



强生育儿系列

Johnson's®

强生® JOHNSON'S® Everyday Babycare 婴幼儿日常护理

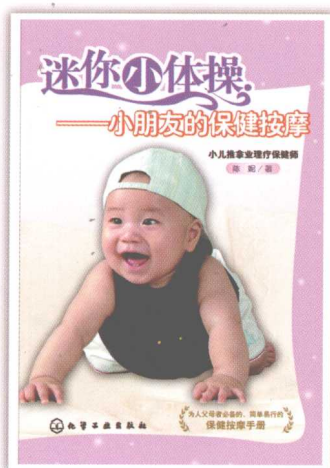
Baby & Child Safety 宝宝的安全

[英] 凯蒂·霍兰德 著 ♥ 闫欣 译
(Katy Holland)

- 安全入睡
- 乘车安全
- 讲卫生
- 外出游玩的安全
- 保护儿童安全
- 玩具和游戏
- 花园里的危险
- 宝宝过敏的处理

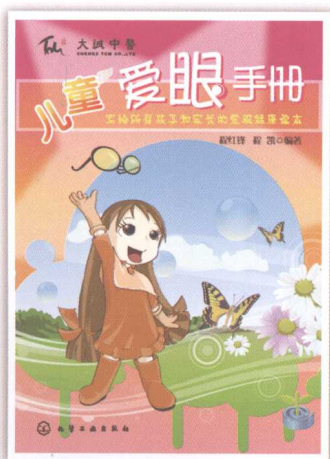


化学工业出版社



书 名：迷你小体操——小朋友的保健按摩
书 号：7122010599
作 者：陈妮(台湾)
出版日期：2007-9
定 价：18元
开 本：大32

你知道吗？小朋友按摩可以帮助他长高、变聪明、预防近视、增加免疫力，让孩子更有活力。按摩是老祖宗的智慧，在中国历史悠久，也是中华医药学中一个宝贵学科。通过按摩经络穴位的手法，不仅能使气血通行、脏腑调和，更能促进孩子健康地成长，在生病、不舒服时舒缓不适的症状。父母只要学习简单的穴位和手法，不单可以达到按摩的功效，并可以让孩子直接感受你对他的爱，有助于亲子关系的增进。这本简单易懂的工具书，是为为人父母者都该拥有的保健手册。



书 名：儿童爱眼手册
书 号：7502595951
作 者：程红锋
出版日期：2007-8
定 价：15元
开 本：B5

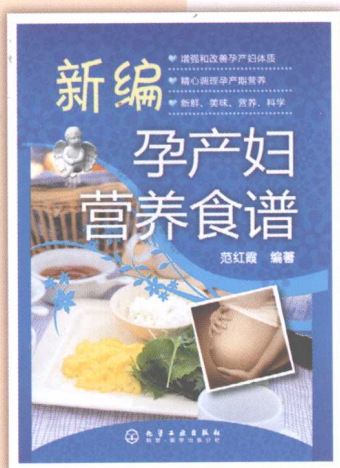
本书以30年临床经验为基础，从现代医学和中华传统医学两个不同视角，为您分析以近视、弱视为主的儿童眼病的发生发展过程、防治原则和保健治疗方法，并创新性地把青少年近视和儿童弱视的预防、治疗与控制，提升到健康管理的层面，提出了医生、家长和患儿三方互动形成的儿童爱眼健康管理方案——儿童爱眼计划。

本书是第一本以中医、西医不同视角进行诠释的爱眼、护眼实用手册，是一本针对4~18岁青少年近视、儿童弱视的全面解决方案。



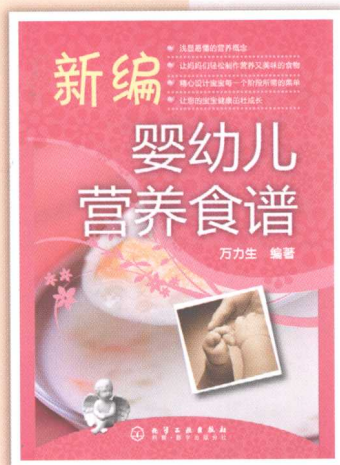
书 名：儿童耳鼻咽喉常见病防治
书 号：7122008244
作 者：王薇
出版日期：2007-9
定 价：18元
开 本：大32

本书介绍儿童耳鼻咽喉常见病的同时，对耳鼻咽喉病的常见症状和外伤、耳鼻咽喉和气管食管异物及对儿童健康成长影响较大的耳聋方面作了专题阐述。这些内容既有助于普通读者了解如何保护儿童耳鼻咽喉诸器官的功能，也可供耳鼻咽喉科医生参考使用。



