



0~1SUI KEXUE YUER YITIAN YIYE

彩色
图解版



给0~1岁宝宝
最科学的照顾!

sina 新浪亲子
baby.sina.com.cn

新浪亲子频道独家推荐阅读

0~1岁科学育儿

一天一页

中日联谊医院
儿科主任、教授 赵学良◎主编

全面呵护宝宝健康每一天

一天一页，轻松掌握育儿要领

科学准确的育儿知识，280天的贴心陪伴

育儿是一个边学边用的过程，实际经验的积累很重要

吉林出版集团
吉林科学技术出版社



sina 新浪亲子
baby.sina.com.cn

新浪亲子频道独家推荐阅读

0~1SUIKEXUEYUERYITIANIYE

科学育儿 一天一页

中日联谊医院
儿科主任教授 赵学良◎主编



吉林出版集团
吉林科学技术出版社

常州大学图书馆
藏书章



图书在版编目 (CIP) 数据



0~1岁科学育儿一天一页 / 赵学良主编. — 长春:
吉林科学技术出版社, 2010.8
ISBN 978-7-5384-4906-8

I. ①0… II. ①赵… III. ①婴幼儿—哺育—基本知识
IV. ①TS976.31

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 136889 号



科学育儿一天一页



主 编 赵学良
出 版 人 张瑛琳
责任编辑 宛 霞 端金香 晋 欣
模特宝宝 小 宇 解 然 徐心澄 魏安然 初子元 曾悦宸
赵俊博 赵娉含 张铂昊 张林若臣 niki

封面设计 长春市一行平面设计有限公司
制 版 长春市一行平面设计有限公司
开 本 880mm×1230mm 1/16
字 数 300千字
印 张 18
印 数 1—13000册
版 次 2010年9月第1版
印 次 2010年9月第1次印刷

出 版 吉林出版集团
吉林科学技术出版社
发 行 吉林科学技术出版社
地 址 长春市人民大街4646号
邮 编 130021

发行部电话/传真 0431-85635177 85651759 85651628
85677817 85600611 85670016

储运部电话 0431-84612872
编辑部电话 0431-85674016 85635186
网 址 www.jlstp.net
印 刷 延边新华印刷有限公司

书 号 ISBN 978-7-5384-4906-8
定 价 38.00元

如有印装质量问题可寄出版社调换
版权所有 翻印必究 举报电话: 0431-85635185



CONTENTS



PART 1



第一个月

- 001 天** 终于等到你了, 我的宝宝 16
——尽早给宝宝开奶
- 002 天** 宝宝我们来接种疫苗 17
——宝宝的安全守护者
- 003 天** 宝宝快来洗澡啦 18
——给宝宝洗澡的方法
- 004 天** 宝宝我们可以回家啦 19
——如何照顾出院后的宝宝
- 005 天** 属于新生儿的特有现象 20
——充分了解自己的宝宝
- 006 天** 给宝宝最好的食物 21
——母乳喂养姿势
- 007 天** 如何才能让宝宝吃好母乳 22
——定时喂奶还是按需喂奶
- 008 天** 随时都要让宝宝吃好 23
——母乳哺乳的注意事项
- 009 天** 吃不到母乳怎么办 24
——什么样的母亲适合喂母乳
- 010 天** 宝宝, 妈妈给你冲奶粉 25
——冲泡奶粉的方法
- 011 天** 我的宝宝你吃饱了吗 26
——判断宝宝是否吃饱的标准
- 012 天** 妈妈自身健康也重要 27
——妈妈要保护好乳房

