



内蒙古人民出版社

R174
156
3

6125/17

育嬰妙法 1000 例

佳媛

編著



內蒙古人民出版社

689678

育婴妙法 1000 例

佳媛 编著

内蒙古人民出版社出版发行

内蒙古新华书店经销 内蒙古煤田制图印刷厂印刷

开本: 787×1092 1/32 印张: 6.5 字数: 140 千

1990 年 1 月第一版 1990 年 2 月第 1 次印刷

印数: 1—20,000 册

ISBN 7-204-00944-4/G·121 每册: 2.50 元

ISBN 7-204-00944-4

G·121 每册: 2.50 元

育婴妙法 1000 例

佳 媛 编著



内蒙古人民出版社

一九九〇年四月

前 言

伴随科学文化的进步，人类繁衍已进入优生优育的新阶段。每位新生儿的父母，尤其是独生子女的父母，都渴望自己的孩子能够省事听话、正常发育、茁壮成长、聪明伶俐、活泼健壮的好宝宝。但是却没有经验、缺乏方法，在呱呱坠地的婴儿面前束手无策。

为解决新生儿父母的这类燃眉之急，本书用言简意明的文字和形象的示意图，教您育婴妙法一千条：从哺喂洗浴婴儿、处理尿布衣物、护理生活起居、幼儿卫生保健，直至家庭活动安排、玩具游戏选择、特殊情况处理、学前教育准备等方面，无不授予科学的绝招和诀窍。它将助您一臂之力，帮您轻松愉快地完成育婴天职，将优育的幼儿送往学校，培养成为德、智、体全面发展的一代新人。

《育婴妙法 1000 例》一书愿意协助普天下为人父母者，轻松愉快地带领他们的孩子度过呱呱落地的头五年。

目 录

第一章 照顾新生儿的诀窍.....	(1)
新生儿降临之后	(1)
哺喂婴儿须知	(2)
亲自喂奶时的穿着	(2)
喂奶的技巧	(3)
用奶瓶喂奶时	(4)
协助婴儿打饱嗝	(5)
婴儿睡眠与衣着	(5)
哄婴儿睡觉方法	(6)
方便夜间探视婴儿技巧	(7)
保持婴儿衣着干爽	(7)
应付婴儿哭泣二十法	(8)
腹痛也会引起哭泣	(10)
沐浴与卫生	(10)
婴儿洗澡用具	(11)
洗澡注意事项	(12)
尿布疹预防法	(12)
尿布疹治疗法	(13)
尿布处理与更换	(13)
清洗婴儿臀部	(14)

换尿布须知	(14)
尿布别针的使用与存放	(15)
准备一个更衣台	(15)
婴儿衣物清理法	(16)
尿布的清洗	(16)
塑料裤的处理	(16)
污渍衣物的洗涤	(17)
婴儿专用的外出袋	(17)
安排有启发性的环境	(17)
声与光的世界	(18)
婴儿玩具应该自己做	(19)
节省婴儿用具的购置	(20)
不要冷落大孩子	(20)
帮助大孩子做好心理准备	(21)
当你住院待产时	(21)
化解大孩子的嫉妒心理	(22)
婴儿与家庭医生	(23)
看医生时要注意的事	(23)
看医生前的准备	(24)
什么情况需要看医生	(25)

第二章 幼儿生活起居的护理 (26)

幼儿的饮食	(26)
喂饭须注意事项	(26)
鼓励幼儿自己进食	(27)
几种简易的吃法	(28)

给幼儿磨牙的代用品	(29)
饭后的清洁工作	(29)
保持地毯及餐椅清洁	(30)
幼儿的穿用	(30)
帮助幼儿穿衣服	(31)
训练幼儿穿鞋子	(32)
教导幼儿自己穿衣服	(32)
教幼儿自己穿鞋子	(33)
幼儿衣物的整理与收藏	(34)
旧衣服的再利用	(35)
选购童装的要领	(35)
自己动手做童装	(36)
使衣服更耐穿的秘诀	(38)
修补童装的技巧	(38)
编织童装诀窍	(39)
废物的利用	(39)
衣物的保护	(40)
清洁衣物的妙法	(40)
幼儿的睡眠	(42)
规定上床时间	(42)
帮助幼儿入睡十法	(42)
应付半夜哭泣的方法	(43)
安抚早起孩子的秘诀	(44)
午睡的音乐	(45)