书 名：新编孕产妇营养食谱
书 号：7122000101
作 者：范红霞
出版日期：2007-6
定 价：28元
开 本：B5

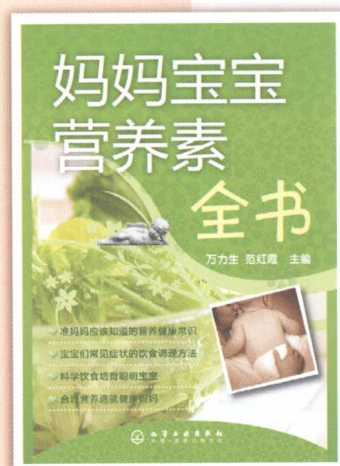
本书是根据我国的实际情况，并参考美国、日本等其他发达国家孕产妇营养理论与实际，归纳整理而编写的。内容包括孕妇、产妇、乳母食谱和中医食疗诸方面，能给孕产妇以科学指导，使孕产妇的饮食结构达到营养全面，平衡、合理的要求，并兼顾南北方的饮食习惯，尽量选择那些常见易得的原料和简便易行的烹调方法，供读者们参考。



书 名：新编婴幼儿营养食谱
书 号：7122000576
作 者：万力生
出版日期：2007-6
定 价：36元
开 本：B5

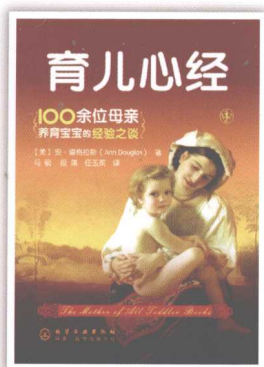
本书依照婴幼儿护养和身心发展的一般概况，全书由婴幼儿所需的各种营养素食谱、各年龄/月龄阶段营养食谱介绍、婴幼儿常见病症食谱以及常见病症饮食宜忌四大部分组成。

卖 点：本书紧密联系实际，通俗易懂，是家庭育儿配餐不可缺少的推荐读物。



书 名：妈妈宝宝营养素全书
书 号：7122001822
作 者：万力生 范红霞
出版日期：2007-6
定 价：38元
开 本：B5

本书介绍了营养学与健康的关系，阐述了人体对食物的消化吸收过程。指出人体饮食营养成分和组合的优劣对于人体健康的重要性，从而分析了人体所需的各种维生素、矿物质及碳水化合物等。并指导人们来正确摄取这些营养成分，保持身体的健康与活力。通过正确的摄取营养成分还可以预防许多由于缺乏某种元素而导致的疾病。本书将带给您有关营养与婴儿及产妇生理、心理、保健方面的知识。



书 名：育儿心经（100余位母亲养育1-2岁宝宝的经验之谈）
 书 号：7122000316
 作 者：[美]安·道格拉斯（Amm Douglas）
 出版日期：2007-5
 定 价：38元
 开 本：B5

本书寓教于乐，同时又不失权威性，有助于宝宝们快乐健康地成长。作者用一种新颖、有趣且亲切的方式指导您如何照顾孩子，还就宝宝的营养、免疫接种、管教、睡眠等问题给出了宝贵的建议。作者在书中充分体现了她的幽默与智慧，她用通俗易懂的语言毫无保留地和我们分享了她的经验。

本书通俗易懂，实用性和趣味性强，相信作为1~2岁宝宝家长的您一定会爱不释手。

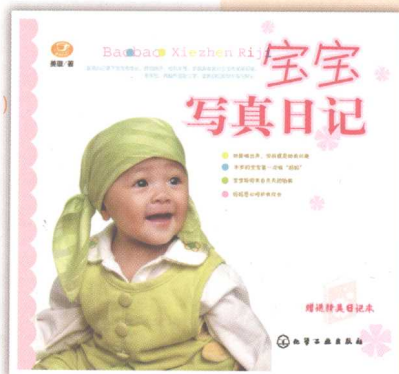


书 名：育子手记
 书 号：712002693
 作 者：水水
 出版日期：2007-6
 定 价：19元
 开 本：B5

本书作者从身体健康和心理健康两个方面分享了爱护孩子的心得。身体健康方面包括饮食习惯、卫生习惯的培养以及各种儿童常见疾病的应对方法等内容；心理健康方面包括心态、沟通、品质等为人父母较为关注的内容。本书从教育和培养孩子的实际出发，提出可能遇到的问题并给出可操作性极强的对策方法，对于家长们有很强的参考价值。