- 013 天** 宝宝这样的时候, 妈妈不担心 28
——关于新生儿的“假病征”
- 014 天** 宝宝你喜欢什么样的尿布啊 29
——如何给宝宝挑选尿布
- 015 天** 要给宝宝穿衣服喽 30
——给新生儿穿衣服的要领
- 016 天** 宝宝你睡得真香啊 31
——宝宝的睡眠有讲究
- 017 天** 妈妈给宝宝擦香香喽 32
——如何给宝宝挑选护肤品
- 018 天** 有趣的宝宝“气质” 33
——根据宝宝性格培养宝宝
- 019 天** 宝宝发热、腹泻, 妈妈好心疼 34
——如何应对宝宝发热、腹泻
- 020 天** 宝宝有红屁股了 35
——尿布疹的防治措施
- 021 天** 宝宝虽小, 也有社交 36
——从出生开始培养宝宝的社交能力
- 022 天** 这些问题不是问题 37
——科学应对宝宝的情况
- 023 天** 宝宝的第一堂早教课 38
——重视宝宝的早期教育
- 024 天** 未满月的宝宝也要锻炼 39
——发展宝宝的大动作能力
- 025 天** 宝宝的精细动作要发展 40
——训练宝宝的精细动作能力
- 026 天** 宝宝的思维这样来扩展 41
——扩展宝宝思维的方法





027天	可以给宝宝拍照吗.....42
	——给宝宝拍照的注意事项
028天	宝宝这样需要入院检查吗.....43
	——宝宝脐疝和紫绀怎么办
029天	宝宝要小心“病从口起”.....44
	——宝宝的口腔清洁
030天	宝宝的1个月总结.....45
	——满月宝宝发育状况



第二个月.....

031天	满月就平安了吗.....48
	——满月宝宝其他注意事项
032天	2月的宝宝生长标准早知道.....49
	——2个月的宝宝发育标准
033天	宝宝比刚出生的时候能吃啦.....50
	——2个月的宝宝喂养须知
034天	宝宝这个月的智能有进步哦.....51
	——2个月宝宝的智能发育状况
035天	妈妈今天带你去健康体检.....52
	——2个月宝宝的体检项目
036天	1~2个月的宝宝要接种的疫苗..53
	——2个月的宝宝需要接种的疫苗

037天	宝宝皮肤有异样.....54
	——如何防治婴幼儿奶癣
038天	该怎么给宝宝选购婴儿用品呢..55
	——给宝宝挑选用品的注意事项
039天	宝宝应住在什么样的环境中.....56
	——宝宝的居住环境
040天	每天都干干净净.....57
	——如何帮宝宝剪指甲、洗头
041天	宝宝满月后的穿衣护理.....58
	——如何为宝宝清洗、收纳衣物
042天	可以带宝宝外出散步啦.....59
	——带宝宝外出的必备物品
043天	宝宝和妈妈说说话吧.....60
	——2个月宝宝的语言能力
044天	2个月的宝宝运动能力有进步....61
	——2个月宝宝的运动能力训练
045天	妈妈给宝宝做按摩喽.....62
	——抚触促进亲子关系
046天	妈妈和宝宝一起做游戏.....63
	——2个月宝宝可以做的游戏
047天	宝宝补钙问答(一).....64
	——婴幼儿补钙常识



