



每天学点 实用育儿窍门

翻开实用育儿窍门 陪伴孩子健康成长

海韵◎主编

刚出生的婴儿有什么护理要点？哪些现象是孩子生病的表现？
1岁宝宝应该都有了什么本领？宝宝什么时候开始添加辅食？
不同时期怎样确定孩子的饭量？

.....

孩子在0到6岁成长过程中可能遇到的问题，
本书都给了最好的答案。



图书在版编目 (CIP) 数据

每天学点实用育儿窍门/海韵主编. —北京: 中国画报出版社,
2010. 7

ISBN 978-7-80220-833-9

I. ①每… II. ①海… 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 128691 号

每天学点实用育儿窍门

出版人: 田 辉

著 者: 海 韵

责任编辑: 张光红

特约编辑: 侯伟宁

出版发行: 中国画报出版社

(中国北京市海淀区车公庄西路 33 号, 邮编: 100048)

电 话: 010—88417359 (总编室兼传真) 010—68469781 (发行部)
010—88417417 (发行部传真)

网 址: <http://www.zghbcbs.com>

电子信箱: cppl1985@126.com

印 刷: 北京温林源印刷有限公司

监 印: 敖 晔

开 本: 16 开 (710mm×1000mm)

印 张: 18

字 数: 290 千字

版 次: 2010 年 8 月第 1 版 2010 年 8 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-80220-833-9

定 价: 29.80 元



在十月怀胎之后，宝宝终于来到了这个世界。一家人在欣喜之余，是不是也有一点手忙脚乱呢？喂奶、换尿布、洗澡、穿脱衣服……一系列的琐事随着宝宝的诞生接踵而来，而且你的柔情宝宝不懂，小家伙还会时不时地又哭又闹，让新手爸妈们束手无策。

其实，育儿也是一门学问。就拿最简单的喂奶来说，也是看似容易做起来难。你知道什么是初乳吗？什么时候开奶最好？一次喂奶的时间应该多长，新生儿多长时间喂一次奶？如此等等。养儿育女绝非易事，科学合理的喂养才能让宝宝健康成长；反之，宝宝不仅发育缓慢，还可能会生病。有人将育儿称之为心经，也是不无道理的。如果育儿是一本经，那么这本经，就需要做父母的耐心地去念，然后用心领悟其中的诀窍。话又说回来，育儿的窍门未必来自自己的切身体会，也可以从过来人那里汲取经验教训，然后为我所用。本书即是在总结前人经验的基础上，将生活中的育儿知识总结成 1000 个窍门，陈列在读者面前，以期能给初为父母者带来些许帮助。

本书是一本介绍 0~6 岁宝宝养育方法的育儿类图书。全书从喂养方法、日常生活与常见疾病三大部分着手，全面系统地介绍了生活中育儿的一些必备常识与诀窍。在纵向上，根据不同阶段宝宝的不同特点，编书时又将 0~6 岁宝宝划分成几个阶段，然后按照时间的顺序依次介绍如何喂养，如何护理，日常用品如何选购，宝宝能力如何培养，如何防病治病等等。在编写内容的过程中，力求做到全面、详实、方法巧妙。书中的内容，有其他父母的经验，有专家医生的建议，有科学研究新成果，尽力做到客观真实。当然，每个宝宝、每个家庭都是不同的，所谓经验也不是万能的钥匙，不过这些窍门至少能在很多时候作为参考。在这些经验的基础上，新手父母或许能得到不少启发，然后再结合自己的宝宝以及家庭的实际情况，找一条最适合的养育方案。但若涉及医疗等专业知识的部分，还需注意咨询相关专家。