第三章 幼儿的卫生与保健 (46)

洗澡与洗头	(46)
消除孩子对洗澡的恐惧	(47)
诱导幼儿不再害怕洗头	(47)
除去粘在头发上口香糖方法	(49)
整齐与清洁	(49)
养成良好的卫生习惯	(49)
毛巾的运用方法	(50)
剪指甲的时机与技巧	(50)
亲自为幼儿剪发法	(51)
保持口腔卫生	(52)
教导幼儿刷牙	(52)
使用牙线方法	(53)
训练幼儿大小便	(53)
基本训练法	(54)
学习使用厕所	(55)
尿床的处理	(55)
各种急救方法	(56)
伤口的处理	(57)
冷敷的运用	(57)
绷带的使用	(58)
被刺扎的处理	(58)
被昆虫咬伤的治疗	(59)
照顾生病幼儿的秘诀	(60)
量体温的方法	(60)
喂药的技巧	(61)
便秘的处理	(62)
腹泻的护理	(62)

感冒时的护理	(63)
咳嗽及喉咙痛的护理	(64)
病房及设备	(64)
病中的娱乐	(65)
手腿上了石膏时的护理	(66)
 第四章 在家带孩子的要诀	 (67)
室内的安全措施	(67)
厨房的安全措施	(67)
浴室的安全措施	(69)
幼儿卧室的安全措施	(70)
换睡大床时的安全措施	(71)
门窗的安全措施	(71)
电源与电线的安全措施	(72)
其它地方的安全措施	(72)
预防意外的安全措施	(73)
户外的安全措施	(74)
院子里的安全设备	(74)
汽车内的安全设备	(75)
处理家务事的要领	(76)
做家务事时照料幼儿方法	(76)
养成孩子爱整洁的习惯	(77)
养成孩子帮忙做家务的习惯	(78)
教孩子去做应做的事	(79)
配合幼儿变更家庭设计	(79)
废弃物的再利用	(79)

幼儿房屋墙壁上的布置	(80)
幼儿房内的摆设	(81)
幼儿衣物的整理与收藏	(81)
衣服存放的处所	(82)
利用空间挂衣服	(82)
玩具的收藏	(83)
可供贮藏玩具的容器	(83)

第五章 家庭教育的新观念 (85)

训练孩子守规矩	(85)
进餐时的礼仪训练	(86)
进退应对的礼貌	(86)
防止孩子干扰电话法	(87)
坏脾气孩子的教育方法	(87)
孩子发脾气时	(88)
孩子胡闹超过限度时	(88)
安抚发怒的孩子	(89)
帮助孩子发泄愤怒	(90)
让孩子把怨气说出来	(90)
处理孩子之间的争吵	(91)
坚守公平合理	(91)
平息争吵局面	(91)
调解孩子纷争	(92)
戒除幼儿的坏习惯	(92)
吃奶嘴	(93)
咬人	(93)

吮吸手指头	(94)
啃指甲	(95)
哭闹不休	(95)
赖床	(96)
消除幼儿的恐惧心理	(96)
找出幼儿害怕的原因	(97)
害怕黑暗的孩子	(98)
害怕打雷的孩子	(98)
害怕离开父母的孩子	(98)
建立孩子的自尊心	(100)
尊重孩子的人格	(100)
重视孩子的存在	(100)
培养孩子的自尊心	(102)

第六章 维系传统的家族生活 (103)

建立孩子与家族的关系	(103)
帮助孩子认识亲人	(103)
鼓励孩子与亲属往来	(104)
维护家庭传统的活动	(105)
生日庆祝的方式	(105)
节日活动的安排	(106)
保存孩子的成长记录	(107)
病历及证件的保存	(107)
记下孩子成长点滴	(107)
录下孩子的生活情趣	(108)
定期拍摄孩子的生活照片	(108)

第七章 家庭活动的安排 (110)

带孩子上街购物 (110)

出发前的准备 (110)

重视孩子的选购意见 (111)

带孩子乘公共车的要领 (111)

带孩子出外旅行 (112)

需要带的行李 (112)

必须整理的东西 (113)

维持车内的安宁 (113)

预备食物 (114)

上餐馆自备餐具 (115)

预备饮料 (115)

车内的娱乐节目 (115)

晕车的预防与处理 (116)

搭乘飞机旅行时 (117)

带孩子去野外活动 (118)

露营的周全设备 (118)

海边玩水的安全处理 (120)