书 名：宝宝写真日记（附赠精美日记本）
 书 号：7122002051
 作 者：姜璇
 出版日期：2007-5
 定 价：29元
 开 本：大24

本书以作者真实的怀孕、育儿感受为主线，以日记体形式来表现，介绍科学育儿知识。本书附赠一本宝宝成长纪念册，记录宝宝的成长历程。本书将育儿经验科学知识和宝宝成长纪念册集合为一体，是一本既实用又有保留意义的图书。



书 名：轻松孕育小百科
 书 号：7122007155
 作 者：刘建国
 出版日期：2007-9
 定 价：38元
 开 本：B5

本书从孕产妇自身保健与优生优育的角度出发，并充分考虑到孕前、孕中、分娩、产后等各个阶段的生理、心理特点，详细系统介绍了广大育龄女性朋友所关心的有关生活、工作、饮食、锻炼、疾病、用药、护理、胎教、生产、哺乳、恢复、育儿等问题。富于科学性、知识性和实用性。



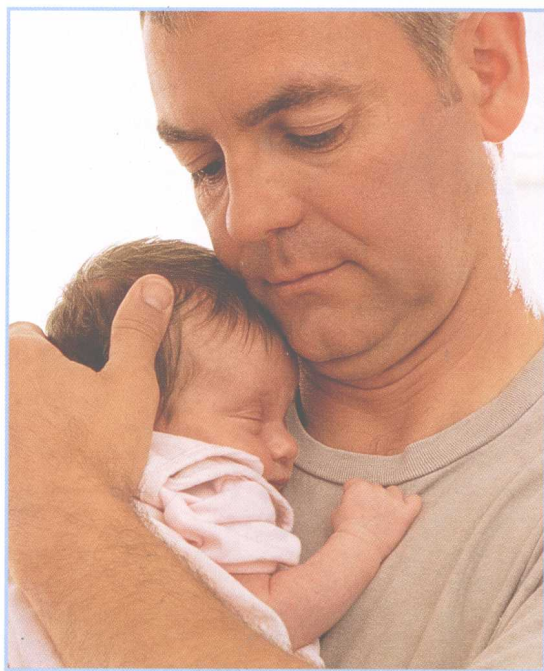
强生育儿系列

Johnson's®

强生® 婴幼儿日常护理

宝宝的安全

[英] 凯蒂·霍兰德 著 闫欣 译



化学工业出版社

· 北京 ·

强生婴幼儿日常护理系列为年轻父母们提供了大量实用的育儿信息及有用技巧和有价值的专业知识。本书旨在回答父母们可能遇到的有关宝宝安全的所有关键问题,涵盖了关于如何应对宝宝安全问题的最新信息和医学指导,范围涉及从新生儿到学龄前儿童。可供广大初为父母者参考阅读。

图书在版编目(CIP)数据

强生婴幼儿日常护理 宝宝的安全/[英]霍兰德(Holland,K.)著;闫欣译.—北京:化学工业出版社,2007.9

(强生育儿系列)

书名原文:Johnson's Baby & Child Safety

ISBN 978-7-122-00833-6

I. 强… II. ①霍… ②闫… III. 婴幼儿—语言能力—能力培养 IV.R174 G613.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2007)第105378号

Johnson's Everyday Babycare series: Johnson's Baby & Child Safety /by Katy Holland
ISBN 978-1-4053-0435-1

Copyright©Johnson & Johnson Limited, 2004

Cover Design Copyright©Johnson & Johnson Ltd and Dorling Kindersley Ltd 2004

Text Copyright©Dorling Kindersley 2004

Image copyright©Dorling Kindersley Limited 2004

Johnson's is a registered trademark of Johnson & Johnson

JOHNSON'S®和强生®是美国强生公司注册商标。

Authorized translation from the English language edition published by Dorling Kindersley, Ltd.

本书中文简体字版由Dorling Kindersley,Ltd. 授权化学工业出版社独家出版发行。

未经许可,不得以任何方式复制或抄袭本书的任何部分,违者必究。

此版本仅限在中华人民共和国境内出版发行,不得出口。

北京市版权局著作权合同登记号:01-2007-1025

责任编辑:肖志明 熊 颢

装帧设计:关 飞

责任校对:李 林

出版发行:化学工业出版社 科普·医学出版分社

(北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码 100011)

印 装:北京华联印刷有限公司

720mm×1000mm 1/16 印张4 字数100千字 2008年1月北京第1版第1次印刷

购书咨询:010-64518888(传真:010-64519686)