宝宝能够健康快乐地成长，是所有父母的心愿。事实上，只要方法得当，这个心愿也是很容易达成的。希望本书能为您架起一座通往希望彼岸的桥梁。





目录

第一篇 喂养方法篇

第一章 新生儿 / 3

母乳喂养 3

1. 不同时期的母乳
2. 初乳的特点
3. 初乳不能丢
4. 什么是前奶和后奶
5. 第一次喂奶的时间
6. 新生儿不要喂米汤
7. 新生儿喂奶姿势
8. 如何判断宝宝已吃饱
9. 喂奶的频率
10. 宝宝吐奶后该不该再喂
11. 母乳喂养的优点
12. 不宜给宝宝喂母乳的情况
13. 母乳不足的原因
14. 避免母乳不足的方法
15. 催乳的食物
16. 宝宝只吃一边母乳怎么办
17. 乳头疼痛是喂养不当
18. 如何提高母乳质量
19. 开奶前给宝宝喂什么

20. 新生儿需要喂水吗
21. 宝宝饱与饿的信息
22. 平躺喂奶影响乳汁分泌
23. 什么是过奶
24. 哺乳期妈妈的饮食
25. 哺乳期妈妈吃药要注意

人工喂养 11

26. 人工喂养的姿势
27. 人工喂养不可忽视的细节
28. 牛奶宝宝两周后喂鱼肝油
29. 奶瓶的消毒
30. 调制牛奶
31. 奶粉的选择
32. 人工喂养的误区
33. 配方奶不是第二选择
34. 奶瓶喂宝宝三大原则
35. 人工喂养的宝宝如何喂水
36. 防止腹泻奶粉
37. 如何锻炼宝宝接受橡皮奶头
38. 配方奶喂养规律
39. 奶粉宝宝如何防便秘



40. 奶粉换频繁了易腹泻

第二章 1~3 个月宝宝 /16

41. 1 个月宝宝的喂养特点
42. 2 个月婴儿的喂养特点
43. 3 个月婴儿的喂养特点
44. 宝宝对奶粉过敏怎么办
45. 奶瓶喂养要防婴儿“地包天”
46. 合理用配方奶喂宝宝的两方法
47. 1 岁前宝宝最需要哪些营养
48. 奶瓶使用注意事项
49. 羊奶比牛奶有营养
50. 羊奶更易消化吸收
51. 腹泻宝宝可以喝羊奶
52. 湿疹的宝宝可喝羊奶
53. 大便干燥的牛奶宝宝可改喝羊奶
54. 豆奶喂养婴儿影响智力发育
55. 别让宝宝含奶瓶睡觉
56. 上班妈妈如何喂母乳
57. 妈妈来月经不影响母乳喂养
58. 紧急情况下宝宝更适合喂母乳
59. 妈妈的行为影响母乳质量

第三章 3~6 个月宝宝 /22

60. 3 个月宝宝要坚持喂母乳
61. 4~6 个月宝宝的饮食
62. 添加辅食的必要性
63. 不同喂养方式添加辅食有不同
64. 添加辅食的原则
65. 苹果泥的制作

66. 胡萝卜泥的制作
67. 香蕉粥的制作
68. 菜汤的制作
69. 西红柿汁的制作
70. 各种果汁的制作
71. 米汤辅食的制作
72. 骨头汤的制作
73. 胡萝卜汤的制作
74. 糊类辅食的制作
75. 4 个月宝宝的一日饮食表
76. 妈妈饮食影响宝宝
77. 宝宝的辅食能用微波炉加热
78. 辅食加热小窍门

第四章 6~12 个月宝宝 /27

79. 6 个月宝宝饮食特点
80. 6 个月宝宝一天饮食
81. 7 个月宝宝饮食特点
82. 7 个月宝宝一天饮食
83. 8 个月宝宝饮食特点
84. 8 个月宝宝一天饮食
85. 9 个月宝宝饮食特点
86. 9 个月宝宝一天饮食
87. 10 个月宝宝饮食特点
88. 10 个月宝宝一天饮食
89. 11~12 个月宝宝饮食特点
90. 11~12 个月宝宝一天饮食
91. 7~9 个月辅食的添加方法
92. 10~12 个月辅食添加方法
93. 9~10 个月断奶晚期细嚼型辅食



