49
智力游戏.....	50

2 婴儿期 (1~12月龄)

—— 生长发育最迅速的时期

婴儿期的宝宝

混沌初开

——1~2月龄.....54

规律生活

——2~3月龄.....56

抬头翻身

——3~4月龄.....59

学会寻找

——4~5月龄.....60

可爱的“小白牙”

——5~6月龄.....62

独坐换手

——6~7月龄.....63

手势表达

——7~8月龄.....64

指认身体

——8~9月龄.....66

“爬”向新世界

——9~10月龄.....69

扶持迈步

——10~11月龄.....71

懵懂渐开

——1岁的宝宝.....75

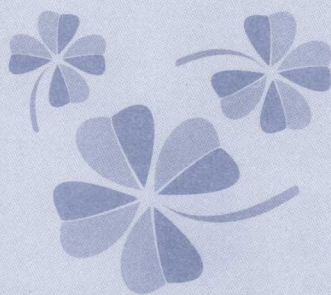


养育知识

按需哺乳	78	脐疝	119
哺乳常识	81	女婴的生殖器保护	120
配方奶	83	男孩的生殖器保健	121
添加食物	86	婴儿湿疹	123
食物过渡期	90	痱子	124
泥糊类食物制作	93	流口水	126
营养不良	94	萌牙期	127
补钙	95	眼睛呵护	130
补充维生素C	96	卧具	135
人工喂养	97	选择衣物	136
哺乳期营养	98	婴儿形体语言	138
哺乳细节	100	婴儿按摩	141
给宝宝喝水	101	夜哭郎	142
鲜果、菜汁家庭制作	103	开裆裤	143
换乳期的营养	105	婴儿车	144
断奶	106	家庭安全细节	147
断奶后的饮食	107	身高、体重规律	148
怎样抱孩子	109	健康细节观察	149
宝宝的睡眠	110	给孩子喂药	152
卫生习惯	112	半岁的孩子易得病	153
排便习惯训练	115	1岁前的免疫	155
摩擦红斑和臀红	117	保护皮肤	157
		误吞异物	158
		家庭测试视觉障碍	160
		睡态辨病	162

给宝宝量体温	163
家庭护理发热	164
乳牙保健和口腔卫生	166

手-眼-脑协调练习	195
认生	197
适应能力锻炼	198
亲子依恋	199
方向感练习	201
感觉能力培养	203
模仿发音	205
语言积累	206
语言学习	208
喜欢敲打的缘由	210
早“涂鸦”好处多	211
“爱”扔东西	212
心理卫生	214
建立是非观	215
语言反射形成	216
自己玩是能力	218
婴儿简易健身	168
爱笑的宝宝聪明	169
组合翻身	171
抚触保健操	172
吃手	174
婴儿期生长发育	176
视听练习	178
学爬	179
学坐	181
翻身	182
换手能力	183
自己用勺子	185
抓握能力	186
指认身体部位	187
爬行	188
独自站立	190
学走路	191
学习手势	194



3 幼儿期 (13~24月龄)

——语言能力发展的关键时期



幼儿期的宝宝

小可爱的“能耐”

——13~18月龄..... 224

玩出新天地

——19~24月龄..... 228



养育知识

膳食营养平衡..... 230

家庭膳食..... 232

自己吃饭..... 233

挑食和偏食..... 236

快乐进餐..... 237

不爱吃菜的话题..... 238

水果、蔬菜都不能少..... 239

选择零食..... 241

晚上不睡的孩子..... 242

睡眠问题..... 243

盖被子..... 246

学刷牙..... 248

脚和鞋子..... 249

护肤品..... 250

保护耳朵..... 251

防止肘脱臼..... 252

儿童家具..... 252

玩具与安全..... 254

防范意外..... 255

日常安全..... 257

教会孩子认识危险..... 258

户外活动..... 261

带孩子出游..... 262

家庭自助体检..... 263

辨识疾病苗头..... 268

幼儿用药剂型..... 270

家庭常备药箱..... 272

选用非处方药品..... 273

意外伤害应对	274
创伤处理	277



体能与早教

什么是感觉统合	279
体商概念	281
动作能力	284
手指锻炼	285
爬楼梯	288
自理能力	289
自己学穿脱衣服	290
自己吃饭	291
心理卫生	293