售后服务:010-64518899

网 址: <http://www.cip.com.cn>

凡购买本书,如有缺损质量问题,本社销售中心负责调换。

定 价:18.00元

版权所有 违者必究

强生公司致爸爸妈妈的话



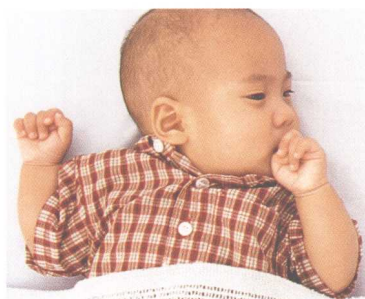
世界上最珍贵的礼物莫过于一个新的生命的诞生了。对您的小宝宝来说，您就是整个宇宙的中心。您最本能的爱抚、拥抱和对宝宝的喃喃细语，将给他一个最好的生命之初，让他拥有健康快乐的未来。

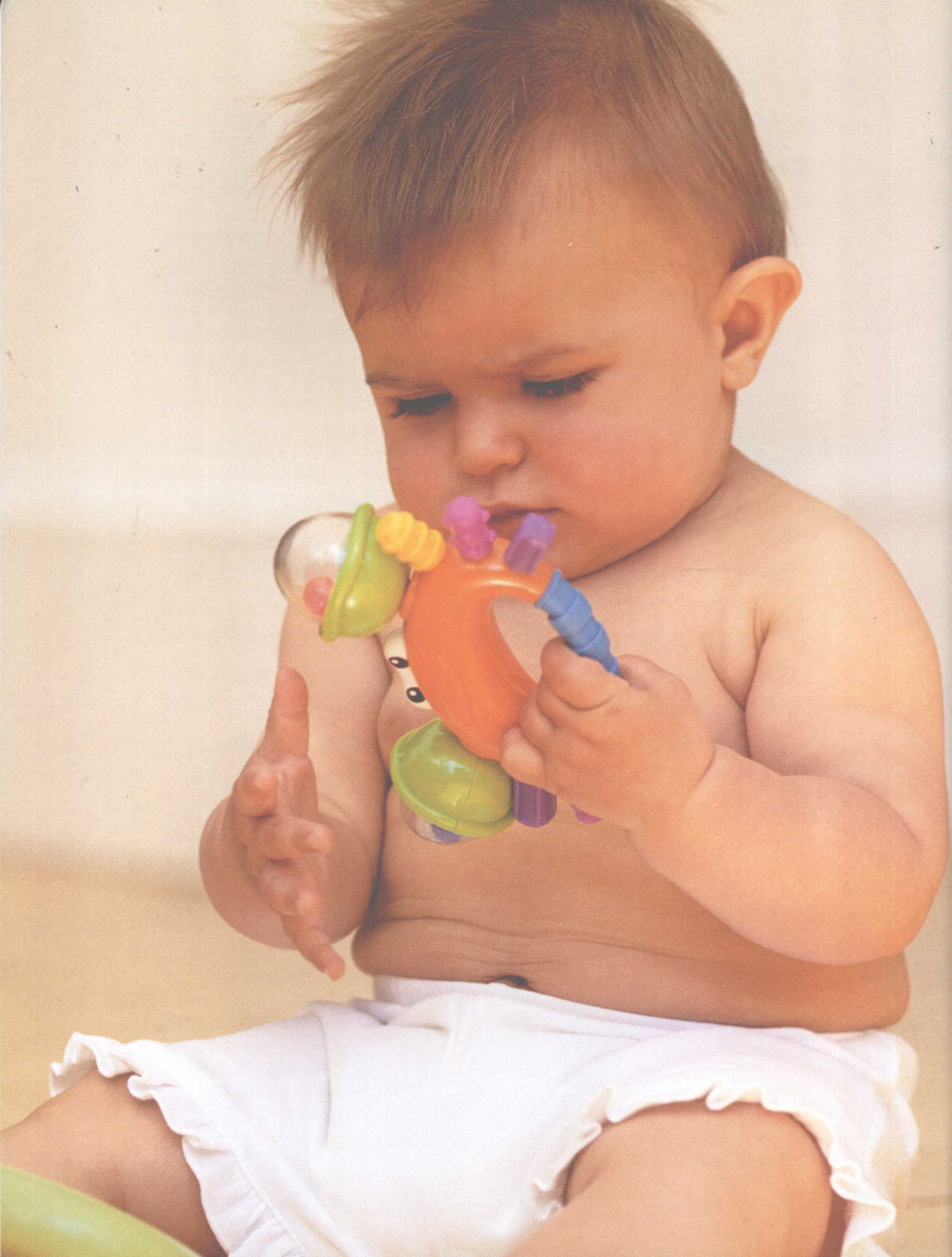
我们的婴幼儿产品鼓励父母们通过亲密接触来呵护宝宝，从而和宝宝建立起超越一切的深厚情感。

