

宝贝成长故事

BAOBEI CHENGZHANG GUSHI-YINGERPIAN

肖艳 张艳琴 主编

婴儿篇

心情 成长 随笔

记忆划过笔尖

记录下爱与梦想的历程

年轻的父母们

提起笔来

将宝贝天真无邪的童年留住

在这里

留下宝贝童年美好的回忆

留下宝贝童心跳动的瞬间

留下宝贝童趣带来的欢乐

.....



湖北长江出版集团
湖北科学技术出版社

宝贝成长故事

BAOBEI CHENGZHANG GUSHI-YINGERPIAN

肖艳 张艳琴 主编

婴儿篇



湖北长江出版集团
湖北科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

宝贝成长故事·婴儿篇/肖艳, 张艳琴主编. —武汉: 湖北科学技术出版社,
2006.10

ISBN 7-5352-3577-8

I. 宝… II. ①肖… ②张… III. ①婴幼儿-哺育-基本知识 ②婴儿-生长发育-基本知识 IV. TS976.31 ②R714.51

中国版本图书馆CIP数据核字(2006)第047843号

宝贝成长故事·婴儿篇

◎ 肖 艳 张艳琴 主 编

策 划: 熊木忠

封面设计: 戴旻

责任编辑: 熊木忠

出版发行: 湖北长江出版集团
湖北科学技术出版社

电话: 87679468

地 址: 武汉市雄楚大街268号
湖北出版文化城B座12-13层

邮编: 430070

印 刷: 湖北恒泰印务有限公司

邮编: 430223

787毫米×960毫米

32开

22.5印张

297千字

2006年10月第1版

2006年10月第1次印刷

定 价: 30.00元(全套定价: 90.00元)

本书如有印装质量问题 可找承印厂更换



编写人员

肖 艳	张艳琴	张 波
刘道春	邵 莉	陆荣庭
刘宝华	何 刚	肖 军
肖永清	杨忠敏	燕来荣
陆 文	朱 俊	莫翠兰
刘晓风	朱则刚	肖 霞
丁延军	钟晓俊	李浩然
张丽嫦	赵卫国	



自从这个宝贝来到人世间,不,是自从扎寨在母亲温暖的子宫和心里,所有的一点一滴都值得我们做父母的拥有和珍惜,宝贝的衣食住行、日常生活,我们很用心很用心。他(她)一分一秒地在长大,从掌心到怀里。有一天我们突然发现他(她)对着我们笑了,或者毫无顾忌的哭了,甜甜的吃奶,美美的睡着,心酸的或者轻松的断乳,啊,终于叫爸爸叫妈妈了,光荣的冒出了一颗两颗小牙牙,终于会蹒跚学步了,会跑了,上幼儿园了……

这一切都是宝贝们给我们的一生的财富,金不换,也无法从头再来过。让我们从今天开始,怀着一颗感动的心把这一切记录下来,变成文字,变成永恒。

把宝贝的故事、你的故事在这里记录下来。这里将架起你和宝贝的情感桥梁,这里将永远为你珍藏宝贝的童年,这里每一段文字都充满了你对宝贝无限的爱护和关怀,这里有值得你骄傲的成就!



什么是幸福？我不知道。
在风儿很轻的春天，爸爸妈
妈带我来到野外享受阳光，
我躺在爸爸妈妈的怀抱里，
我知道了，这就是幸福！



宝贝，你曾被当作一个心愿藏
在妈妈的心里，你曾孕育在爸爸妈妈所有的
希望和爱情里，在这个美丽季节的第一片曙光刚刚出
现，木棉树火红的花瓣儿张开的时候，你就像一股花香似地散
发出来。我的宝贝呀，而这时妈妈在盈满泪水地看着你，你这
个上天的第一宠儿，晨曦的孪生兄弟，你从生命的溪流浮泛而
下，终于停泊在妈妈的胸口了。如果这时上天给我一万个机
会，让我用一切来做交换，我还是会选择你呀，我的宝
贝，因为我是天底下最幸福的母亲！