94. 11~12 个月断奶结束期咀嚼
型辅食
95. 6 个月后还能完全依靠母乳
吗

第五章 1~3 岁宝宝 /33

96. 养成良好的饮食习惯
97. 宝宝吃零食的原则
98. 预防营养不良
99. 多吃鱼类能益智
100. 预防营养性贫血
101. 及早预防肥胖
102. 宝宝的饮食禁忌
103. 春季营养食谱推荐
104. 夏季营养食谱推荐
105. 秋季营养食谱推荐
106. 冬季营养食谱推荐
107. 宝宝每日所需营养
108. 宝宝不能多吃的食物
109. 宝宝偏食的对策
110. 1 岁以上的幼儿一日饮食安排
111. 宝宝夏季饮水误区
112. 国外宝宝饮食习惯的养成
113. 有益于视力发育的食物
114. 宝宝不宜断奶的情况
115. 断奶宝宝饮食误区
116. 宝宝吃水果要看时间
117. 保护宝宝牙齿的饮食习惯
118. 提高免疫力的食物
119. 嚼饭喂宝宝的害处

第六章 3~6 岁宝宝 /45

120. 3 岁宝宝日需营养量
121. 4 岁宝宝日需营养量
122. 5 岁宝宝日需营养量
123. 6 岁宝宝日需营养量
124. 容易缺乏的营养
125. 蛋白质丰富的食物
126. 脂肪丰富的食物
127. 维生素 A 丰富的食物
128. 维生素 B₁ 丰富的食物
129. 维生素 B₂ 丰富的食物
130. 维生素 B₆ 丰富的食物
131. 钙含量丰富的食物
132. 镁含量丰富的食物
133. 铁含量丰富的食物
134. 钾含量丰富的食物
135. 锌含量丰富的食物
136. 益智饮食
137. 膳食纤维丰富的食物
138. 碳水化合物丰富的食物
139. 早餐的吃法
140. 宝宝饮食中的“四少一多”
141. 全球十大垃圾食品
142. 冷热混吃伤肠胃
143. 饮食的顺序
144. 多吃肉不如多吃豆
145. 五种食物伤大脑
146. 各类食物的最佳温度
147. 喝牛奶的注意事项
148. 饮鲜果汁注意事项
149. 吃米饭馒头要趁热





- 150. 五色食物
- 151. 新鲜果蔬中的“三宝”
- 152. “功高盖世”的谷类食物
- 153. 吃水产品好处多多
- 154. 发育期宝宝应经常吃蛋类
- 155. 食物的酸碱性
- 156. 维生素怎么补
- 157. 早餐的食物
- 158. 午餐的食物
- 159. 晚餐的食物
- 160. 三餐之外
- 161. 让宝宝远离含毒素的食物
- 162. 5岁以下宝宝不应吃姜糖
- 163. 宝宝最好喝白开水
- 164. 喝茶喝咖啡注意事项
- 165. 巧去果蔬上的农药残留
- 166. 儿童不宜喝含咖啡因的饮料
- 167. 水果不能随便吃
- 168. 洋快餐的危害
- 169. 儿童常吃营养补品不好
- 170. 食物中的三六九等
- 171. 食物的酸碱性
- 172. 食物的相克性
- 173. 食物的相生性
- 174. 鸡蛋的煮法
- 175. 应当避免的饮食习惯
- 176. 多吃山楂不利健康
- 177. 夏季饮食
- 178. 秋季饮食
- 179. 春季饮食
- 180. 多吃甘蔗的害处