育儿不是一门精确的科学，也没有一个万能的公式。一百多年来，强生公司一直致力于满足父母和医护专业人士在婴幼儿健康护理方面的需要。我们深知，父母们有了可以信赖的信息和建议，将对自己为人父母的角色充满信心。

这就是我们出版这本书的原因。这本由专业人员编写的关于科学的孕期保健、婴幼儿护理，以及儿童发育健康的指南，实现了我们对您的承诺。

在您阅读本书时，最重要的一点是：不要忘记，您比其他任何人都更了解您的宝宝。您自己的所见所闻，和您对自身能力的信心，会帮助您最好地利用书中的信息，让宝宝最健康地成长。





目 录

1 您孩子的安全 7

2 睡眠安全 13

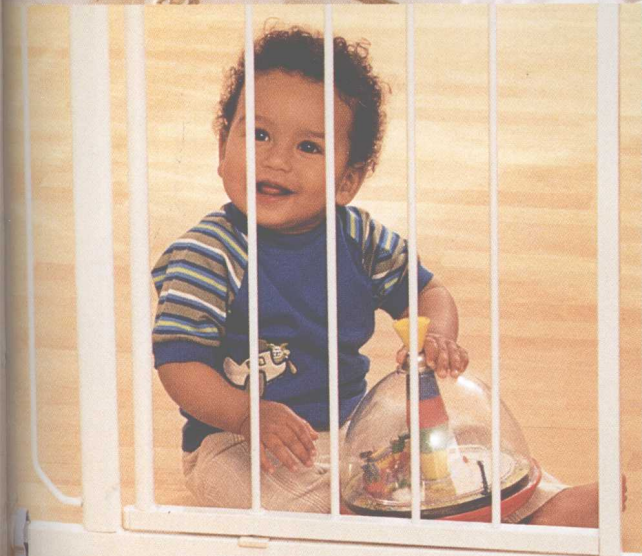
3 食品安全 21

4 游戏安全 29

5 在家的安全 37

6 花园的安全 47

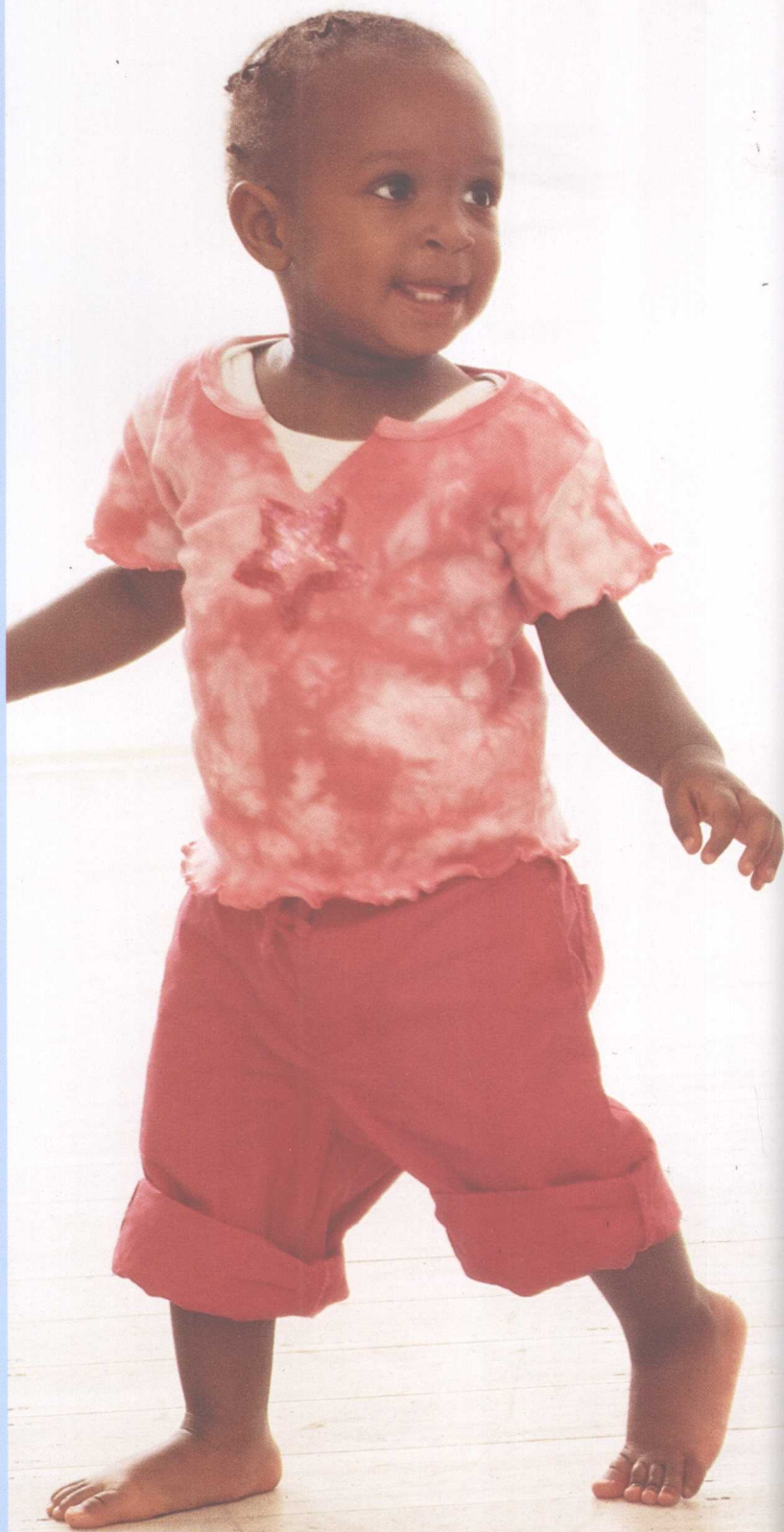
7 外出活动 55



“卡娜已经开始学会走路了，没有什么东西能够阻挡她。我们把房子布置得很安全，即便如此她也会不时地自己摔倒，特别是当她感觉累的时候。”

——17个月大的卡娜的母亲，帕米娜

1



您孩子的安全

不论您的孩子是刚刚学会摸爬滚打或者甚至会爬树了，他的每一个进步的里程碑都会给你们带来骄傲和满足感。与此同时，您的孩子掌握的每一项新本领都会有其自身的安全规则。因此，在孩子的整个儿童时期，您始终都需要在他之前掌握这些规则——以确保其安全。

从宝宝出生的那一刻起，好奇心就本能地随之而来。他面前的环境是无穷的魅力源泉，他渴望去探索。这种好奇心是他成长的一部分——通过触摸，品尝和用不同的方法尝试，他正在获取能帮他掌握重要生活技能的信息。但是，在早期他并没有安全概念，好奇心可能会导致意外事故的发生。

您的小宝宝

