- 方方面面手把手教您养育健康宝宝
- 0——1岁婴儿每周身体和智力的发育
- 怎样听懂宝宝的哭声，与孩子交流感情
- 怎样给宝宝营造安全舒适的生活空间
- 名医名家为您提供育儿咨询与指南
- 帮您产后恢复窈窕体型的健美秘诀

SHIYONG YUER BAIKE

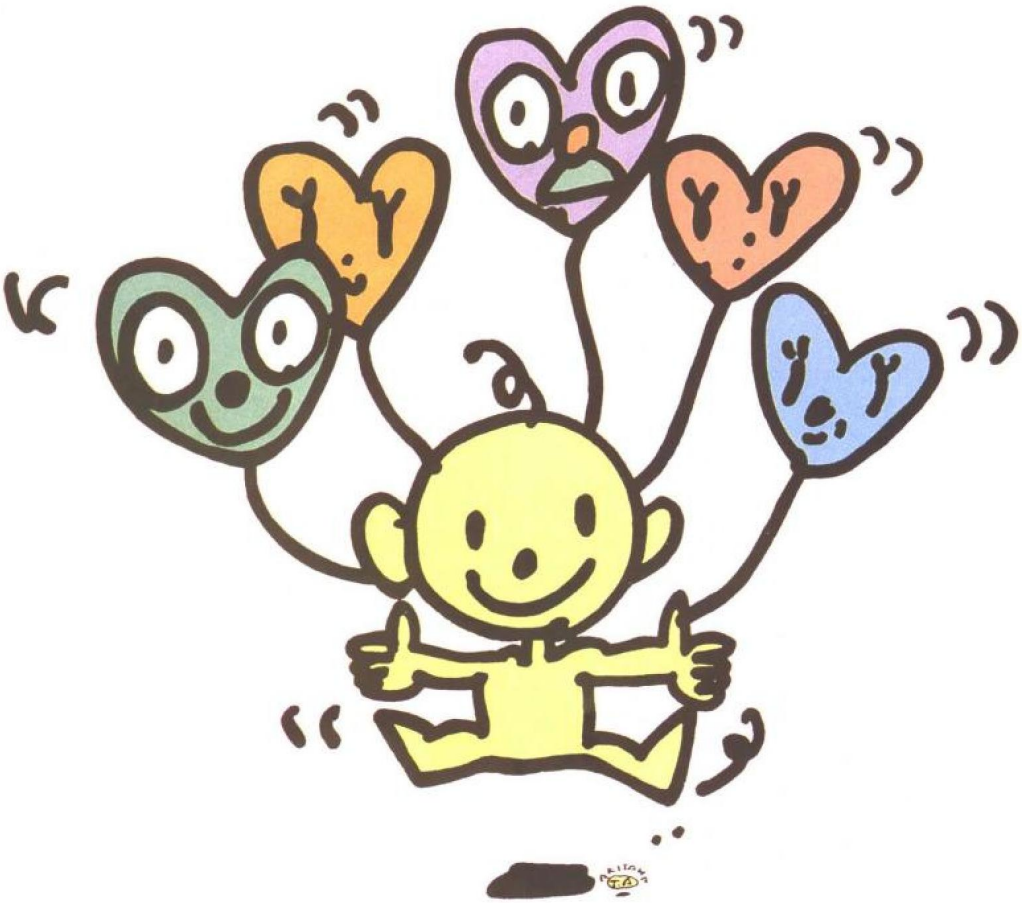
实用育儿百科

[日] 株式会社小学馆
王先进　李建平　译

河南科学技术出版社

实用育儿百科

[日] 株式会社小学馆
张湘南　译



河南科学技术出版社

©1996 by SHOGAKUKAN INC.
All rights reserved.
First published in Japan in 1996 by SHOGAKUKAN INC.
Chinese translation rights arranged with SHOGAKUKAN INC.
through SHANGHAI VIZ COMMUNICATION INC.
Chinese translation rights in China(excluding Hong Kong, Taiwan and Macao)
©2000 by HENAN SCIENCE & TECHNOLOGY PUBLISHING HOUSE
本书由河南科学技术出版社通过上海碧日咨询事业有限公司和日本株式会社小学馆签订翻译出版协议出版发行
版权所有,翻印必究
著作权合同登记号:图字 16-1999-0026

图书在版编目(CIP)数据

实用育儿百科/[日]株式会社小学馆;张湘南译.—郑州:河南科学技术出版社,2000.10
ISBN 7-5349-2476-6

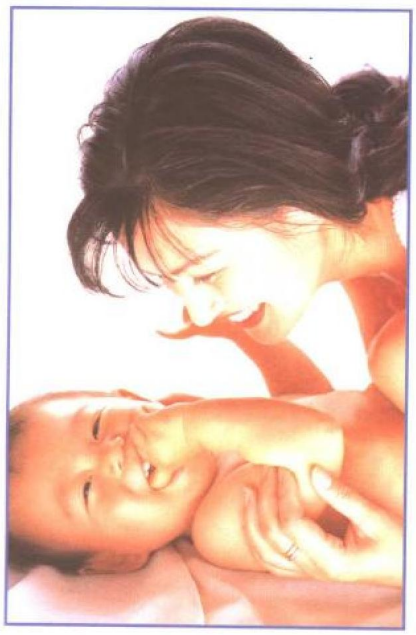
Ⅰ.实… Ⅱ①株…②张… Ⅲ.①婴幼儿-哺育-基本知识②婴幼儿-妇幼保健-基本知识 Ⅳ.R174