- 181. 多吃柑橘的害处
- 182. 多吃柿子的害处
- 183. 含合成色素的食物要少吃
- 184. 周围食物中的反式脂肪酸
- 185. 苹果调理肠胃的作用
- 186. 偏食可导致宝宝情绪不稳定
- 187. 畸形的水果不要吃
- 188. 冷饮怎样吃才健康
- 189. 淘米水去果蔬上的农药
- 190. 传统食物有益健康
- 191. 膨化食品的危害
- 192. 吃粽子的讲究
- 193. 泡泡糖的害处大
- 194. 食物的寒、热、温、凉搭配
- 195. 熏酱食品的搭配
- 196. 发酵食品营养更高
- 197. 不宜空腹吃的食物
- 198. 有利于宝宝长高的食物
- 199. 易引起食物中毒食品
- 200. 煮熟再吃的食物
- 201. 碱性食物能健脑
- 202. 芒果易引起儿童过敏
- 203. 纯果汁的挑选
- 204. 煮豆浆什么时候放糖
- 205. 鸡蛋如何吃营养
- 206. 热带水果的健康吃法

第七章 早产儿的喂养 /80

- 207. 什么是早产
- 208. 早产儿的特点
- 209. 早产儿喂养要点





- 210. 早产儿的喂养两阶段
- 211. 早产儿生长的三大挑战
- 212. 早产儿喂养时间
- 213. 早产儿喂养方法
- 214. 早产儿营养需求量
- 215. 早产儿食物的选择

- 216. 什么是早产儿转奶
- 217. 早产儿转奶时间的确定
- 218. 早产宝宝如何转奶
- 219. 转奶应注意的问题
- 220. 早产儿要喝加脂肪酸的奶粉

第二篇 日常生活篇



第八章 新生儿 /87

日常护理 87

- 221. 出生当天的生理状况
- 222. 避免脐带感染可选择干浴
- 223. 让宝宝在睡眠中变漂亮
- 224. 清理宝宝的小肚脐
- 225. 如何给新生宝宝穿脱衣服
- 226. 宝宝的抱法
- 227. 新生儿的睡眠时间
- 228. 最佳睡眠环境
- 229. 哄宝宝入睡
- 230. 新生儿不需要枕头
- 231. 宝宝哭里面的学问
- 232. 给宝宝洗澡
- 233. 防止“生物钟”倒置
- 234. 侧卧睡防止对眼
- 235. 宝宝的“夜宵”
- 236. 给宝宝洗头发
- 237. 给宝宝洗脸
- 238. 妙除宝宝的眼屎

- 239. 给宝宝除鼻屎
- 240. 给宝宝除耳屎
- 241. 清洁宝宝口腔
- 242. 皮肤皱褶处的护理
- 243. 给新生儿剪指甲
- 244. 满月头宜剪不宜剃
- 245. 脐带脱落前后如何护理
- 246. 清除头皮乳痂
- 247. 给宝宝除痱子
- 248. 宝宝蜕皮怎么办
- 249. 新生儿要减少与外人接触
- 250. 给宝宝换尿布
- 251. 尿布的清洗

生活用品 95

- 252. 新妈妈必备物品
- 253. 新生儿必备物品清单
- 254. 触觉刺激玩具
- 255. 听力刺激玩具
- 256. 视觉刺激玩具
- 257. 新生儿戴兜肚儿好不好