CONTENTS



048天 宝宝补钙问答(二)65
——婴幼儿补钙常识

049天 宝宝你需要维生素K吗66
——防止宝宝患晚发性维生素K缺乏症

050天 宝宝可以到处爬爬走走了67
——宝宝的各種反射能力

051天 妈妈吃的对,才有好奶水68
——乳母的饮食注意事项

052天 宝宝已经会爬和走了69
——为宝宝的爬行创造条件

053天 宝宝害怕了吗70
——宝宝一惊一乍是怎么回事

054天 妈妈生病了怎么办71
——妈妈病了如何照顾宝宝

055天 宝宝睡得好才能长得壮72
——令宝宝不醒夜的方法

056天 宝宝发现了我的手73
——玩手促进手眼协调

057天 宝宝快快学说话74
——小游戏锻炼宝宝的语言能力

058天 小游戏锻炼宝宝知觉能力75
——2个月宝宝的知觉能力开发

059天 2个月的宝宝早教这样教76
——2个月宝宝的早教

060天 宝宝的2个月总结77
——2个月宝宝的发育状况



PART 3

第三个月



061天 宝宝又要打针了80
——3个月的宝宝健康护理事项

062天 这个时期的宝宝要吃什么81
——如何喂养本月宝宝

063天 多喝果汁益处多82
——果汁补充维生素C

064天 宝宝咱们翻个身吧83
——宝宝翻身训练

065天 妈妈抱抱84
——6种抱宝宝的方法

066天 宝宝的排泄正常吗85
——从排便看健康

067天 宝宝的胎记会退掉吗86
——胎记的特点及处理方法

068天 玩玩具令宝宝更聪明87
——玩具对宝宝成长的意义

069天 宝宝眼里的颜色88
——教宝宝认识颜色

070天 宝宝开始“认人”啦89
——宝宝识别能力发展

071天 宝宝为何爱“吃”手指90
——如何应对宝宝吃手指

072天 秃头的小宝宝91
——防治宝宝“枕秃”



073天	给宝宝擦屁屁.....92	——宝宝生殖器卫生要注意
074天	宝宝白天不爱睡觉了.....93	——3个月宝宝的作息時間
075天	宝宝的体会“发声”.....94	——宝宝身体发声的含义
076天	多多接触大自然.....95	——大自然给宝宝最好的教育
077天	宝宝的世界有了颜色.....96	——利用颜色影响宝宝智力
078天	爱笑的宝宝更聪明.....97	——笑能开发宝宝智力
079天	小小宝宝也要听音乐.....98	——音乐是开启宝宝心灵的钥匙
080天	调整宝宝的生物钟.....99	——尽早培养宝宝的规律作息
081天	宝宝这是在说话吗.....100	——宝宝的第一次“发声”
082天	宝宝来认识一下大家.....101	——教宝宝认人和物
083天	来和宝宝做游戏.....102	——用游戏开发宝宝智力
084天	“呼吸暂停”别害怕.....103	——了解宝宝屏气综合征

085天	宝宝生病要注意.....104	——宝宝脑膜炎的防治措施
086天	宝宝哪种睡姿好.....105	——了解宝宝的睡姿
087天	宝宝便秘怎么办.....106	——缓解宝宝便秘的方法
088天	宝宝也要擤鼻子.....107	——给宝宝清理鼻腔的方法
089天	宝宝缺锌缺铁怎么办.....108	——如何补充锌和铁
090天	宝宝的三个月总结.....109	——3个月宝宝的发育状况



第四个月.....

091~092天	宝宝可以吃辅食了.....112	——给宝宝准备辅食
093~094天	宝宝怎么吃辅食.....113	——不同阶段喂辅食的原则
095~096天	宝宝最爱吃辅食.....114	——辅食添加方法先知道
097~098天	吃辅食有讲究.....115	——添加辅食的注意事项
099~100天	妈妈给宝宝做辅食.....116	——3个月宝宝的辅食菜谱

CONTENTS



101~102 天 时刻关注宝宝 117

——警惕宝宝周边的危险

103~104 天 宝宝乘车要注意 118

——安全座椅的选择及安装

105~106 天 4个月宝宝的健康护理 119

——宝宝这个月要接种的疫苗提醒

107~108 天 提防宝宝过度肥胖 120

——婴儿过度肥胖的危害

109~110 天 做做运动身体好 121

——宝宝的肢体运动与动作训练

111~112 天 好想早点叫妈妈 122

——宝宝快速学说话的小游戏

113~114 天 宝宝快看 123

——宝宝的视觉发育有进步

115~116 天 和宝宝一起做亲子游戏 124

——促进亲子关系的游戏

117~118 天 总爱流口水的宝宝 125

——流口水的卫生护理

119~120 天 宝宝的4个月总结 126

——4个月宝宝的发育状况



PART 5



第五个月

121~122 天 宝宝这个月吃什么 130

——如何喂养5个月宝宝

123~124 天 宝宝爱吃妈妈爱买 131

——如何给宝宝选购米粉

125~126 天 宝宝虽小餐具不少 132

——漂亮的辅食餐具

127~128 天 巧计量轻松给宝宝做辅食 133

——食物的大致测量方法

129~130 天 宝宝吃软不吃硬 134

——宝宝的辅食软硬程度大测试

131~132 天 给宝宝做好吃的辅食喽 135

——5个月宝宝的辅食菜谱

133~134 天 宝宝不爱睡觉怎么办 136

——哄逗宝宝睡觉的方法

135~136 天 注意宝宝的健康 137

——宝宝的健康小提醒

137~138 天 如何让宝宝伶牙俐齿 138

——5个月宝宝的语言训练

139~140 天 宝宝快来认识一下 139

——让宝宝顺利度过“认生期”