内 容 提 要

NEIRONG TIYAO

0-3岁宝宝成长故事·婴儿篇

本篇为宝贝成长故事之婴儿篇。婴儿期的宝宝，每天都有让父母感到惊喜的变化。可是，伴随着喜悦，您还要随时了解宝宝在不同阶段生理发育上的特殊需要；宝宝营养上的合理补充；宝宝患病时的护理方法；宝宝使用什么玩具既安全又有趣；如何让宝宝增强适应环境的能力……本书以每一月龄为单元划分部分，各部分相互独立。每一月龄逐一讲解了该月龄段宝宝的养育要点、生长发育、喂养指导、家庭护理、亲子乐园、疾病防治、预防接种等。每一月龄段的最后一部分为“宝贝成长故事”，在这里，年轻的妈妈可详尽地记录下宝贝在成长过程中的点点滴滴，及自己养育孩子的酸甜苦辣。

本书集知识性与收藏性于一体，文字通俗易懂，简单明了，父母只需阅读与年龄段相同部分的内容即可。本书还在版式设计上进行创新，查阅十分方便，实用性强，可协助您精心呵护可爱的宝贝，让宝宝在您的科学有序的照料中，健康成长。



前

言

Q I A N Y A N



我是一位年轻的母亲,在我女儿的成长过程中,我结识了两个好朋友,她们同样也是年轻的妈妈,她们竟然也和我一样,从孕期开始就为她们的宝贝记成长日记。于是我们便经常讨论育儿经验,交流宝贝成长日记。我觉得她们的成长日记也写得相当好,在她们的笔下,把她们对她们的宝贝的那种浓浓的母爱表现得淋漓尽致,但是美中不足的是,这些成长日记中缺少了一些非常重要的组成部分,那就是关于她们的宝贝在不同时期的生长发育状况、指标及太多的第一次,以及宝贝的脾气、性情、反应、喂养、健康、预防接种情况等等。于是受这些启发,我花了大量时间,编写了这套书,它集知识性、收藏性于一体。年轻的母亲不仅可以从中学习到很多的育儿经验,还可以将养育心爱宝宝的酸甜苦辣及宝贝的纯真可爱最真实地记录下来,留作永久美好的回忆!因为那一份真,那一份纯,无论何时想起都弥足珍贵。从宝贝出生,到他(她)第一次哭,第一次笑,第一次和妈妈对视,第一次抚摸妈妈的脸,第一次咿呀学语,第一次喊妈妈,第一次会爬,第一次会翻身,第一次摔跤,第一次独立行走,第一次生病,第一次能完整清楚地表达自己的意思……太多的第一次,都是妈妈心中最最悸动的东西。宝贝成长过程中的点点滴滴对爸爸妈妈来说



都是十分精彩的,都是值得记录的。如果有一天,将之拿出来同宝贝一起分享他(她)童年的快乐,那是爸爸妈妈留给宝贝的一点点温馨的东西,让宝贝知道爸爸妈妈有多爱她;让他(她)知道他(她)是在爱的氛围里成长的;让宝贝知道,他(她)成长的每一步都倾注了爸爸妈妈无尽的心血。

本书分为三个篇章:胎儿篇、婴儿篇、幼儿篇。每一篇以孩子的年龄段为单元划分部分,各部分相互独立。从准备怀孕到腹中胎儿娩出是一段充满惊喜、变化与不安的日子,这期间准父母们总有这样或那样的疑问与困惑,胎儿篇按胎儿孕周详尽地介绍了每个孕周胎儿的生长发育情况及准妈妈的孕期护理、营养指导、疾病防治、胎教方法、孕期禁忌等。新生命的成长,需要不断地从外界获取所需的营养,家长如何合理、正确地喂养小宝宝?如何让孩子养成健康的饮食习惯?护理一个小小的生命,对于初为父母的您来说,也许会感到不知所措。看着躺在襁褓中的宝宝,既不明白他(她)为什么会哭泣,也不清楚什么因素会造成宝宝的意外伤害。更令您感到忧愁的,是宝宝生病时的治疗和护理。事实上,很多疾病的发生发展都有自己的规律,我们可以尽最大努力防患于未然,或采取科学的方法进行治疗。而婴儿篇和幼儿篇正是分不同年龄段详尽为您作了喂养指导及介绍了护理、常见病防治、预防接种等方面的常识。生长发育一栏则详尽地从各个方面介绍了各年龄段宝宝应该具备何种技能,而您的宝宝是否在哪一方面有所“落后”于同龄宝宝呢?哪一方面还需要加强训练呢?如何训练呢?亲子乐园则正是提供宝宝适龄的学习刺