258. 新生儿穿什么衣服好

259. 新生儿尿布的选择

260. 婴儿房间的准备

261. 宝宝的小床

262. 宝宝床上用品的选择

能力训练 100

263. 抬头训练

264. 爬行训练

265. 新生儿的交往能力

266. 视觉训练

267. 听觉训练

268. 新生儿的模仿能力

269. 宝宝的益智训练

270. 与新生儿做游戏

271. 宝宝抚摸操

272. 宝宝抚摸操的注意事项

273. 巧手训练方案

274. 早龄游泳的好处

第九章 早 产 儿 /106

275. 早产儿日常护理要点

276. 护理注意事项

277. 早产儿的矫正年龄

278. 早产儿体格训练

279. 早产儿视觉训练

280. 早产儿听觉训练

281. 早产儿的保温问题

282. 早产儿 4~6 周要筛查视网
膜

283. 早产儿的生活环境

284. 抚触刺激很重要

285. 早产儿应防范异常

286. 早产儿免疫特点

287. 早产儿肾脏功能特点

288. 早产儿生长发育特点

第十章 1~2 个月宝宝 /110

日常护理 110

289. 满月宝宝的特点

290. 带宝宝去晒太阳

291. 宝宝小屁屁的护理

292. 头垢的护理

293. 护理宝宝的囟门

294. 宝宝的安全问题

295. 香油防尿布疹

296. 淀粉代替爽身粉护肤

297. 夏天不要给宝宝用凉席

298. 经常给宝宝空气浴

299. 防止宝宝踢被子

300. 宝宝剪发比剃头好

生活用品 114

301. 宝宝的衣服

302. 宝宝的帽子

303. 宝宝的玩具

304. 洗发水选择要慎重

能力训练 116

305. 床头玩具挂对位置很重要

306. 喂奶姿势多变化有益视力

307. 不要给宝宝盖上眼睛

308. 宝宝晚上睡觉最好不要开灯

309. 让宝宝耳聪目明

310. 训练宝宝抬头的的能力

- 311. 陪宝宝做游戏
- 312. 排便训练
- 313. 满月婴儿能力发育

第十一章 2~3 个月宝宝 /119

日常护理 119

- 314. 两个多月宝宝特征
- 315. 宝宝的睡眠
- 316. 不要摇晃着哄宝宝入睡
- 317. 保证宝宝睡眠的质量
- 318. 宝宝的大便
- 319. 给宝宝洗澡
- 320. 宝宝的衣着穿戴
- 321. 给宝宝剪指甲
- 322. 宝宝的日光浴和空气浴
- 323. 定期带宝宝做健康检查
- 324. 给宝宝的安抚

生活用品 121

- 325. 婴儿衣服的选购
- 326. 婴儿帽子的选择

能力训练 122

- 327. 宝宝的游戏
- 328. 视觉训练
- 329. 听觉训练
- 330. 触觉训练

第十二章 3~12 个月宝宝 /124

日常护理 124

- 331. 3~4 个月宝宝的特征
- 332. 3 个多月宝宝护理的要点

- 333. 4~5 个月宝宝特点
- 334. 4 个多月宝宝的护理要点
- 335. 5~6 个月宝宝特点
- 336. 5 个多月宝宝护理要点
- 337. 6~7 个月宝宝特点
- 338. 6 个多月宝宝护理要点
- 339. 7~8 个月宝宝特点
- 340. 7 个多月宝宝护理要点
- 341. 8~9 个月宝宝特点
- 342. 8 个多月宝宝护理特点
- 343. 9~10 个月宝宝特点
- 344. 9 个多月宝宝的护理要点
- 345. 10~11 个月宝宝特点
- 346. 11~12 个月宝宝特点
- 347. 11 个多月宝宝护理特点
- 348. 周岁宝宝的特点
- 349. 用杯子喝水
- 350. 给宝宝防蚊
- 351. 妙招对付宝宝打嗝

日常用品 130

- 352. 水杯的选购
- 353. 7~9 个月宝宝的衣服
- 354. 给宝宝洗发
- 355. 勤给宝宝梳头
- 356. 宝宝的睡眠
- 357. 用奶瓶给宝宝喂药
- 358. 新买的衣服洗后再穿
- 359. 洗衣服慎用漂白剂
- 360. 清洁剂要选天然的
- 361. 宝宝的衣物要单独洗
- 362. 对付奶渍、口水渍、果汁渍和粪便





