

J. N. M. & L. M. J.
新妈咪必备枕边书



新妈咪育婴 每日课

张娟◎编著

● 每日一课 消化吸收 ● 学以致用 立竿见影

河北科学技术出版社



新妈咪育婴每日课

江苏工业学院图书馆
藏书章

张娟◎编著

河北科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

新妈咪育婴每日一课/张娟编著.

—石家庄:河北科学技术出版社,2007.1

ISBN 978-7-5375-3514-4

I.新… II.张… III.婴幼儿—哺育 IV.TS976.31

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 010093 号

出版发行/ 河北科学技术出版社

地 址/ 河北省石家庄市友谊北大街 330 号

邮 编/ 050061

责任编辑/ 王辛卯 王丽欣

封面设计/ 赵俊杰

美术编辑/ 慈向群

印 刷/ 北京楠萍印刷有限公司

开 本/ 880 × 1275 1/32

印 张/ 15

字 数/ 350 千

版 次/ 2007 年 2 月第 1 版

印 次/ 2007 年 2 月第 1 次印刷

定 价/ 24.80 元





前 言

人生犹如马拉松长跑，要想始终跑在时代的最前列，起码不能输在起跑线上。所以说婴儿的养育至关重要。对于这一点，许多父母都心知肚明，但苦于育儿的知识甚少，显得茫然无措。尽管市面上育儿的书籍多如牛毛，但一本科学实用的书籍却难求。

基于上述原因，我们特组织育婴专家，精心编写了《新妈咪育婴每日一课》一书。该书摈弃了陈旧的育儿观念，提出了科学的育儿新举措，旨在指导天下的父母培育出健康聪明的宝宝，并助其迈好人生的第一步。

本书涵盖婴儿的发育特点、婴儿的喂养、婴儿的护理、婴儿的保健、婴儿的智力开发等几大方面的知识，分别交叉安排在三百六十五课之中，贯穿于婴儿成长的全过程。每日一课，循序渐进，易消化吸收，以免囫圇吞枣；学以致用，能收到立竿见影的效果。