激、游戏化学习方式、运动式的体能锻炼,让宝宝在爸爸妈妈的陪伴下、在快乐游戏中健康成长,并因此加深了父母与孩子之间的亲子感情,而更重要的是在游戏的同时,让宝宝学到在该年龄段应该掌握的各方面的技能,而能更早、更好地掌握这些技能,为孩子的一生都奠定了一个非常好的基础,这对孩子的一生来说,都是有非常深远的意义的。

每一年龄段的最后一部分是本书的精华,年轻的父母可以在这里详尽地记录宝贝成长过程中的各种情况。这里既方便了那些没时间写长篇大论的妈妈,指导她们简单地记录下宝贝成长过程中的各种状况,又给那些热爱写作的妈妈们提供了一个自由发挥的空间,让她们把宝贝成长过程中的童言、趣事及爸爸妈妈对宝贝的爱最真实地记录下来,还可以在这里倾吐为人父母的酸甜苦辣。最后在各个不同时期可留下一张珍贵的照片。我希望正在写以及还未为宝贝写成长日记的妈妈们,赶快提起笔来,在本书的指导下,记下这些心情故事,别让记忆溜走!文字的魅力是照片及录像无法相比的!在此,祝所有的宝宝在爱的包围中,健康成长!

参加本书编写和为编写提供帮助的还有刘道春、邵莉、陆荣庭、刘宝华、李浩然、张丽娜、何刚、赵卫国、肖军等,本书还参考了大量文献资料,在此向这些同志谨表衷心感谢。由于编者水平有限,书中难免有不妥之处,恳请读者赐教。