第十三章 1~3 岁宝宝 /143

日常护理 143

- 390. 13 个月宝宝发育状况
- 391. 14 个月宝宝发育状况
- 392. 15 个月宝宝发育状况
- 393. 16 个月宝宝发育状况
- 394. 17 个月宝宝发育状况
- 395. 18 个月宝宝发育状况
- 396. 耳屎是怎么来的
- 397. 为何要挖耳屎
- 398. 宝宝春秋两季被子的盖法
- 399. 宝宝夏季被子的盖法
- 400. 宝宝冬季被子的盖法
- 401. 为什么宝宝喜欢咬东西
- 402. 如何对付咬东西的宝宝
- 403. 被宝宝咬了之后如何处理
- 404. 宝宝赤脚玩的好处
- 405. 如何让宝宝赤脚玩耍
- 406. 宝宝的乳牙生长规律
- 407. 如何给宝宝清洗乳牙
- 408. 宝宝乳牙不齐怕不怕
- 409. 给宝宝剪指甲的窍门
- 410. 适合婴幼儿看的卡通
- 411. 带宝宝旅游勿忘急救箱
- 412. 处理宝宝在飞机上的耳鸣
- 413. 如何处理旅游中的晒伤
- 414. 宝宝的高智商怎么形成的
- 415. 幼儿憋尿害处多
- 416. 清洗衣物的窍门
- 417. 一些污渍的巧处理
- 418. “春捂”该怎么“捂”



- 363. 碳酸汽水除酱油渍
- 364. 宝宝衣物的晾晒
- 365. 给宝宝穿多少衣服合适
- 366. 宝宝的防晒
- 367. 夏季也要给宝宝穿袜
- 368. 使用学步车不宜过早
- 369. 婴儿鞋的选购
- 370. 宝宝的餐具
- 371. 如何给宝宝选择枕头
- 372. 宝宝夏天的墨镜
- 373. 挑选学步车
- 374. 3 个月宝宝的玩具
- 375. 4 个月宝宝的玩具
- 376. 5 个月宝宝的玩具
- 377. 6 个月以上宝宝的玩具

能力培养 139

- 378. 婴儿期的发声练习
- 379. 宝宝发音的一般发育顺序
- 380. 3~6 个月宝宝翻身练习
- 381. 拉坐练习
- 382. 靠坐练习
- 383. 独坐练习
- 384. 锻炼手的精细动作
- 385. 听觉训练
- 386. 视觉训练
- 387. 培养宝宝的自我意识
- 388. 宝宝交往能力的培养
- 389. 认知能力的培养



- 419. 对付宝宝受冷落发出尖叫
- 420. 对付宝宝没得到满足发出尖叫
- 421. 对付宝宝的尖叫反抗
- 422. 穿衣和脱衣
- 423. 1岁后让宝宝告别开裆裤
- 424. 如何让宝宝戒掉奶嘴
- 425. 让宝宝长好头发的窍门

日常用品 156

- 426. 1~3岁宝宝衣物的选择
- 427. 延长宝宝衣物的寿命
- 428. 选择鞋子窍门

能力培养 157

- 429. 何时教宝宝说话
- 430. 宝宝会说话的时间有不同
- 431. 教宝宝说话的窍门
- 432. 教宝宝说话爸妈作用有不同
- 433. 长期只接触儿语对说话不利
- 434. 教宝宝说话掌握语义很重要
- 435. 左右手同等训练
- 436. 训练宝宝控制尿便
- 437. 1~1.5岁宝宝动作的发展
- 438. 宝宝走路的训练
- 439. 适当重复提高宝宝记忆力
- 440. 有效挖掘宝宝的记忆潜力
- 441. 宝宝智力开发的奥秘