虽然宝宝不能自己移动，但是请记住小宝宝会扭动、踢腿以及抓握他第一次能见到的任何东西！

保证新生儿的的安全

- 请用双手抱着宝宝，并保持地面及楼梯的清洁。
- 带宝宝外出时，请使用绑带。
- 不要把宝宝放到高台上——即

使是一分钟也不行。

- 当宝宝睡觉时，不要让带毛的宠物靠近他，因为他们可能会使宝宝窒息。
- 把宝宝放在屋内生活区的一个安全地方，婴儿床、围栏或者婴儿座椅是理想的选择。
- 手中拿着热饮时不要接近您的宝宝。
- 远离绳子、窗帘或者遮蔽物或者任何他可能抓到的悬挂的东西。

您的宝宝可以爬了

一旦您的宝宝能翻身（3个月以后）的话，您就需要对他的安全倍加留心。4个月大时的他能把自己向上拉起来，不久后就开始会四处爬动了。他想把每件东西都塞进嘴里，因此中毒和窒息就成为了宝宝的潜在危险。

个性

每一个宝宝都是独立的，并且在某种程度上，宝宝的脾气取决于他对意外事件的承受能力。

- 如果宝宝很活跃或者非常好的话，他就可能更容易伤害自己，所以您必需格外地小心。
- 在某一个成长阶段，他可能会很顽固，容易受挫折，富有攻击性或者很难集中精力——所有的特点都与他曾受过伤害有关。
- 如果您注意到您的孩子过得不愉快，或者正在经历一段艰难时期，请尽量保持格外警惕，因为这时他很可能去触犯那些平时他遵守的安全规则。

清单

如果了解宝宝每一个阶段最常见的导致伤害的原因的话，将帮您避免宝宝的意外情况发生。

从出生到4个月

- 被大人的热饮或洗澡水烫伤。
- 换桌子时摔落或者从婴儿椅中摔出去。
- 大人带其外出时受伤或者摔倒。

到18个月

- 玩具损害（锐利的边缘，绳子，窒息的危险）。
- 从高脚椅上意外摔下。
- 头朝着有尖锐的角的物体方向跌落。
- 卷烟烫伤以及抓取东西的伤害，例如抓取热饮杯子。
- 被易碎的东西划伤。
- 玩宝宝学步器或者在婴儿手推车上受伤的意外事件。

