

孕产妇·婴儿 护理课堂

(育儿篇)

• 主编 欧阳重辉
• 编审 优生优育指导中心



中国妇女出版社

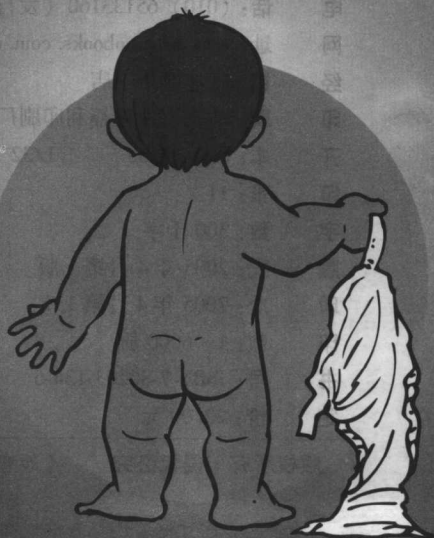
育儿篇

孕产妇 · 婴儿 护理课堂

主编 欧阳重辉 编审 优生优育指导中心



YUNCHANFU YINGER
HULIKETANG



中国妇女出版社

图书在版编目(CIP)数据

孕产妇·婴儿护理课堂/欧阳重辉编著. —北京:中国妇女出版社, 2005. 3

ISBN 7-80203-134-6

I. 孕… II. 欧… III. ①孕妇-妇幼保健②产妇-妇幼保健③婴幼儿-妇幼保健 IV. ①R715.3②R174

中国版本图书馆CIP数据核字(2005)第018080号

孕产妇·婴儿护理课堂(育儿篇)

作者: 欧阳重辉

责任编辑: 乔彩芬

出版: 中国妇女出版社出版发行

地址: 北京东城区史家胡同甲24号 邮政编码: 100010

电话: (010) 65133160 (发行部) 65133161 (邮购)

网址: www.womenbooks.com.cn

经销: 各地新华书店

印刷: 北京市振宏福利印刷厂

开本: 850×1168 1/32

印张: 11

字数: 300千字

版次: 2005年4月第1版

印次: 2005年4月第1次

印数: 1—6000册

书号: ISBN 7-80203-134-6

定价: 22.00元

版权所有·侵权必究 (如有印装错误, 请与发行部联系)

目 录

育 儿 篇

第一章 母乳喂养

- 一、母乳 /4
- 二、母乳喂养的情况 /5
- 三、纯母乳喂养宜多长时间 /5
- 四、初乳是很重要的 /7
- 五、健康母亲乳汁分泌表 /8
- 六、新生儿期母子每日生活时间表 /9
- 七、喂奶时注意事项 /10
- 八、药物与母乳分泌 /10
- 九、不宜哺乳的母亲 /11
- 十、影响母乳分泌的因素 /12
- 十一、母乳不足的表现 /12
- 十二、人工喂养 /13
- 十三、人工喂养要注意的问题 /14
- 十四、母乳喂养过程中常见乳房问题及预防、处理 /15

十五、挤奶技术 /17

第二章 新生儿

第一节 新生儿的发育特征 /23

一、生长发育指标 /23

二、新生儿的大便 /24

三、新生儿一日尿量 /24

四、新生儿的消化功能 /25

五、新生儿循环系统的特点 /25

六、新生儿的正常体温 /26

七、新生儿的睡眠 /26

八、新生儿的视觉 /27

九、新生儿的听觉 /28

十、新生儿的触觉 /28

十一、新生儿的味觉和嗅觉 /29

十二、新生儿的呼吸 /29

十三、新生儿的运动能力 /30

十四、新生儿与大人的交往 /30

第二节 新生儿人工喂养的科学知识 /31

一、代乳品的选择 /31

二、牛奶配制方法 /32

三、怎样调配奶粉 /32

四、新生儿的喂奶量 /33

五、人工喂养注意事项 /34

六、奶具准备 /34

第三节 新生儿的保健 /35

一、新生儿的护理要点 /35

- 二、怎样抱新生儿 /36
- 三、护理新生儿要防止哪些意外 /37
- 四、如何给新生儿洗澡 /38
- 五、新生儿睡觉不要捆 /38
- 六、新生儿脐带的护理 /39
- 七、女婴外阴护理 /40
- 八、新生儿卡介苗注射 /40
- 九、新生儿乙肝疫苗的注射 /41
- 十、新生儿房间的环境卫生 /42
- 第四节 新生儿常见疾病护理 /43
 - 一、新生儿患病的表现 /43
 - 二、新生儿常见情况、原因及处理 /45
- 第五节 新生儿早期教育与智力开发 /49