141~142 天 宝宝吃手怎么办 140

——宝宝吃手的利与弊

143~144 天 手巧才能心灵 141

——锻炼宝宝手部运动的小游戏



- 145~146天** 宝宝湿漉漉..... 142
——宝宝汗多正常吗
- 147~148天** 我的宝宝真聪明..... 143
——激发宝宝脑潜能的亲子游戏
- 149~150天** 宝宝的5个月总结..... 144
——5个月宝宝的发育状况



第六个月.....

- 151~152天** 宝宝的天然免疫要用光了... 148
——坚持母乳喂养
- 153~154天** 培养用餐习惯..... 149
——辅食喂养注意事项
- 155~156天** 宝宝开始长牙喽..... 150
——出牙期的呵护

- 157~158天** 宝宝喝奶变少啦..... 151
——逐渐添加辅食
- 159~160天** 妈妈上班啦，宝宝吃什么... 152
——上班族妈妈如何保存母乳
- 161~162天** 宝宝的辅食变花样..... 153
——妈妈学做新辅食
- 163~164天** 宝宝的耳鼻要注意..... 154
——如何应对小儿中耳炎和鼻出血
- 165~166天** 宝宝生病吃对药..... 155
——慎用抗生素
- 167~168天** 宝宝生气怎么办..... 156
——哄逗宝宝开心的方法
- 169~170天** 宝宝爱哭是不是退步了..... 157
——学会读懂宝宝的哭声
- 171~172天** 宝宝的指甲在变化..... 158
——看指甲知健康
- 173~174天** 撕纸也要多多鼓励..... 159
——小动作锻炼宝宝精细动作能力
- 175~176天** 宝宝快快玩玩具..... 160
——用玩具开发宝宝的智力
- 177~178天** 宝宝不会走要穿鞋吗..... 161
——宝宝应该选择什么样的鞋
- 179~180天** 宝宝的6个月总结..... 162
——6个月宝宝的发育状况



CONTENTS



PART 7



第七个月

- 181~182天 宝宝饮食有变化 166
——长牙期的营养需求
- 183~184天 安全问题上日程 167
——防止宝宝发生意外
- 185~186天 宝宝胃口大开 168
——如何喂养本月龄宝宝
- 187~188天 宝宝最爱色香味 169
——多种辅食的做法
- 189~190天 宝宝生活有规律 170
——照顾宝宝的小贴士
- 191~192天 巧手又添新本事 171
——手的动作更加灵活
- 193~194天 宝宝不怕啊 172
——帮宝宝走出怕生心理



- 195~196天 会爬的宝宝这样玩 173
——7个月宝宝的亲子游戏

- 197~198天 聪明妈妈巧帮宝宝磨牙 174
——自制磨牙棒

- 199~200天 宝宝多听听多说说多看看 ... 175
——7个月宝宝的语言与视、听觉能力

- 201~202天 宝宝夜晚不安睡 176
——宝宝夜里发病怎么办

- 203~204天 宝宝是手语专家 177
——先会手语，再学说话

- 205~206天 发热成了“家常便饭” 178
——如何正确对待宝宝发热

- 207~208天 不要过早学走路 179
——保护宝宝的骨骼

- 209~210天 宝宝的7个月总结 180
——7个月宝宝的发育状况

PART 8



第八个月

- 211~212天 宝宝还没喝够母乳 184
——不要给宝宝断奶
- 213~214天 给宝宝擦脸有门道 185
——清洁宝宝的眼、耳
- 215~216天 宝宝健康小常识 186
——宝宝盗汗、斜视、惊厥怎么办