我们相信：只要您认真学好每一课，日积月累，定能成为育儿行家里手。

编 者



目 CONTENTS 录

第一个月 新生儿诞生

第一课 新生儿的发育特点 /3

1. 身体发育 /3
2. 心理发育 /3

第二课 新生儿的护理（一）/4

1. 新生宝宝居室的布置 /4
2. 母婴同室 /5

第三课 新生儿的喂养（一）/6

1. 正常的喂食次数 /6
2. 婴儿为何拒绝吸奶 /7

第四课 新生儿的保健（一）/7

1. 防治新生儿臀红 /7
2. 防治新生儿斜视 /8

第五课 新生儿的智力开发（一）/8



1. 促进新生儿视觉的发展 /8

2. 促进新生儿听觉的发展 /9

第六课 新生儿的护理 (二) /9

1. 新生儿房间夜间不能常开灯 /9

2. 新生儿不宜睡软床 /10

第七课 新生儿的喂养 (二) /10

1. 新生儿一定要加喂鱼肝油 /10

2. 煮牛奶的时间不能过长 /11

第八课 新生儿的保健 (二) /12

1. 什么是新生儿脱水热 /12

2. 什么是新生儿生理性腹胀 /12

第九课 新生儿的喂养 (三) /13

1. 保证乳汁供应充足 /13

2. 选择合适的哺乳姿势 /14

第十课 新生儿的智力开发 (二) /15

1. 促进新生儿感觉的发展 /15

2. 促进新生儿智能的发展 /15

第十一课 新生儿的护理 (三) /16

1. 不宜抱着新生儿睡觉 /16

2. 新生儿昼睡夜醒的应付 /16

第十二课 新生儿的保健 (三) /17

1. 新生儿呕吐怎么办 /17

2. 新生儿出生后的最初2天无尿属正常现象 /18

第十三课 新生儿的喂养 (四) /18

1. 熟牛奶不能在保温瓶内保存 /18

2. 喂养双胞胎的方法 /19



第十四课 新生儿的智力开发（三）/20

1. 新生儿的生理反射 /20
2. 新生儿的能力训练 /21

第十五课 新生儿的护理（四）/22

如何给婴儿进行海绵擦身浴 /22

第十六课 新生儿的保健（四）/23

1. 如何处理脂漏性湿疹 /23
2. 如何治疗新生儿黑吐症 /23

第十七课 新生儿的喂养（五）/24

给婴儿喂奶前的准备工作 /24

第十八课 新生儿的护理（五）/24

1. 如何给新生儿穿衣服 /24
2. 如何给新生儿脱衣服 /25

第十九课 新生儿的保健（五）/26

1. 防治新生儿脓疱病 /26
2. 防治新生儿破伤风 /26

第二十课 新生儿的智力开发（四）/27

1. 让婴儿认妈妈 /27
2. 新生儿的按摩体操 /28

第二十一课 新生儿的护理（六）/29

1. 如何护理新生儿的耳朵和鼻子 /29
2. 如何调节新生儿周围的环境温度 /29

第二十二课 新生儿的保健（六）/30

1. 如何防治新生儿鹅口疮 /30
2. 如何防治新生儿肺炎 /31

第二十三课 新生儿的喂养（六）/31



1. 喂哺婴儿所需的物品 /31

2. 母乳喂养的误区 /32

第二十四课 新生儿的护理（七）/34

1. 如何保护新生儿的皮肤 /34

2. 如何保护新生儿的指甲 /35

第二十五课 新生儿的保健（七）/35

如何治疗新生儿溶血症 /35

第二十六课 新生儿的喂养（七）/36

用母乳喂养的正确方法 /36

第二十七课 新生儿的护理（八）/37

1. 培养新生儿的自然睡眠习惯 /37

2. 新生儿不宜用枕头 /38

第二十八课 新生儿的保健（八）/38

1. 如何处理新生儿疳子 /38

2. 如何预防新生儿感染 /39

第二十九课 新生儿的喂养（八）/40

1. 母乳喂养的优点 /40

2. 哪些因素不能母乳喂养 /41

第三十课 新生儿的护理（九）/42

趴睡有哪些好处 /42

第三十一课 新生儿的喂养（九）/43

挤母乳的方法 /43

第二个月 情绪出现了分化

第一课 婴儿的发育特点（一）/47

1. 身体发育 /47



- 2. 动作发育 /47
- 第二课 婴儿的护理（一） /48**
 - 防窒息 /48
- 第三课 婴儿的喂养（一） /48**
 - 1. 2个月婴儿喂养特点 /48
 - 2. 鲜鱼肉可代替乳类喂哺 /49
- 第四课 婴儿的保健（一） /50**
 - 1. 胎毒的预防 /50
 - 2. 克汀病要早期预防 /50
- 第五课 婴儿的智力开发（一） /51**
 - 1. 2个月婴儿的智能发育水平 /51
 - 2. 婴儿性别的差异性 /52
- 第六课 亲子游戏（一） /53**
 - 1. 一动就响 /53
 - 2. 看看是什么 /53
- 第七课 婴儿的发育特点（二） /54**
 - 1. 感觉发育 /54
 - 2. 视觉发育 /54
- 第八课 婴儿的护理（二） /54**
 - 1. 尿布的清洗 /54
 - 2. 不要用塑料布 /55
- 第九课 婴儿的喂养（二） /55**
 - 1. 1~2个月宝宝的喂养 /55
 - 2. 按需喂哺不宜一哭就喂 /56
- 第十课 婴儿的保健（二） /57**
 - 1. 婴儿眼睛的保护 /57



