

新/妈/妈/宝/宝/丛/书

Baby



婴幼儿

张 凡 / 编著
上海科学普及出版社

家庭护理



> 早期新生儿训练

> 巧防宝宝睡偏头

> 婴幼儿用药禁忌



Yingyouer

jiating huli

新妈妈宝宝丛书

张 凡 编著

婴幼儿 家庭护理

上海科学普及出版社

图书在版编目(CIP)数据

婴幼儿家庭护理/张凡编著. —上海: 上海科学普及出版社, 2006. 1

(新妈妈宝宝丛书)

ISBN 7-5427-2122-4

I. 婴… II. 张… III. 婴幼儿—护理 IV. R174

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 136966 号

策划编辑 胡名正

责任编辑 林晓峰

婴幼儿家庭护理

张 凡 编著

上海科学普及出版社出版发行

(上海中山北路 832 号 邮政编码 200070)

<http://www.pspsh.com>

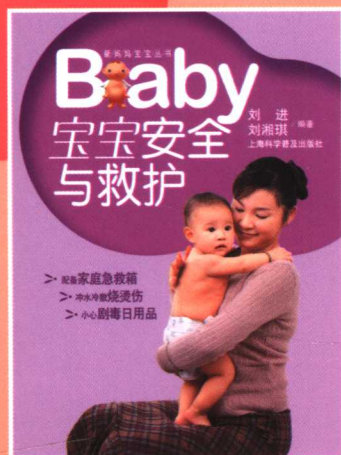
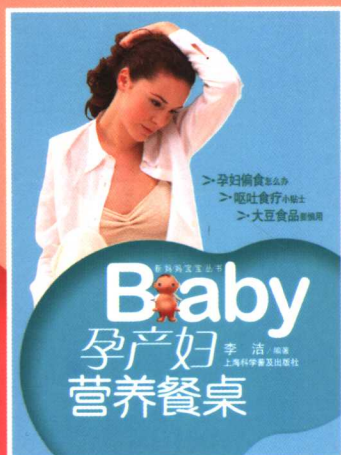
各地新华书店经销 北京业和印务有限公司印刷

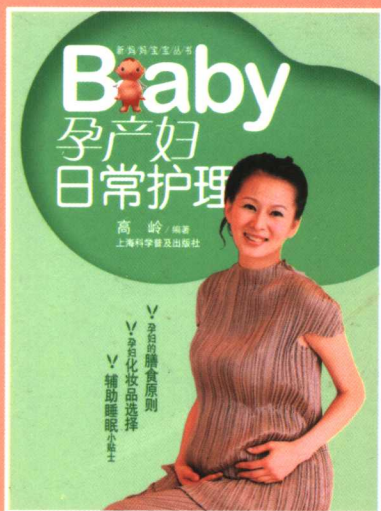
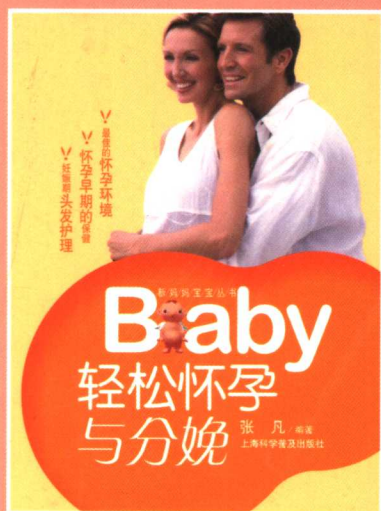
开本 880×1300 1/32 印张 10.375 字数 222000

2006 年 1 月第 1 版 2006 年 2 月第 1 次印刷

ISBN 7-5427-2122-4/R·172

定价: 18.00 元





策划编辑：胡名正

责任编辑：林晓峰

装帧设计：青布衣设计工作室

e-mail: qing_buyi@163.com

1
Baby
早期新生儿训练

2
Baby
巧防宝宝睡偏头

3
Baby
婴幼儿用药禁忌

序 言

新 妈 妈 宝 宝 丛 书

怀孕生育是人类繁衍的重要途径，关系着人类的未来和世界的发展，是人类的重要使命和神圣责任。尽管随着现代科学技术的发展，产生了“试管婴儿”、“人工授精”等孕育方法，但人类赖以生存和发展的基础，主要还是依靠自身的怀孕与生育。

怀孕生育作为一门学科，在国内外受到广泛重视，取得了许多研究成果。自古以来，人们都将怀孕、生育和成长视为自然而然的事情。随着科学的发展和认识的提高，人们充分认识到了讲究科学方法，提高怀孕、生育、培养的质量的必要性。

科学的怀孕生育能够为婴幼儿身心成长奠定坚实的基础。早期教育，特别是胎教，更是一门新兴的学科，希望我们每一位年轻的父母自觉学习和接受。

为了使我们每一位父母全面、准确、科学、系统地掌握怀孕、生产、育儿的有关知识，为了使广大父母顺利、如意地孕育出身心健康、活泼可爱的小宝宝，培养出高素质的人才，我们在有关专家的指导下，综合国内外最新研究成果，编辑了这套《新妈妈宝宝丛书》，为广大年轻父母奉献科学的孕产育儿“圣经”。

编 者



目 录

C O N T E N T S

第一章 新生儿家庭护理

了解新生儿宝宝	3
了解宝宝的一天	4
总在睡觉的宝宝	7
接宝宝回家	8
与新生儿交流	10
早期新生儿训练	11
黄疸、胎痂及脐带护理	14
一定要喂初乳	17
母乳喂宝宝最好	18
给宝宝喂奶的时间	21
教您正确喂奶	22
判断宝宝吃饱没有	23
判断奶水够不够	24
“奶水不足”的真相	27
保证母婴营养	30