PART 9



第九个月

- | | |
|--|---|
| 217~218 天 给宝宝喂饭有窍门 187
——培养宝宝健康的饮食习惯 | 241~242 天 宝宝聪明好帮手 202
——为宝宝补充DHA |
| 219~220 天 示指已经开始蠢蠢欲动了... 188
——宝宝手部灵活动作训练 | 243~244 天 宝宝也会“挑肥拣瘦” 203
——宝宝挑食怎么办 |
| 221~222 天 宝宝爬爬更健康 189
——爬行促进宝宝大脑发育 | 245~246 天 宝宝和水果做朋友 204
——宝宝要多吃水果才更健康 |
| 223~224 天 宝宝吃药并不难 190
——让宝宝乖乖吃药的好办法 | 247~248 天 宝宝爱吃的水果辅食 205
——妈妈学做水果辅食 |
| 225~226 天 宝宝会不会贫血 191
——预防贫血从现在开始 | 249~250 天 长牙的宝宝什么样 206
——照顾出牙宝宝的方法 |
| 227~228 天 和宝宝沟通无障碍 192
——学会宝宝的“手语” | 251~252 天 宝宝生活料理有一套 207
——宝宝生活环境及必备物品 |
| 229~230 天 宝宝想想为什么 193
——和宝宝做一些开发智力的小游戏 | 253~254 天 长疹子是怎么回事 208
——如何应对宝宝突发性疹症 |
| 231~232 天 宝宝要自食其力 194
——鼓励宝宝独立进食 | 255~256 天 牙牙学语有成效 209
——宝宝能够连续发音了 |
| 233~234 天 吃的花样越来越多 195
——妈妈学做新辅食 | 257~258 天 宝宝需要好朋友 210
——如何让宝宝合群 |
| 235~236 天 宝宝健康Q&A 196
——夏季宝宝健康提醒 | 259~260 天 宝宝虽小也要孔融让梨 211
——如何让宝宝学会分享 |
| 237~238 天 和太阳公公做好朋友 197
——持之以恒晒太阳 | 261~262 天 穿衣戴帽自己动手 212
——锻炼宝宝自己穿衣服的能力 |
| 239~240 天 宝宝的8个月总结 198
——8个月宝宝的发育状况 | 263~264 天 宝宝要与人多交往 213
——培养宝宝的交往能力 |