2. 要注意男婴的阴囊 /57

第十一课 婴儿的智力开发（二）/58

1. 婴幼儿智能的发展有巨大潜力 /58

2. 婴幼儿阶段是智力发展的最佳时期 /58

第十二课 亲子游戏（二）/59

1. 声音在哪里 /59

2. 妈妈在哪里 /60

第十三课 婴儿的发育特点（三）/60

心理发育 /60

第十四课 婴儿的护理（三）/61

1. 尿布不要太长 /61

2. 培养良好的睡眠习惯 /61

第十五课 婴儿的喂养（三）/62

1. 判断宝宝饥饱的方法 /62

2. 漾奶和吐奶 /63

第十六课 婴儿的保健（三）/64

1. 预防接种 /64

2. 只吃钙片并不能预防佝偻病 /65

第十七课 婴儿的智力开发（三）/65

1. 早期教育的理论依据 /65

2. 早期教育的原则 /65

第十八课 亲子游戏（三）/66

1. 摸一摸 /66

2. 听见了吗 /66

第十九课 婴儿的护理（四）/66

1. 培养良好的排便习惯 /66



2. 孩子哭有原因 /67

第二十课 婴儿的喂养（四）/68

1. 怎样人工喂养宝宝 /68
2. 用科学方法给宝宝喂牛奶 /69

第二十一课 婴儿的保健（四）/70

1. 防治脐部出血和脐肉芽肿 /70
2. 正确地对待黄疸不消退 /71

第二十二课 婴儿的智力开发（四）/72

1. 早期刺激 /72
2. 婴幼儿的主导活动就是游戏 /72

第二十三课 亲子游戏（四）/73

1. 读歌谣 /73
2. 教说话 /74

第二十四课 婴儿的护理（五）/74

婴儿的户外活动要有所选择 /74

第二十五课 婴儿的喂养（五）/75

1. 果汁的制作与喂法 /75
2. 从什么时候开始让孩子喝果汁 /76

第二十六课 婴儿的保健（五）/77

1. 吸气时喉部发出声音无关紧要 /77
2. 注意观察婴儿口腔中的白色小斑点 /78

第二十七课 婴儿的智力开发（五）/78

1. 智能发展测评 /78
2. 动作能力训练 /79

第二十八课 亲子游戏（五）/80

1. 一碰就响 /80



2. 踢被子 /80

第三个月 手眼开始协调

第一课 婴儿的发育特点（一）/85

1. 身体发育 /85

2. 动作发育 /85

第二课 婴儿的护理（一）/86

1. 父母应多抚摸孩子 /86

2. 给3个月的婴儿穿脱衣服 /87

第三课 婴儿的喂养（一）/87

1. 3个月孩子的喂养特点 /87

2. 为婴儿加喂辅食 /88

第四课 婴儿的保健（一）/89

1. 尿布皮炎 /89

2. 摩擦红斑 /90

第五课 婴儿的智力开发（一）/91

1. 3个月婴儿的智能发育水平 /91

2. 掌握婴幼儿情商特点 /91

第六课 亲子游戏（一）/92

1. 找妈妈 /92

2. 藏猫猫 /92

第七课 婴儿的发育特点（二）/93

1. 语言发育 /93

2. 感觉发育 /93

第八课 婴儿的护理（二）/94

1. 正确抱孩子 /94



2. 给3个月的婴儿洗脸 /94

第九课 婴儿的喂养（二）/95

1. 婴儿大脑发育的营养保证 /95

2. 添加含铁丰富的食物 /95

第十课 婴儿的保健（二）/96

1. 预防接种 /96

2. 肥胖应早期预防 /96

第十一课 婴儿的智力开发（二）/98

成长环境与综合感官训练 /98

第十二课 亲子游戏（二）/99

1. 灯 /99

2. 声音在哪儿 /99

第十三课 婴儿的发育特点（三）/100

心理发育 /100

第十四课 婴儿的护理（三）/100

1. 宝宝排便训练 /100

2. 喂奶技巧 /101

第十五课 婴儿的喂养（三）/103

补充需要量一半的钙 /103

第十六课 婴儿的保健（三）/104

宝宝缺乏营养的简易判别方法 /104

第十七课 婴儿的智力开发（三）/105

1. 玩具 /105

2. 图书阅读 /106

第十八课 亲子游戏（三）/106

1. 你好 /106



2. 用脚蹬 /107

第十九课 婴儿的护理（四） /107

1. 奶瓶的处理 /107

2. 协助宝宝打嗝 /108

第二十课 婴儿的喂养（四） /108

1. 锌的作用及补充方法 /108

2. 钙与磷的比例及补充方法 /109

第二十一课 婴儿的保健（四） /110

1. 什么是脑性瘫痪 /110

2. 脑性瘫痪的3个特点 /110

第二十二课 婴儿的智力开发（四） /111

1. 动作训练方案 /111

2. 孩子智力开发教育的原则 /111

第二十三课 亲子游戏（四） /113

1. 会踢球了 /113

2. 找一找 /113

第二十四课 婴儿的护理（五） /113

1. 哄宝宝睡觉 /113

2. 让宝宝不哭 /114

第二十五课 婴儿的喂养（五） /115

1. 碘、铜、硒等微量元素补充方法 /115

2. 多吃点养肝明目的食物 /116

第二十六课 婴儿的保健（五） /117

1. 脑性瘫痪病因 /117

2. 脑性瘫痪病儿的主要4种表现 /117

第二十七课 亲子游戏（五） /118



1. 拉过来 /118

2. 玩水 /118

第二十八课 婴儿的护理（六）/119

1. 夏天宝宝尿布使用 6 忌 /119

2. 2~3 个月的宝宝练翻身 /120

第二十九课 婴儿的喂养（六）/121

1. 常食富含胡萝卜素的食物 /121

2. 多吃富含维生素 B₂ 的食物 /122

第三十课 婴儿的保健（六）/122

1. 如何断定脑性瘫痪 /122

2. 有益于脑性瘫痪患儿疗效的良策及居家护理 /122

第三十一课 婴儿的护理（七）/123

辨别婴儿的哭声 /123

第四个月 听觉能力几乎与成人一样

第一课 婴儿的发育特点（一）/127

1. 身体发育 /127

2. 动作发育 /127

第二课 婴儿的护理（一）/128

1. 预防孩子睡偏头 /128

2. 为宝宝选择合适的枕头 /128

第三课 婴儿的喂养（一）/129

1. 4 个月婴儿喂养特点 /129

2. 辅食的制作方法 /130

第四课 婴儿的保健（一）/131

1. 预防接种 /131