编者

2006年4月



宝贝成长故事

婴儿篇

B A O B E I C H E N Z H A N G G U S H I

宝贝出生寄语 /1

宝贝足印 /2

宝贝太多的第一次 /3

第一个月 /5

本月养育重点 /6

生长发育 /6

宝贝第1周 /6

宝贝第2周 /7

宝贝第3周 /8

宝贝第4周 /9

1个月宝贝情感心理发育水平 /10

1个月宝贝感知觉、听知觉、语言的发育水平 /10

1个月宝贝动作发育水平 /11

1个月宝贝睡多久 /11

家庭护理 /11

什么样的环境温度对新生儿最适合 /11

注意新生儿呼吸 /12

注意保护脐带 /12

注意清洁卫生 /12

婴儿衣着 /12

注意大小便 /12

给新生儿测量体温需注意些什么 /12

怎样帮新生儿洗澡 /13

帮新生儿洗澡的注意事项 /13

如何轻松去除宝宝头上的乳痂 /14

具有通乳作用的药物 /14

产后催乳食谱 /15

不要给新生儿用枕头 /16

在夜里给新生儿喂奶要注意什么 /16

新生儿吵夜怎么办 /17



怎样知道你的宝宝吃饱了 /18

各种奶嘴适合不同宝宝 /19

注意预防意外事故 /19

宝宝生理性啼哭的破译与处理 /20

宝宝病理性啼哭的破译与处理 /22

过早竖抱、抬头有害吗 /23

正确处理新生儿的上皮珠、马牙、螳螂嘴、鹅口疮 /24

早产儿的护理 /24

新生儿鼻子不通气怎么办 /25

喂养指导 /26

混合喂养应注意什么 /26

新生宝宝能喂鲜牛奶吗 /26

宝宝饿时如何传达饥饿的信息 /27

宝宝饱时如何传达吃饱的信息 /27

喂奶的间隔时间白天、晚上一样吗 /27

新生儿每天喂奶的次数 /27

奶粉的调配和用量 /28

牛奶煮多长时间好 /28

如何避免新生儿溢奶 /28

亲子乐园 /29

要经常对宝宝微笑 /29

每天给宝宝按摩 20 分钟 /29

学抬头 /31

爬呀爬 /32

“开步走” /32

让妈妈摸摸 /32

小眼睛找猫咪 /33

宝宝图形世界 /33

仔细听，音乐多美妙 /33

让宝宝学拿东西 /34

1 个月宝宝的玩具 /34



温馨提示 /35

不要急着给新生儿用奶粉 /35

不要用奶水擦新生儿的脸 /35

切忌挤压新生儿乳腺 /35

母乳喂养和人工喂养都要另外喂水 /36

按需喂哺不等于一哭就喂 /36

注意调节新生儿的体温 /36

母乳喂养,妈妈不宜喝茶 /37

不要用高浓度糖水喂新生儿 /37

新生儿奶嘴开孔有讲究 /37

不要亲吻新生儿的嘴 /37



家庭医生 /38

母亲患乙肝,会感染给胎儿吗,出生后应如何处理 /38

宝宝何时开始补充维生素 D /38

刚开始服用鱼肝油要注意些什么 /38

新生儿疾病三大特征 /38

新生女婴阴道出血需要治疗吗 /40

什么是生理性腹泻 /40

新生儿出生后的 2-4 天发热是怎么回事 /40

新生儿黄疸是怎么回事 /41

黄疸儿的照顾和护理 /41

如何防治新生儿脐炎 /43

婴儿尿布疹的防治 /44

新生儿为何容易打喷嚏 /45

新生儿突脐要紧吗 /45

宝宝出生后第一天出现心脏杂音是怎么回事 /45

新生儿要不要晒太阳呢 /45

新生儿的“眼屎”怎么处理 /46

预防接种 /47

出生一个月内需接种何种疫苗 /47

注意卡介苗接种后反应及复查 /47

早产儿免疫接种策略 /47

宝贝成长故事 /48



第二个月 /53

本月养育要点 /54

生长发育 /54

宝贝第 5 周 /54

宝贝第 6 周 /55

宝贝第 7 周 /56

宝贝第 8 周 /57

2 个月宝贝的动作发育水平 /57

2 个月宝贝的语言发育水平 /57

2 个月宝贝的感知觉发育水平 /58

2 个月宝贝的睡眠特点 /58

如何给宝宝称体重、量身长、测头围 /58

家庭护理 /59

2 个月宝宝的睡眠时间太短正常吗 /59

从婴儿大便判断婴儿的消化健康 /59

为宝宝按摩应注意九件事 /60

个月的宝宝发生便秘怎么办 /61

户外活动与开窗睡眠应注意什么 /61

2 个月的宝宝黄昏哭闹怎么办 /62

切忌用洗衣粉洗婴儿的内衣 /62

喂养指导 /62

2 个月宝宝喂养指导 /62

2 个月宝宝的辅食如何添加 /63

人工喂养要注意哪些问题 /64

2 个月小儿母乳不够吃怎么办 /65

母乳喂养性黄疸如何处理 /65

亲子乐园 /65

2 个月宝宝的听觉能力训练 /65

2 个月宝宝的视觉能力训练 /66

2 个月宝宝的运动能力训练 /66



2个月宝宝的触觉能力训练 /66

为婴儿唱歌、跳舞 /67

追声寻源 /68

看手 /68

欣赏小画廊 /68

什么变了 /69

外面的世界真精彩 /69

蹬踢大球 /69

青蛙望天 /70

侧卧 /70

在宝宝的床头挂些玩具,会影响宝宝早期视力发展吗 /70

母子健身操 /70

母子健身操注意事项 /71

会发声的玩具 /72

八音盒 /72

充满音乐的生活 /72

让我感觉你 /72

重点训练逗引发笑 /73

训练俯卧抬头 /73

锻炼四肢运动 /73

2个月宝宝的玩具 /73

温馨提示 /74

发烧不要轻易停止哺乳 /74

阳光可治红臀 /74

不要隔着玻璃做日光浴 /74

家庭医生 /75

婴儿患奶癣还能吃奶吗 /75

宝宝没喂饱也会拉肚子 /75





预防接种 /76

2个月宝宝的预防接种 /76

脊髓灰质炎糖丸发放后要立即给孩子服用 /76

宝贝成长故事 /77

第三个月 / 81

本月养育要点 /82

生长发育 /82

宝贝第9周 /82

宝贝第10周 /83

宝贝第11周 /83

宝贝第12周 /84

3个月宝宝情感发育水平 /84

3个月宝宝感觉、视觉发育水平 /84

3个月宝宝动作发育水平 /84

3个月宝宝语言发育水平 /85

3个月宝宝的睡眠特点 /85

家庭护理 /85

高烧病儿的护理 /85

宝贝发烧照顾六原则 /86

宝宝发烧何种情况必须紧急就医 /87

3个月宝宝应开始使用枕头 /87

养成好的生活习惯 /88

喂养指导 /88

怎样给宝宝添加辅食 /88

麦乳精不能代替奶粉 /89

果汁不能代替水果 /89

不宜只用豆奶喂养婴儿 /89

婴儿食用的奶粉不宜冲调过浓 /90

3个月宝宝蔬果食谱 /90