模仿是能力	294
“儿化语”和规范语言	296
学计数	298
说话	300
自我意识	301
动手益智	304
爱“惹事”的年龄	305
注意力	306
记忆力	307
培养数字概念	309
空间方位概念	311
和小朋友们相处	311
对任性的矫正	312
保护童心	314

4 幼儿期 (25~36月龄)

——模仿能力发展最快的时期



幼儿期的宝宝

认知世界

——25~30月龄.....318

“淘”出个性

——31~36月龄.....322



养育知识

营养保障	325
良好饮食习惯	327
孩子的营养	330
零食问题	331
为孩子挑食	332
愉快就餐	333
用筷子的技巧	334
孩子口味重	337
吃糖要适量	339
家庭环境	341
深度睡眠	342
分床独睡	344
选择内衣	346
为孩子洗衣服	347
洗头的难题	348
刷牙习惯	349
打扮孩子	350
爱护玩具	351
玩具安全	352
安全教育	355
生长性疼痛	356
流鼻血	357

惊睡症	359
斜视	360
弱视及早发现	361
意外受伤处理	363
毒虫蜇伤处理	365
受刺激“晕倒”	366
体质较弱的孩子	367
抗菌与防病	368
预防免疫	369
健康评估	369



体能与早教

耐寒锻炼	371
生活自理	372
探索的兴趣	375
平衡训练	376
练跑	377
学双脚跳跃	378
口齿不清	380
口吃矫正	381
动手是能力	382
弹跳训练	384
运动健身	384
适应环境	387

和小朋友相处	388	形成自信	404
“反抗期”到来	389	学会自我肯定	405
学习口语	391	同情心培养	408
良好的亲子依恋	393	惧怕心理	409
情感交际练习	394	幼儿的情绪特征	410
启发思考	396	阅读兴趣	411
认知能力	397	懂礼貌	412
掌握代名词“我”	398	仪态养成	413
人格形成	399	懂得男女有别	414
创造力培养	400	体罚的后果	415
发现天赋	402	懂得珍惜	416
好奇心	403	视觉空间智能	418







新生儿常识



新生儿概念

从出生后算起，生长到第28天的宝宝称为新生儿，俗称“月月娃”，指满月以前的宝宝。从在母体怀孕算起，胎龄怀满或超过37周、初生体重在2500克以上的新生儿均属正常。在母体中怀孕不足37周而出生的孩子，一般称为早产儿，也叫未成熟儿。

怀孕满37周，体重不足2500克的孩子，称为足月小样儿，也叫低体重儿。

新生儿的正常指标：体重为2500~4000克；身长为47~53厘米；头围为33~34厘米；坐高（颅顶至臀底）约33厘米；呼吸每分钟40次；心率每分钟120~140次。



健康参考指标

排便，头两天大便呈黑绿色黏冻状，无气味。喂奶后逐渐转为金黄色或浅黄色。

排尿，出生后24小时内开始排尿。

体温，出生体温37~37.5℃为正常。

反射能力，出生后有觅食、吸吮、伸舌、吞咽及拥抱等反射。

视觉，照射光能引起眼睛的反应。从第2个月开始视线会追随活动的玩具。

听觉，出生后3~7天听觉逐渐增强，听见响声可引起眨眼等动作。



与新生儿亲密接触

从医院产科刚刚接回家来的新生儿，应该从头到脚做一次详细的全身检查：头部有没有肿块（头颅血肿），全身是否有畸形，四肢是否能自如活动等。

新生儿皮肤柔软，如果面颊、四肢或躯干皮肤发硬，伴有全身发凉、体温不升，必须及时就医。新生儿出生后2~3天出现黄疸，约1

周退净，属于正常情况。如果出生后24小时内出现黄疸，或者黄疸持续2周还未消退，均属不正常情况，应当找医生诊治。观察黄疸时，应当用手轻轻按压孩子的皮肤，看皮肤是否发黄。

另外，还应当观察尿和眼泪是否发黄、或染黄尿布、毛巾，注意大便是否发白（呈白墙土色），有上述情况均提示新生儿已出现黄疸。

新生儿呼吸较表浅、快而稍不规则。如果宝宝的呼吸明显不规则，次数明显加快或伴有口周、鼻根部发青，鼻翼歛动等，则提示孩子可能有呼吸系统疾病。

新生儿出生后10~12小时开始排泄黑绿色胎便，3~4天以后慢慢排正常粪便。如果出生后24小时不排便或者3~4天后突然排泄黑便、鲜血便或稀水样粪便，则提示孩子可能有消化道畸形、出血或肠道感染，要及时就医。