迁居与新环境的适应 (120)

搬家之前的准备 (121)

协助孩子适应新环境 (121)

第八章 从游戏中教育幼儿 (125)

户外游戏 (123)

户外游戏的设备	(124)
玩水用的设备	(124)
室内游戏	(125)
玩具屋及假想城堡	(125)
与孩子一同游戏	(126)
玩比赛性的游戏	(126)
拼图游戏	(127)
拼拆玩具游戏	(127)
玩具的清洗和整理	(127)
美术与劳作	(128)
画纸及颜料	(128)
画笔	(130)
浆糊及胶水	(130)
画具的保管	(131)
保存图画的方法	(131)
展示孩子的作品	(131)
学前教育	(132)
学写字	(132)
学数目字	(133)
学习创造性的思考	(133)
准备上学校	(134)
开学前的准备	(134)
背着书包上学去	(135)

第九章 特殊情况的处理 (136)

剖腹生产时	(136)
-------------	-------

回家后应该注意事项	(136)
保护手术后的伤口	(137)
生下双胞胎时	(137)
准备足够的婴儿用品	(137)
分辨双胞胎的技巧	(138)
学习同时喂两个婴儿	(138)
日常生活的处理	(139)
避免把双胞胎合而为一	(140)
抱养的孩子	(141)
建立你与孩子间的关系	(141)
从国外领养来的孩子	(142)
夫妻离婚时	(143)
照顾孩子的方式	(144)
探访孩子注意事项	(144)
不愿再婚的父母	(145)
为人继母时	(145)
与继子女第一次会面	(146)
愉快的共同生活	(146)
接待来访的前夫(妻)子女	(147)
孩儿住院治疗时	(148)
住院前的准备	(148)
排遣住院时的单调无聊	(149)
孩子习惯用左手时	(149)
附录：速成大小便训练法	(151)
第一章 训练计划	(154)
第二章 如何训练	(157)
第三章 完成训练以后	(192)

第一章 照顾新生儿的诀窍

照顾新生儿是一件漫长而辛苦的工作，你必须付出很大的精力和全部的时间，但是过了这个阶段再回顾这段日子，你只记得当时睡眠不够，其它的辛苦早已变得模糊了。

宝宝来到世上后，做父母的开始手忙脚乱的学习照顾他（她），他还不会说话，只会用哭来传达他的需要，一点也不知道父母和他一样，是第一次经验到这种事情。尽管照顾新生儿在你们是头一遭，有了本书的协助，你们很快就会进入角色了。

新生儿降临之后

宝宝诞生后，家里每一个人的角色都要重新调整，如果他是头一胎，你们就晋升为人父、人母；要是家里已有较大的孩子，他们也在一夜之间升格为哥哥或姐姐。

在一阵初为父母的兴奋与骄傲之后，随之而来的却是紧张与疲劳，因为我们对自己要求的太高了；要知道如果能先妥善地照料好自己，会有助于家人适应家中的改变。此刻正是夫妻间最需要彼此体谅的时候，无关紧要的事情，这时候都要抛开。

• 写一个“请勿打扰”的牌子，挂在门口；或者挂个“请勿喧哗！宝宝和妈妈正在休息”的标志。

• 不想接电话的时候，把电话线切断要不然把铃声弄小。

• 每天要有一点夫妇相处的时间，不论是一起吃顿晚饭、在附近散步，或者中午在办公室休息时间里和对方通五分钟电话都可以。

• 每隔一段时日要到外边走走，自己一个人或夫妇两人一道去都行。

• 如果你对宝宝没有立即产生浓厚的感情也无需忧虑，因为父爱及母爱也需要一些时间来培养；放松心情，好好享受你和宝宝间日益密切的亲子之情。

哺喂婴儿须知

婴儿的胃只有他自己拳头那么大，不可能一次吃大量的东西，所以他们吃得次数很多。

亲自哺乳的母亲首先要放松心情；找一处安静的地方，避开会使你分心的事及访客，进行第一次的喂奶。喂奶时不要计算时间。此时做父亲的难免有被排斥的感觉，但是还有许多他可以做的事情，象换尿布、替宝宝洗澡，或在夜里帮忙把宝宝抱到大人床上来喂奶。

亲自喂奶时的穿着

• 去医院生产时要带一件前面开扣的睡衣。

• 穿有伸缩性的胸罩可便于拉上来喂奶。胸罩要在去