18个月到3岁

- 爬行时摔倒的意外事件。
- 误服有毒物质。
- 没有防备的玩水危险，例如在游泳池、在洗澡过程中或者在池塘边发生的危险。
- 划伤。
- 茶几或者家具倒下所导致的意外事件。

学前至5岁

- 从自行车或其他游玩设备上跌落。
- 中毒。
- 从窗子边缘摔下。

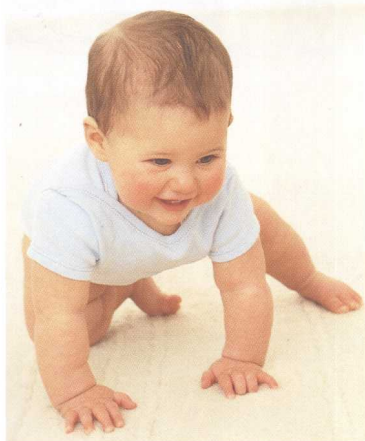
一旦宝宝可以自己爬动时，您的大多数时间将会用来对他进行密切关注。即使在这一阶段您告诉他某些东西是有害的，但是他太小了，以至于还不能理解您所说的内容。您的孩子并不是成心不听话——他的记忆力还没有完全发展到当下次被禁止触摸的物体或者参与的活动所吸引时，能回忆起您的警告的程度。他正在检验和再次检验现实生活，并且这是宝宝正常的学习方法。

保障爬动的宝宝的安全

- 经常把他安全地绑在高脚椅上、汽车座椅上和折叠式婴儿车中。
- 确定他的玩具达到安全标准且符合其年龄要求（见P28~35页）。
- 把您的家改造成保护儿童安全的温馨居室，如果您还没有这么做的话。

独立的蹒跚学步的孩子

刚学走路的小孩以其对独立的渴望而著称，并伴有强烈的好奇心，这使得宝宝在该阶段的潜在危险性最大。孩子的身体技能发展相当超前，远远超过了他对其行动后果的理解。他的判断力开始改善，但是他对危险的感知程度并未随之发展，当他发现自



宝宝开始四处爬

随着宝宝身体素质的发展，您尤其需要提高警惕。许多潜在的危险将会出现在其所能到达的范围内。

己想要的东西时，缺乏停下来的自制力。

保证独立的蹒跚学步孩子的安全

- 定期检查他的小床，高脚椅和其他设备的坚固程度及使用情况。
- 做好榜样。孩子会通过模仿来学习，如果他看见您向火里扔东西或者站在椅子上伸手去够高书架的话，那么他也会这么做的。
- 锁上家里所有的化学物品及药物——他可能很快就能打开有儿童防护的药瓶盖了。
- 搬走易损坏的家具，并且保证沉重家具对宝宝是安全的。

学龄前儿童

您的孩子在3岁到5岁之间开始会掌握一些概念，例如原因和结果（举例：他晃动表，以反射光线），他对周围环境影响的认识逐渐增加，这意味着他的推理能力正在发展。

这些新获得的知识将帮助他避免危险的环境，但是他还没有成熟到可以理解自己行动的潜在危险。他愿意尝试自己的能力，

投入到新的挑战中去。

保证学龄前儿童的安全

- 通过不安全行为的后果向宝宝解释安全背后的原理。例如，如果他从正在爬着的椅子上摔下来伤到自己的话，那么请向他解释这正是要遵守攀爬规则的原因。通过解释事情危险的原因——“不要跑到大街上，因为你可能

会被汽车撞倒”——这能帮助孩子了解警告的含义。他还很小，并不能完全理解您的解释，但是他学得相当快。

- 前后一致并且用简单的方法重复规则，这样他就会了解不安全的行为永远都不能被接受。

第一步

宝宝蹒跚走路的第一步充满了魔力。光着脚丫或者穿上袜子和橡胶鞋，使宝宝在光滑的地板上走稳。



“乔华总是爱刨根问底。他喜欢探索任何事情，经常使自己陷入困境。我总是随时保护他，到目前为止他还没有受到严重的伤害。”

——18个月乔华的母亲露丝



问题和答案

我从没有让宝宝脱离我的视线，那为什么我还需要对家庭进行安全改造呢？

宝宝的成长需要您的鼓励、赞赏和全心全意的关注，消除明显危害的环境是您的最佳选择。总是说“不”或者让他走开，会让孩子感到很消极。给他所需要的探索的自由则要好得多。如果您感到轻松的话，那么孩子也会有