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 17550 号

责任编辑 刘欣 刘嘉 责任校对 申卫娟

河南科学技术出版社出版
郑州市农业路 73 号
邮政编码:450002 电话:(0371)5737028
河南第二新华印刷厂印刷
全国新华书店发行
开本:850×1168 1/16 印张:11.25 字数:180 千字
2000 年 10 月第 1 版 2001 年 10 月第 2 次印刷
印数:5 001—8 000
ISBN 7-5349-2476-6/R·490 定价:46.00 元

目　录

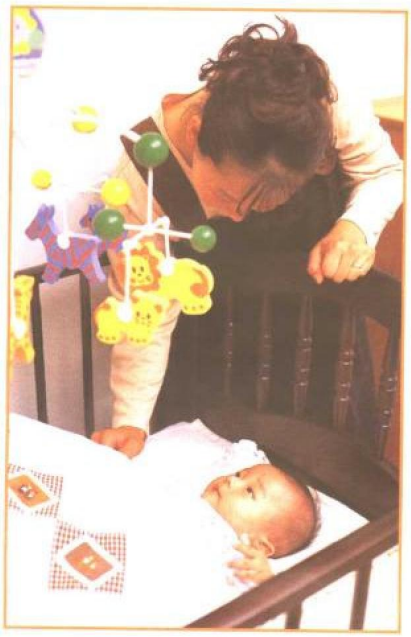


从出院到一岁间孩子发育状况 ……(11)

宝宝成长和养育指南 ……(12)

- 1个月的宝宝 ……(12)
- 2个月的宝宝 ……(16)
- 3个月的宝宝 ……(18)
- 4个月的宝宝 ……(20)
- 5个月的宝宝 ……(22)
- 6个月的宝宝 ……(24)
- 7个月的宝宝 ……(26)
- 8个月的宝宝 ……(28)
- 9个月的宝宝 ……(30)
- 10个月的宝宝 ……(32)
- 11个月的宝宝 ……(34)
- 12个月的宝宝 ……(36)

周岁宝宝智力和体格发育情况 ……(38)



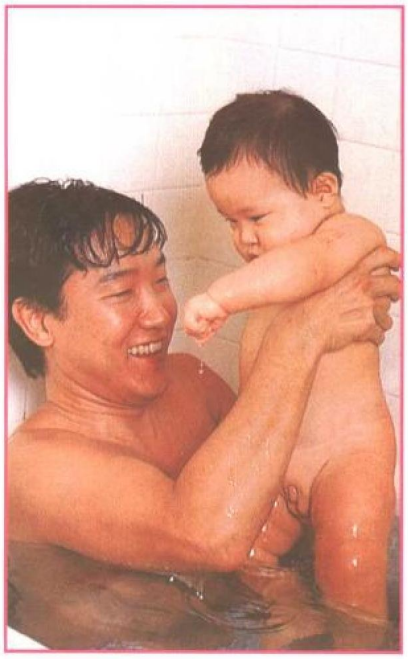
给孩子布置舒适愉快的房间 ……(39)

宝宝的小床应布置在哪里？ ……(40)

宝宝的衣服放在哪儿好呢？ ……(46)

尿布、卫生用品应放在哪里？ ……(48)

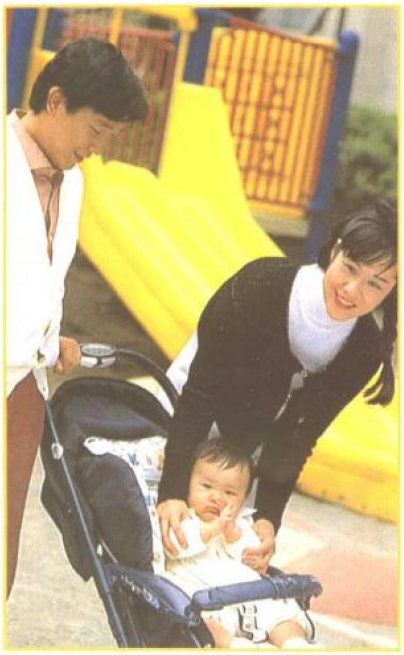
打扫卫生的技巧和危险区域检查 ……(51)



始终与宝宝在一起 ……(59)
注意！怎样抱软乎乎的宝宝 ……(60)
根据哭声判断孩子的要求 ……(61)
怎样将孩子抱得舒舒服服 ……(62)
如何使用布尿片和纸尿片 ……(64)
教你如何喂奶 ……(68)
断奶食品——初级课程 ……(76)
给婴儿穿内衣的方法 ……(78)
爸爸也要帮忙的第一次沐浴 ……(80)
与妈妈一起洗澡 ……(82)
满月之后的空气浴、日光浴和散步 ……(84)
与妈妈一起外出（车和商场篇） ……(86)
怎样注意新生儿卫生 ……(88)