第三章 1个月宝宝

- 第一节 1个月宝宝的发育特征 /53
 - 一、身体发育参考值 /53
 - 二、感觉发育 /54
 - 三、睡眠 /55
 - 四、心理特点 /55
- 第二节 1个月宝宝的喂养指南 /57
 - 一、母亲的饮食 /57
 - 二、母乳与黄疸 /58
 - 三、宝宝病了还能喂奶吗 /58
 - 四、怎样掌握牛奶量 /59
 - 五、婴儿的饮食 /59
 - 六、怎样防治牛奶过敏 /61

七、早产儿的喂养 /61

第三节 1个月宝宝的保健 /63

一、适当地给孩子晒太阳 /63

二、正确看待胎记 /64

三、要注意观察孩子卤门 /64

四、宝宝五官的保健 /65

五、婴儿发育的重要指标 /66

六、尿布的选择和使用 /67

七、不要用电风扇直吹婴儿 /69

第四节 1个月宝宝的常见疾病与防治 /70

一、宝宝易得什么病 /70

二、什么是鹅口疮 /71

三、什么是低血糖 /71

四、什么是湿疹 /72

五、怎样防治痱子 /73

六、什么是脐疝 /73

七、用药的注意事项 /74

八、给小儿喂药的技巧 /74

第五节 1个月宝宝早期教育与智力开发 /76

一、智力开发 /76

二、多与宝宝交流 /77

三、经常抚触你的小宝宝 /77

四、室内布置与综合感官训练 /79

五、选择合适的玩具 /79

六、智能发育测试 /80



第四章 2个月宝宝

第一节 2个月宝宝的发育特征 /83

- 一、身体发育参考值 /83
- 二、动作发育 /83
- 三、语言发育 /84
- 四、感觉发育 /84
- 五、睡眠 /84
- 六、心理特点 /85

第二节 2个月宝宝的科学喂养 /86

- 一、2个月婴儿的喂养特点 /86
- 二、2个月宝宝的喂奶量 /86
- 三、蔬菜水和鲜果汁的添加 /87
- 四、注意培养孩子的进食习惯 /87

第三节 2个月宝宝的保健 /89

- 一、预防接种 /89
- 二、孩子经常吐奶是怎么回事 /90
- 三、不要给孩子戴手套 /91
- 四、2月宝宝的大小便 /91
- 五、慎用纸尿裤 /92
- 六、换尿布要及时 /93
- 七、怎样给宝宝剪指甲 /94

第四节 2个月宝宝的常见疾病与防治 /96

- 一、早期发现眼病和听力障碍 /96
- 二、屁股“腌”了怎么办 /97
- 三、不要过量添加鱼肝油 /98
- 四、鼻子的小毛病 /99

第五节 2个月宝宝早期教育与训练 /100

- 一、室内布置与智力开发 /100
- 二、开发宝宝的视力 /101
- 三、训练宝宝抓握玩具 /102
- 四、玩镜子游戏 /102
- 五、智能发育测试 /103

第五章 3个月宝宝

第一节 3个月宝宝的发育特征 /107

- 一、身体发育参考值 /107
- 二、动作发育 /107
- 三、语言发育 /108
- 四、感觉发育 /109
- 五、睡眠 /109
- 六、心理特点 /109

第二节 3个月宝宝的喂养指南 /110

- 一、3个月宝宝的喂养 /110
- 二、要给孩子多补充水分 /111
- 三、喂奶后拍背的技巧 /112
- 四、注意给孩子补充维生素C /112
- 五、如何添加蛋黄 /113
- 六、3个月宝宝的辅食 /113
- 七、母亲食用的食品 /114