CONTENTS



265~266天 小手小脚动起来 214
——宝宝的精细动作训练

267~268天 照照镜子认识自己 215
——宝宝“识五官”能力开发

269~270天 宝宝的九个月总结 216
——9个月宝宝的发育状况



第十个月

271~272天 宝宝睡觉有声响 220
——如何应对宝宝磨牙

273~274天 宝宝出门玩去喽 221
——带宝宝外出旅行的注意事项

275~276天 宝宝需要穿多暖 222
——宝宝的保暖护理小窍门

277~278天 宝宝营养够不够 223
——提防宝宝营养过剩

279~280天 多样化膳食喂出健康宝宝 ... 224
——合理规划宝宝的饮食

281~282天 “危机四伏”的生活环境 ... 225
——宝宝的安全防范措施

283~284天 宝宝这个月吃什么 226
——如何喂养本月龄宝宝

285~286天 营养丰富的辅食菜谱 227
——妈妈学做好吃辅食

287~288天 宝宝要学走，先学站 228
——宝宝的站立运动训练

289~290天 宝宝什么时候才会走 229
——如何让宝宝学会走路

291~292天 宝宝的角色扮演 230
——语言和认知结合练习

293~294天 做个聪明的好宝宝 231
——宝宝认知教育与生活行为

295~296天 亲子游戏好处多 232
——和宝宝多做亲子游戏

297~298天 宝宝感觉到了吗 233
——宝宝的感官训练

299~300天 宝宝的十个月总结 234
——10个月宝宝的发育状况



第十一个月

301~302天 宝宝“补不补” 238
——如何正确为宝宝补充营养

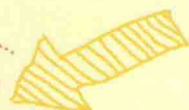
303~304天 我们一起吃饭 239
——与宝宝一同用餐

305~306天 宝宝最爱出去玩 240
——带宝宝外出的必备用品

307~308天 宝宝越大生病越怕 241
——本月龄宝宝健康提醒

309~310天 做个好爸爸、好妈妈 242
——如何做合格的父母





311~312天	宝宝可以吃粥啦.....	243
	——妈妈学做本月辅食	
313~314天	宝宝的第一步.....	244
	——鼓励宝宝迈出第一步	
315~316天	蹒跚学步成绩可人.....	245
	——勇敢迈出第一步	
317~318天	宝宝有个性.....	246
	——宝宝的情绪与生活习惯的培养	
319~320天	宝宝的视听进步飞快.....	247
	——宝宝的视听觉训练	
321~322天	语言爆发期来啦.....	248
	——培养宝宝的语言能力	
323~324天	宝宝动动脑.....	249
	——培养宝宝的思维能力小游戏	
325~326天	光脚走路更健康.....	250
	——促进脚底发育的好方法	
327~328天	宝宝就爱瞎捣乱.....	251
	——宝宝对游戏有偏爱	
329~330天	宝宝11个月的总结.....	252
	——11个月宝宝的发育状况	



第十二个月

331~332天	宝宝的玩具有讲究.....	256
	——买玩具需要注意的事项	
333~334天	预防断奶不适应.....	257
	——少食多餐最合理	

335~336天	断乳期的美味辅食.....	258
	——妈妈学做新辅食	
337~338天	宝宝虽小，学习也重要.....	259
	——宝宝阅读识字训练	
339~340天	小小宝宝自我意识也很强... ..	260
	——关注宝宝心理健康	
341~342天	宝宝任性不乖哦.....	261
	——如何教育任性的宝宝	
343~344天	做个开朗快乐的好宝宝.....	262
	——宝宝社交与认知能力的培养	
345~346天	宝宝要说清楚哦.....	263
	——纠正宝宝错误发音	
347~348天	宝宝大叫有原因.....	264
	——理解宝宝的心情	
349~350天	大小动作齐上阵.....	265
	——锻炼宝宝大动作和精细动作能力	
351~352天	宝宝都能自己来.....	266
	——训练宝宝的思维及动手能力	
353~354天	宝宝挑食可不好.....	267
	——如何照顾挑食宝宝	
355~356天	宝宝越大越好带.....	268
	——周岁宝宝护理要点	
357~358天	宝宝成长必不可少.....	269
	——宝宝益智的好玩具	
359~360天	宝宝的周岁总结.....	270
	——12个月宝宝的发育状况	





sina 新浪亲子
baby.sina.com.cn

新浪亲子频道独家推荐阅读

0~1SUIKEXUEYUERYITIANIYE

科学育儿 一天一页

中日联谊医院
儿科主任教授 赵学良◎主编



吉林出版集团
吉林科学技术出版社



图书在版编目 (C I P) 数据



0~1岁科学育儿一天一页 / 赵学良主编. — 长春 :
吉林科学技术出版社, 2010.8
ISBN 978-7-5384-4906-8

I. ①0… II. ①赵… III. ①婴幼儿—哺育—基本知识
IV. ①TS976.31

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 136889 号



科学育儿一天一页



主 编 赵学良
出 版 人 张瑛琳
责任编辑 宛 霞 端金香 晋 欣
模特宝宝 小 宇 解 然 徐心澄 魏安然 初子元 曾悦宸
赵俊博 赵娉含 张铂昊 张林若臣 niki

封面设计 长春市一行平面设计有限公司
制 版 长春市一行平面设计有限公司
开 本 880mm×1230mm 1/16
字 数 300千字
印 张 18
印 数 1—13000册
版 次 2010年9月第1版
印 次 2010年9月第1次印刷

出 版 吉林出版集团
吉林科学技术出版社
发 行 吉林科学技术出版社
地 址 长春市人民大街4646号
邮 编 130021

发行部电话/传真 0431-85635177 85651759 85651628
85677817 85600611 85670016

储运部电话 0431-84612872
编辑部电话 0431-85674016 85635186
网 址 www.jlstp.net
印 刷 延边新华印刷有限公司