婴儿定期健康检查 ……(89)
检查身体时，多与医生交流，更准确的观察孩子 ……(90)
如何运用母子健康手册 ……(92)
宝宝怎样顺利接受健康检查 ……(94)
出院时的健康检查 ……(96)
1 个月的健康检查 ……(98)
3 ~ 4 个月的健康检查 ……(106)
6 ~ 7 个月的健康检查 ……(108)
9 ~ 10 个月的健康检查 ……(110)
1 周岁健康检查 ……(112)
预防接种的种类及其副作用 ……(114)

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com

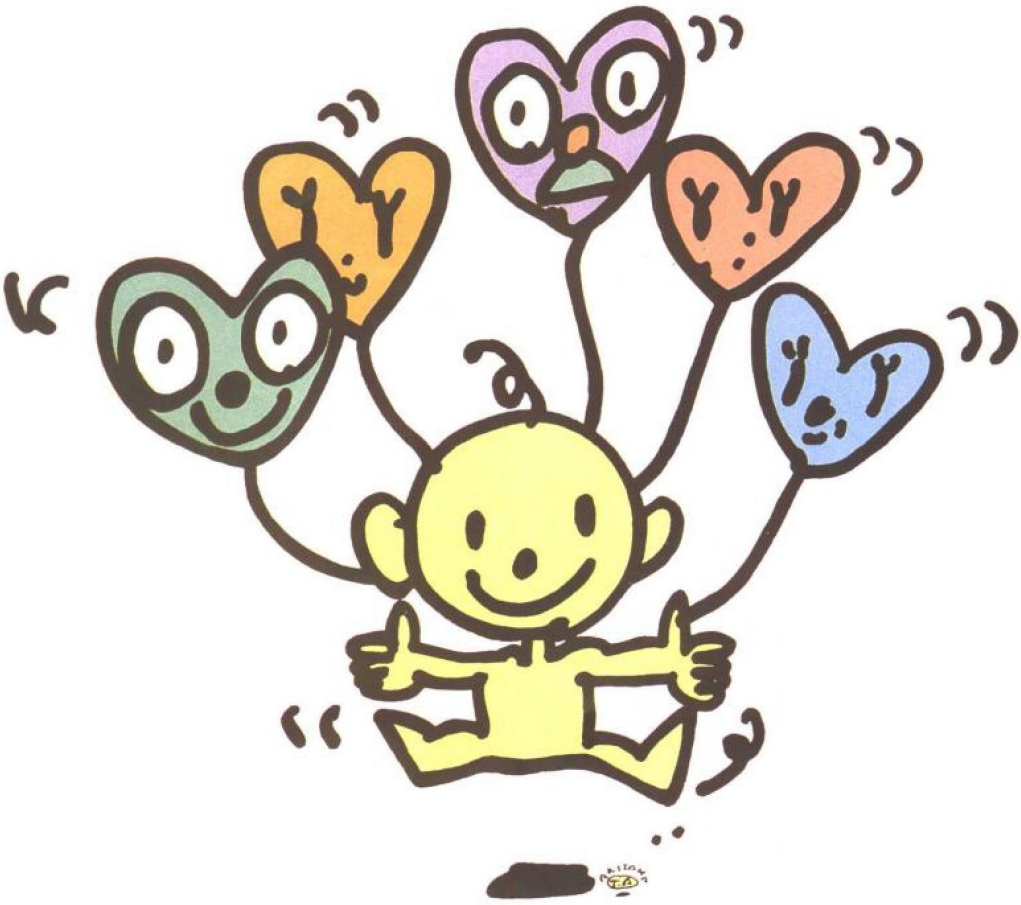


育儿咨询 ……(115)
消除育儿不安问与答 ……(116)
怎样做宝宝服 ……(138)
及早发现宝宝生病 ……(146)
宝宝出事的及时处理 ……(148)
处理各种紧急情况方法一览表 ……(150)

如何恢复形体和正常生活 ……(151)
出院后，满月前，妈妈的生活安排 ……(152)
产后第 2 周 ……(152)
产后第 3 周 ……(154)
产后第 4 周 ……(156)
产褥期引起的身体不适及处理方法 ……(158)
产妇忧郁症 ……(162)
胸部健美操 ……(163)
有助子宫恢复的产床体操 ……(164)
产后减肥的瑜珈功 ……(166)
妈妈和宝宝的亲和体操 ……(174)

实用育儿百科

[日] 株式会社小学馆
张湘南　译



河南科学技术出版社

原

书

缺

页

原

书

缺

页

原

书

缺

页

原

书

缺

页

此为试读,需要完整PDF请访问: www.ertongbook.com

原

书

缺

页

原

书

缺

页

原

书

缺

页

原

书

缺

页

原

书

缺

页

孩子发育状况

从出院到一岁间

本来只是会睡觉，到能独自行走——让我们一起体验孩子成长的乐趣吧！

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com