第十四章 3~6岁宝宝 /162

日常护理 162

- 442. 3~4岁宝宝生长发育

- 443. 4~5岁宝宝的发育
- 444. 5~6岁宝宝的发育
- 445. 出远门对宝宝不利
- 446. 如何对待宝宝拆玩具
- 447. 刚入园的宝宝爱得病怎么办
- 448. 宝宝大舌头怎么办
- 449. 指甲有条纹是有病吗
- 450. 正确给宝宝服用感冒药
- 451. 宝宝睡觉的时候不要开灯
- 452. 杜绝宝宝的“坏动作”
- 453. 5岁, 减肥最佳时光
- 454. 让宝宝愿意刷牙
- 455. 孩子乳牙龋齿如何防
- 456. 孩子黑眼圈重怎么办
- 457. 青菜比牛奶更能补钙
- 458. 宝宝常喝碳酸饮料易缺钙
- 459. 防止宝宝咬指甲

生活用品 168

- 460. 宝宝使用的牙刷与牙膏
- 461. 宝宝牙膏的选择
- 462. 儿童洗涤用品的特点
- 463. 宝宝护肤品的选择

能力培养 169

- 464. 3~4岁宝宝的动手能力
- 465. 4~5岁宝宝的动手能力
- 466. 5~6岁宝宝的动手能力
- 467. 3~4岁宝宝的交往能力
- 468. 4~5岁宝宝的交往能力
- 469. 5~6岁宝宝的交往能力



第三篇 常见疾病篇



第十五章 新生儿 /173

胎 痣 173

470. 胎痣表现

471. 胎痣的护理

新生儿脐疝 173

472. 新生儿脐疝的表现

473. 新生儿脐疝的护理与治疗

吐 奶 173

474. 新生儿吐奶的症状

475. 新生儿吐奶的预防与护理

头皮血肿 174

476. 头皮血肿的识别

477. 头皮血肿的护理

生理性黄疸 174

478. 生理性黄疸的症状

479. 新生儿生理性黄疸的护理

尿布疹 175

480. 新生儿尿布疹表现

481. 新生儿尿布疹护理

腹 泻 175

482. 新生儿腹泻的表现及原因

483. 新生儿腹泻的护理与治疗

新生儿结膜炎 176

484. 新生儿结膜炎表现与原因

485. 新生儿结膜炎的护理与治疗

新生儿出血症 176

486. 新生儿出血症表现

487. 新生儿出血症护理与治疗

发 热 176

488. 宝宝发热的护理

489. 巧治发热

肺 炎 177

490. 新生儿肺炎的表现及原因

491. 新生儿肺炎的护理

新生儿乳腺炎 178

492. 新生儿乳腺炎

493. 新生儿乳腺炎的护理与治疗

新生儿窒息 178

494. 新生儿窒息识别与原因

495. 新生儿窒息护理与治疗

惊 厥 178

496. 新生儿惊厥的表现

497. 新生儿惊厥的护理与治疗

腹 胀 179

498. 新生儿腹胀的预防

499. 新生儿腹胀的护理





鹅口疮	179
500. 鹅口疮的表现与原因	
501. 鹅口疮护理与治疗	
低钙血症	180
502. 低钙血症的表现	
503. 低钙血症的治疗	
新生儿脐眼出血	180
504. 新生儿脐眼出血的表现	
新生儿脱水热	180
505. 新生儿脱水热的表现	
506. 新生儿脱水热的护理	
新生儿硬肿症	181
507. 新生儿硬肿症的识别	
508. 新生儿硬肿症的治疗	
破伤风	182
509. 新生儿破伤风的表现	
510. 新生儿破伤风的治疗	
新生儿脑膜炎	182
511. 新生儿脑膜炎识别	
512. 新生儿脑膜炎的复查	
先天性白内障	183
513. 新生儿先天性白内障	
514. 新生儿先天性白内障的预防与治疗	
第十六章 1~2 个月宝宝 /184	
消化不良	184
515. 宝宝消化不良的表现	
516. 宝宝消化不良的护理	