书 号 ISBN 978-7-5384-4906-8
定 价 38.00元

如有印装质量问题可寄出版社调换
版权所有 翻印必究 举报电话: 0431-85635185



前言

宝宝从出生到一周岁的发育情况、喂养方法、教养特点及能力发展都是家长们最关心也是最棘手的问题。本书为你详细地介绍了宝宝成长发育的各项指标，所取的是我国儿童发育状况统计的平均值。但孩子在一岁以内的发育是很快的，每个孩子都有自己的发育时间表。孩子个头有大有小，吃得有多有少，睡得有长有短，因而各项数字仅供参考，不是孩子必须达到的数值。同样，智能发展也存在相同的问题，虽然本书是按天编排的，但读者在使用时，不要死搬教条，只要循序渐进即可。

是否使用一次性纸尿裤？如何给宝宝洗澡？分析宝宝哭闹的原因。给宝宝买什么衣服？多少件合适？宝宝需要用什么样的洗护用品？生活方式的改变。什么时候可以恢复正常的体育锻炼？什么时候返回工作岗位？怎么能知道宝宝吃饱了呢？怎么判断宝宝真的得病了？通过阅读本书，你就能找到以上问题的答案！

在本书中，我们致力于使父母与婴儿建立起爱和支持的关系。充满温馨的家使儿童活泼可爱，父母的支持与鼓励，使婴儿敢于尝试学习，并感受到内心的快乐，这种心理体验将使他把学习视为享乐，终生受益。



CONTENTS



第一个月

- 001 天** 终于等到你了, 我的宝宝 16
——尽早给宝宝开奶
- 002 天** 宝宝我们来接种疫苗 17
——宝宝的安全守护者
- 003 天** 宝宝快来洗澡啦 18
——给宝宝洗澡的方法
- 004 天** 宝宝我们可以回家啦 19
——如何照顾出院后的宝宝
- 005 天** 属于新生儿的特有现象 20
——充分了解自己的宝宝
- 006 天** 给宝宝最好的食物 21
——母乳喂养姿势
- 007 天** 如何才能让宝宝吃好母乳 22
——定时喂奶还是按需喂奶
- 008 天** 随时都要让宝宝吃好 23
——母乳哺乳的注意事项
- 009 天** 吃不到母乳怎么办 24
——什么样的母亲适合喂母乳
- 010 天** 宝宝, 妈妈给你冲奶粉 25
——冲泡奶粉的方法
- 011 天** 我的宝宝你吃饱了吗 26
——判断宝宝是否吃饱的标准
- 012 天** 妈妈自身健康也重要 27
——妈妈要保护好乳房
- 013 天** 宝宝这样的时候, 妈妈不担心 .. 28
——关于新生儿的“假病征”
- 014 天** 宝宝你喜欢什么样的尿布啊 29
——如何给宝宝挑选尿布
- 015 天** 要给宝宝穿衣服喽 30
——给新生儿穿衣服的要领
- 016 天** 宝宝你睡得真香啊 31
——宝宝的睡眠有讲究
- 017 天** 妈妈给宝宝擦香香喽 32
——如何给宝宝挑选护肤品
- 018 天** 有趣的宝宝“气质” 33
——根据宝宝性格培养宝宝
- 019 天** 宝宝发热、腹泻, 妈妈好心疼 .. 34
——如何应对宝宝发热、腹泻
- 020 天** 宝宝有红屁股了 35
——尿布疹的防治措施
- 021 天** 宝宝虽小, 也有社交 36
——从出生开始培养宝宝的社交能力
- 022 天** 这些问题不是问题 37
——科学应对宝宝的情况
- 023 天** 宝宝的第一堂早教课 38
——重视宝宝的早期教育
- 024 天** 未满月的宝宝也要锻炼 39
——发展宝宝的大动作能力
- 025 天** 宝宝的精细动作要发展 40
——训练宝宝的精细动作能力
- 026 天** 宝宝的思维这样来扩展 41
——扩展宝宝思维的方法