教您人工喂养	32
喂养早产儿	34
宝宝的衣被	35
换洗尿布	37
附：您会洗尿布吗	39
新生儿防疫	40
对宝宝有益的环境	42
上好洗澡课	44
注意女婴卫生	46
“夜哭郎”习惯的调整	48
新生儿不用枕头	49
初为人父须知	50

第二章 婴儿养育知识

“满月”后宝宝的特征	55
和宝宝交流感情	56
不要剃“满月头”	57
和宝宝一起玩	58
卤门跳与胎记	62
防止臀红	63
保持生殖器卫生	64
满月后婴儿发育特征	65
养成良好生活习惯	66



爱哭不一定是病	68
剪宝宝的指甲	70
巧防宝宝睡偏头	71
吐奶	72
流口水	73
宝宝身上的异味	75
晚上不睡的孩子	76
宝宝长牙的时间	78
教您抱宝宝	80
室外空气浴	82
协助宝宝简易健身	84
给不同月龄的婴儿选玩具	87

第三章 科学养育知识

第一节 合理营养	91
合理喂水	91
婴幼儿不宜吃的食物	92
用奶粉调配营养奶	93
适时添加辅食	94
孩子太胖不好	97
合适的断奶方式	98
多吃粗粮好	99
判断缺锌	100



孩子为什么缺钙	101
---------------	-----

第二节 生活习惯	103
-----------------------	-----

挑食和偏食的矫正	103
----------------	-----

对不好好吃饭的孩子应怎么办	104
---------------------	-----

纠正边吃饭边看电视、边吃边玩的习惯	108
-------------------------	-----

异食癖是怎么回事	110
----------------	-----

保护乳牙	111
------------	-----

及早发现防止斜视	113
----------------	-----

正常视力	114
------------	-----

保护听力	115
------------	-----

孩子是左撇子别怕	116
----------------	-----

观察孩子的运动能力	117
-----------------	-----

第三节 日常起居	121
-----------------------	-----

四季为孩子护肤	121
---------------	-----

给孩子选择衣物	123
---------------	-----

开裆裤早换好	124
--------------	-----

穿衣服看最高气温	125
----------------	-----

不宜洗澡的情况	126
---------------	-----

让孩子头发更美	127
---------------	-----

家庭护理“十不宜”	129
-----------------	-----

玩具的安全	132
-------------	-----

适宜启智的家庭玩具	133
-----------------	-----

防止玩具传播病菌	135
----------------	-----



保姆对孩子成长的影响	136
选一个称心的保姆	137
孩子不愿上幼儿园怎么办	138
接送孩子上幼儿园	140
第四节 良好的睡眠	142
让孩子拥有良好的睡眠	142
孩子的卧具	145
孩子睡觉蹬被子	146
睡觉爱出汗	147
睡觉打呼噜	149
夜间惊叫	150
梦中磨牙	152
妙招叫醒“小懒虫”	153

第四章 宝宝生病不用慌

怎样发现宝宝异常	159
给孩子量体温	161
婴幼儿用药禁忌	163
给孩子正确服药	165
带宝宝打针	167
家庭常备药箱	169
折算儿童用药剂量	170
需要去医院的情况	171

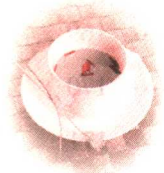


带孩子看病注意事项	172
护理孩子输液	175
做住院病孩“懂行”的妈妈	178
注意婴幼儿防疫	182
从孩子的睡姿辨病	184
护理体质较弱的孩子	185
实用家庭消毒	187
实用家庭冷、热敷	190
最佳健康时间	195
家庭保健的误区	197
幼儿为什么会贫血	200
护理女孩的生殖器官	202
男孩生殖器健康	203
这些症状不是病	206
孩子晕车	209
防止家养花卉伤害孩子	211



第五章 常见疾病护理

第一节 家庭急症的防护	217
误吃药	217
窒息	218
烫伤	219
耳鼻喉入异物	220





吞咽异物	222
流鼻血	222
中毒	223
虫蜇伤	224
触电	226
眼外伤	227
摔伤	229
第二节 皮肤护理	232
皮肤保健知识	232
脐疝	234
痱子	235
湿疹	237
荨麻疹	239
黄水疮	240
鹅口疮	241
口角炎	244
第三节 发热的家庭护理	246
正常体温	246
为什么婴幼儿容易发热	247
发热对孩子的影响	248
发热的家庭护理	249
抽风与退热出汗	250
不可乱用退热药	251



暑热症 252

护理“热伤风” 253

第四节 常见病家庭护理 257

常生病的孩子抵抗力弱吗 257

上呼吸道感染 260

急性喉炎 261

感冒与腹痛 262

淋巴肿大 263

扁桃体炎 264

肺炎 265

哮喘 266

消化不良 267

腹泻 268

便秘 269

惊厥 271

蛔虫 272

第五节 常见传染病 274

传染病常识 274

结核病 276

病毒性肝炎 277

流感 279

脊髓灰质炎 280

百日咳 281



麻疹	282
乙脑	284
风疹	285
腮腺炎	286
水痘	287
猩红热	288
菌痢	290

第六节

心理保健	292
过度恋母	292
孤独症	294
病后孤僻	299
逆反心理	302
纠正不良习惯	303
异常情况	306
口吃矫正	309
遗尿	311
惧怕症	314



第一章

新生儿家庭护理

随着呱呱坠地的小生命诞生,“准父母”结束了预备期而正式走马上任,家庭新成员来到了父母面前,一切从头开始,一切都那么新鲜。

产后6周左右,将是母子 and 全家共同面对的一个全新关键阶段。按照我国旧时传统,这个阶段称“坐月子”,而近代较为科学的提法,把产后8周叫做产褥期。

本章概要介绍怎样护理产褥期的宝宝。