湿疹	184
517. 湿疹的识别	
518. 湿疹的护理	
519. 湿疹久治不好	
520. 严重湿疹的护理	
积痰	185
521. 宝宝积痰的表现	
522. 宝宝积痰的护理	
疹子	186
523. 疹子的识别	
524. 疹子的护理	
便秘	186
525. 宝宝便秘的表现	
526. 便秘的护理	

第十七章 2~3 个月的宝宝 /187

厌食	187
527. 宝宝厌食的表现	
528. 厌食宝宝的护理	
腹泻	187
529. 宝宝腹泻的表现	
530. 宝宝腹泻的护理	
便秘	188
531. 便秘的表现	
532. 便秘的治疗与护理	
发烧	188
533. 发烧的表现	
534. 发烧的护理	





第十八章 3~4 个月宝宝 /189

消化不良 189

535. 消化不良的表现

536. 消化不良的护理

感 冒 189

537. 感冒的识别

538. 感冒的治疗与护理

出眼眵 190

539. 眼眵的识别

540. 出眼眵的治疗和护理

维生素 D 缺乏 (佝偻病) 190

541. 维生素 D 缺乏症的表现

542. 维生素 D 缺乏症的护理

斜 视 191

543. 斜视的识别

544. 斜视的护理

第十九章 4~5 个月宝宝 /192

暑热症 192

545. 暑热症的识别

546. 暑热症的护理

肠套叠 192

547. 肠套叠的识别

548. 肠套叠的预防

549. 肠套叠的治疗

视力异常 193

550. 斜视的表现

第二十章 5~6 个月宝宝 /194

腹 泻 194

551. 宝宝腹泻的识别

552. 腹泻的护理

咳 嗽 194

553. 咳嗽的表现

554. 咳嗽宝宝的护理

555. 咳嗽的饮食疗法

556. 咳嗽的外敷疗法

第二十一章 6~7 个月宝宝 /196

感 冒 196

557. 感冒的特点

558. 感冒的治疗与护理

幼儿急疹 196

559. 幼儿急疹的表现

560. 幼儿急疹的护理

便 秘 197

561. 这一阶段宝宝便秘的特征

562. 便秘的护理

湿 疹 197

563. 宝宝这一阶段湿疹的特点

564. 湿疹的护理

苔 藓 198

565. 苔藓的表现

566. 苔藓的护理



第二十二章

7~12 个月宝宝 /199

腹 泻 199

567. 一般腹泻的特征

568. 一般腹泻的护理

569. 秋季腹泻的识别

570. 秋季腹泻的护理

淋巴结炎 200

571. 淋巴结炎的表现

572. 淋巴结炎的预防与护理

肥 胖 200

573. 宝宝肥胖的表现

574. 肥胖的治疗

小儿疝气 201

575. 小儿疝气的表现

576. 小儿疝气的治疗与护理

第二十三章 1~3 岁宝宝 /202

小儿哮喘 202

577. 小儿哮喘的特征

578. 小儿哮喘的治疗

流 感 203

579. 流感的识别

580. 流感的预防

581. 流感的禁忌

582. 流感与普通感冒

疟 疾 204

583. 疟疾的识别

584. 疟疾的预防

585. 疟疾的护理

手足口病 204

586. 手足口病的识别

587. 手足口病的预防

588. 手足口病的护理

小儿伤寒病 206

589. 伤寒病的识别

590. 伤寒病的预防

591. 伤寒病的护理

小儿肺炎 207

592. 小儿肺炎的识别

593. 小儿肺炎与感冒的区别

594. 小儿肺炎的预防与护理

视力疾病 208

595. 弱视的识别

596. 弱视的护理与治疗

597. 斜视的识别

598. 斜视的护理与治疗

599. 假性近视的识别

600. 假性近视的护理与治疗

红眼病 210

601. 红眼病的识别

602. 红眼病的预防与护理

第二十四章 3~6 岁宝宝 /212

感 冒 212

603. 预防感冒的“七饮”

604. 预防感冒的三种妙招

605. 芝麻拌红糖治感冒