第三节 3个月宝宝的保健 /115

- 一、预防接种 /115
- 二、预防接种后常遇到的问题 /116
- 三、宝宝需要户外锻炼 /117

四、肥胖应早期预防 /118

五、宝宝的衣着 /120

第四节 3个月宝宝的常见疾病与防治 /121

一、预防婴儿斜视 /121

二、什么是中耳炎 /121

三、什么是角膜软化 /123

四、什么是生理性腹泻 /123

五、什么是生理性贫血 /124

六、什么是菌痢 /125

七、什么是地图舌 /126

第五节 3个月宝宝的早期教育与智力开发 /127

一、智力发展与环境设置 /127

二、智力开发 /128

三、智能发育测试 /129

第六章 4个月宝宝

第一节 4个月宝宝的发育特征 /133

一、身体发育参考值 /133

二、动作发育 /133

三、牙齿萌出 /134

四、语言发育 /134

五、感觉发育 /134

六、睡眠 /135

七、心理特点 /135

第二节 4个月宝宝的喂养指南 /136

一、添加辅食的重要性 /136

二、喂辅食的时机 /137

三、添加辅食的原则 /138

四、对宝宝的眼睛有益的营养素 /139

五、喝牛奶的几种错误方法 /140

第三节 4个月宝宝的保健 /143

一、婴儿为什么流口水 /143

二、4月宝宝的大便 /144

三、小儿发热不爱吃奶怎么办 /144

四、孩子晚上不睡觉可以调节 /145

第四节 4个月宝宝的常见疾病与防治 /146

一、过食性腹泻和饥饿性腹泻 /146

二、小儿常见急腹症 /148

第五节 4个月宝宝早期教育与智力开发 /149

一、室内环境与智力开发 /149

二、教育与训练 /149

三、智能发育测试 /151

第七章 5个月宝宝

第一节 5个月宝宝的发育特征 /155

一、身体发育参考值 /155

二、动作发育 /155

三、感觉发育 /156

四、睡眠 /156

五、心理特点 /156

第二节 5个月宝宝的喂养指南 /158

一、5个月婴儿的喂养特点 /158

二、维生素的添加 /160

第三节 5个月宝宝的保健 /162

- 一、哄宝宝睡觉的注意事项 /162
- 二、婴儿夏季保健 /164
- 三、男婴包皮的护理 /165
- 第四节 5个月宝宝的常见疾病与防治 /166
 - 一、什么是维生素D中毒 /166
 - 二、维生素D中毒的表现 /167
 - 三、什么是维生素A中毒 /167
 - 四、什么是生理性多汗 /168
- 第五节 5个月宝宝早期教育与智力开发 /169
 - 一、日常教育与智力开发 /169
 - 二、训练宝宝大小便 /170
 - 三、教宝宝识物品 /171
 - 四、教孩子模仿妈妈的发音 /171
 - 五、智能发育测试 /172

第八章 6个月宝宝

- 第一节 6个月宝宝的发育特征 /175
 - 一、身体发育参考值 /175
 - 二、动作发育 /175
 - 三、语言发育 /176
 - 四、感觉发育 /176
 - 五、睡眠 /176
 - 六、心理特点 /176
- 第二节 6个月宝宝的喂养指南 /178
 - 一、6个月婴儿的喂养特点 /178
 - 二、让宝宝尽快适应辅食 /179
 - 三、6个月宝宝的食谱举例 /180