新生儿出生后约6小时排尿，也有延迟到第二天排尿的，如果24小时内未排尿，则要引起注意。排尿次数增多、每次尿量较多、伴有吃奶不好或有水肿，也应当及时就医。



新生儿养护要点

早开奶，早吸吮，早接触母亲；
要给孩子吃初乳，母乳喂养好；
护理好新生儿脐部，预防肺炎；
与孩子多接触，多抱，多抚摸；
继续给宝宝听胎教音乐；
与宝宝多说话，要懂得孩子的哭声所表达的意思；
出生后接种卡介苗和乙肝疫苗；
满月后要做常规体检。



生理反射能力

刚刚出生的新生儿，具有一些先天性反射功能，既是宝宝成长以后形成条件反射的重要基础，又可作为新生儿神经系统发育的检查标准。

觅食反射。母亲用手指头抚弄一下宝宝的面颊，孩子会转头张嘴，开始吸吮动作，准备吸吮乳汁。这种反射出生后半小时就会出现。

抓握反射。碰到宝宝的手掌时，会握紧拳头。这种反应到1周岁后才消失，可以用来检查和判断孩子的神经系统发育是否成熟。

惊跳反射。这是一种全身动作，在新生儿躺着时最清楚。突如其来的刺激，例如较大的声音，宝宝的双臂会伸直，手指张开，背部伸展或弯曲，头朝后仰，双腿挺直。这种反射一般要到3~5个月时消失，如果不消失，则有可能神经系统发育不成熟。

强直性颈部反射。新生儿躺着时，头会转向一侧，摆出击剑者的姿势，伸出宝宝喜欢的一边手臂和腿，屈曲另一边手臂和腿。这种反射功能，在胎龄28周时就出现了。

巴宾斯基反射。碰到新生儿的小脚心，脚趾会张开成扇形，脚会朝里弯曲。6个月以后这种反射会消失。

踏步反射。托住新生儿腋下，让脚板接触平面，宝宝就会做迈步的姿势，好像要向前走。这种反射会在8周左右消失。

蜷缩反射。当新生儿缩起脚背碰到平面边缘时，会做出与小猫动作相似的蜷缩动作，这种反射在8周左右消失。

视觉、颈部反射。眼前闪过亮光时，宝宝会扭转颈部，尽力避开亮光。





新生儿的能力

新生儿出生之后，除了拥有数十种先天性条件反射能力之外，还具有视觉、听觉、嗅觉等多种感觉能力。换句话说，造化之初，小家伙就具备了很多种与生俱来的本领。因此，充分发展和训练这些能力，就是早期教育的启动。

PART

1

5

新生儿期——独立生活过渡的关键时期



视觉能力

新生儿对类似人脸图形的兴趣，超过别的复杂图形。要使新生儿看清物体，则应把物体放在距眼20厘米左右处。

新生儿觉醒时，持一只红球距宝宝的脸约10厘米处轻轻晃动。在宝宝看到后，慢慢移动红球，宝宝的眼能追随红球移动的方向。

给宝宝看妈妈的脸时，可以说话或不说话。宝宝注视妈妈后，慢慢移动头宝宝会不同程度地转动眼和头部，追随妈妈脸移动的方向。90%以上新生儿都有这种能力。新生儿会追随移动东西看，是大脑功能正常的表现。



听觉能力

新生儿对声音有定向力。用一只装有豆粒的小塑料盒，在婴儿看不到的耳朵旁边轻轻地摇动，发出柔和的咯咯的声音，新生儿表情会显得警觉起来，眼转向小盒的方向，用眼睛寻找声源。在另一侧耳边摇动小盒，会转向另一侧。宝宝不爱听尖锐、过强的音响，当听到噪声时，头会向相反方向转动，或以哭表示拒绝噪声干扰。



嗅觉、味觉和触觉

在第5天时，宝宝能区别自己的乳母和别的母亲奶汁的气味。新生儿触觉很敏感，有的宝宝哭闹时，