同样的感觉，他的自信将得以发展。

持续的警戒心可以使多数伤害得以避免。孩子希望您照顾他时保持全心全意，他需要和您交流，让您引导他，在必要的时刻指导他避免受到伤害。

即使是最有责任心的父母也不能时时刻刻照看孩子。大多数伤害并非发生在父母保持警惕时以及父母们处在最佳状态时，而是在当他

们不重视时——每个人都有类似的时刻。

有利于儿童安全的居室可以消除或者减少宝宝受到伤害的机会，这样即使您有片刻分神的话，孩子遇到伤害他的情况和物体的机会也会较小。想了解如何布置有利于儿童安全的房屋的建议，请见P36~45页。

在别人的照顾下

当您把宝宝留给其他人照顾时，不管是经常的还是临时的，您都要确定他能得到很好的照顾。但是其他照顾者的房屋也许并不是有利于儿童安全的，因此您有责任去检查并指出其中潜在的危險。

• 临时保姆

英国法律规定，临时保姆必须到您所在的区域登记，进行多项基础安全检查。即使她已经登记，也不意味着她的家就像您所希望的那样安全。询问她对有关安全问题的看法很重要，并且要到她的家和花园好好检查一番，

以便使自己对这里的安全情况满意。如果她对临时保姆这项工作很认真，就不会介意。另外，请核查她的登记情况和保险文件是否过期。

• 托儿所

像临时保姆一样，当地机构要经常检查托儿所，以保证他们符合法律要求并且有资格登记。您有权得到他们的测评报告。但是，一些幼儿园的安全水平远高于其他幼儿园，因此您亲自到幼儿园视察很重要。

专家提示

当您需要找保姆时，最好挑选您认识的人。如果您打算刊登广告，一定要参考下面的信息。

- 一定要留下保姆的联系电话。您也要把保姆的电话号码留给您的全科医生。
- 在决定是否留下保姆照顾孩子之前，一定要把孩子介绍给保姆认识。
- 告诉保姆孩子的有关重要物品放在哪里，并且向保姆指出紧急出口的位置。
- 不要让保姆给您的婴儿或孩子洗澡，除非您对她/他的能力有信心。

情感安全

保证孩子的安全不仅意味着保护他的身体安全。给予宝宝您的爱心、支持和鼓励，就自然而然地给宝宝提供了成为一个自信和有安全感的人的一切，而不用担心生活的供给。拥抱、亲吻和表扬需要持续一段时间，您越这样做，宝宝受益越多。

当孩子和您在一起时，会感觉特别安全，在您日复一日的照顾中茁壮成长。研究显示，婴儿、小孩和成年人都会从和谐、可预言的关系中受益。有规律的饮食习惯和睡眠习惯会慢慢使宝宝产

生安全感，让他感到有足够的自信去探索和发展自己的路。

当然，这并不意味着必须严格遵守日程表：规律及日常习惯应该自然出现，临时改变、中断或者出现新情况也应同样受欢迎。

爱中蕴含着安全

当婴儿和孩子们感觉被自己的父母喜爱和重视时，他们就会自信和安全感地成长。



“我们尽力为班哲明买了质量最好的床。床质地坚固，很容易使用。他现在还很小，但是我们有一种感觉——他长大以后会变得相当吵闹噢！”

——4个月班哲明的父亲，托尼



2

睡眠安全

与宝宝清醒时相比，父母通常更加担心孩子睡觉的时候的安全，特别是在出生的头几个月中。但是如果采取合理的预防措施并遵循下列建议措施的话，您就能感到放松，知道您的孩子在睡觉时很安全。

无论她睡在离您的床很近的婴儿提篮中，还是睡在自己房间内的小床里，都有一些安全措施要考虑。

婴儿提篮

许多新生儿更适合婴儿提篮的小空间而不是小床。便携式把手能让您在各房间内移动篮子（但是孩子在里面时千万不要这样做）。

- 当您挑选婴儿提篮时，请查阅相关质量标准。
- 确定篮子坚固且强韧，把手牢固。
- 检查垫子是否合适（特别是分开购买时）。在垫子和篮子的边缘应该没有缝隙。
- 检查睡篮架子是否和篮子相搭配。最好买一个睡篮架子为篮子特别设计的款式。
- 一旦您的孩子长到6千克重时，就可以开始转动睡篮或者做简

单观察，好像她已经长到足够大，篮子已经装不下了（通常3到4个月大时），是把她转移到小床的时候了。

- 千万不要用婴儿提篮带着孩子到处走。宝宝可能会从篮子中掉出来——特别是上下楼的时候。

摇篮

摇篮是一个舒适的并且让宝宝感放松的地方。像婴儿提篮一样，他们适合新生儿使用，直到宝宝能站起来，跪着或者打滚儿

甜甜的梦

婴儿提篮对于宝宝出生的前几个星期很实用。把它放在您床边，让起夜和喂奶更加容易一些。