四、科学地吃水果 /181

第三节 6个月宝宝的保健 /186

一、保护好乳牙 /186

二、为什么要注意预防佝偻病 /187

三、注意宝宝的安全 /188

第四节 6个月宝宝的常见疾病与防治 /191

一、宝宝生病的表现 /191

二、预防宝宝脊柱侧弯 /193

三、什么是疱疹性口炎 /194

第五节 6个月宝宝的早期教育与智力开发 /196

一、游戏训练 /196

二、动作训练 /197

三、语言训练 /198

四、智能发育测试 /198

第九章 7个月宝宝

第一节 7个月宝宝发育的特点 /203

一、身体发育参考值 /203

二、动作发育 /203

三、语言发育 /204

四、睡眠 /204

五、心理特点 /205

第二节 7个月宝宝的喂养指南 /206

一、7个月婴儿的喂养特点 /206

二、为什么宝宝不要多吃巧克力 /207

三、为什么宝宝不能多饮果汁 /208

第三节 7个月宝宝的保健 /210



一、计划免疫外的4种常用疫苗	/210
二、为什么孩子常踢被子	/212
三、用杯子喝奶与牙齿保健	/212
四、预防宝宝挑食	/213
第四节 7个月宝宝的常见疾病与防治	/214
一、如何防治婴幼儿便秘	/214
二、什么是肠套叠	/215
三、预防呼吸道感染	/217
四、预防贫血	/218
第五节 7个月宝宝的早期教育与智力开发	/220
一、训练“爬”	/220
二、语言训练	/221
三、开始和孩子说“不”	/221
四、培养宝宝的独立性	/221
五、训练宝宝指认五官	/222
六、培养孩子坐盆的习惯	/223
七、智能发育测试	/223
第十章 8个月宝宝	
第一节 8个月宝宝的发育特点	/227
一、身体发育参考值	/227
二、动作发育	/227
三、语言发育	/228
四、睡眠	/229
五、心理特点	/229
第二节 8个月宝宝的喂养指南	/231
一、8个月婴儿的喂养特点	/231



第三节 8个月宝宝的保健 /233

- 一、预防注射 /233
- 二、宝宝的口腔保健 /234
- 三、宝宝如何使用学步车 /235
- 四、增加户外活动 /236

第四节 8个月宝宝的常见疾病与防治 /237

- 一、什么是水痘 /237
- 二、什么是荨麻疹 /238
- 三、关于蚊虫叮咬的问题 /239

第五节 8个月宝宝的早期教育与智力开发 /241

- 一、动作训练与智力开发 /241
- 二、感知能力的训练 /242
- 三、语言训练 /242
- 四、生活习惯的培养 /242
- 五、给8个月的婴儿选玩具 /243
- 六、智能发育测试 /244

第十一章 9个月宝宝

第一节 9个月宝宝的发育特点 /249

- 一、身体发育参考值 /249
- 二、牙齿 /250
- 三、动作发育 /250
- 四、语言发育 /250
- 五、睡眠 /250
- 六、心理发育 /251

第二节 9个月宝宝的喂养指南 /252

- 一、9个月婴儿的喂养特点 /252



二、宝宝为什么不能吃味精	/253
三、9个月宝宝的辅食	/254
四、怎样纠正孩子偏食	/256
第三节 9个月宝宝的保健	/257
一、牙齿保健	/257
二、打针是不是比吃药好	/257
第四节 9个月宝宝的常见疾病与防治	/259
一、什么是“虚胖”的孩子	/259
二、预防接种后还会得病吗	/260
三、发热的利与弊	/261
第五节 9个月宝宝的早期教育与智力开发	/262
一、给9个月婴儿选择玩具	/262
二、智力与游戏	/263
三、动作训练	/263
四、语言训练	/264
五、9个月宝宝的的游戏	/264
六、智能发育测试	/267
第十二章 10个月宝宝	
第一节 10个月宝宝的发育特点	/271
一、身体发育参考值	/271
二、动作发育	/271
三、语言发育	/272
四、睡眠	/272
五、心理特点	/273
第二节 10个月宝宝的喂养指南	/274
一、10个月婴儿的饮食安排	/274

- 二、婴儿小食品制作 /274
- 三、宝宝要少吃菠菜 /275
- 第三节 10个月宝宝的保健 /277
 - 一、如何给孩子喂药 /277
 - 二、不要滥用抗生素 /278
 - 三、如何预防小儿缺锌 /278
- 第四节 10个月宝宝的常见疾病与防治 /279
 - 一、什么是高热惊厥 /279
 - 二、什么是麻疹 /281
- 第五节 10个月宝宝的早期教育与训练 /282
 - 一、给10个月宝宝选购玩具 /282
 - 二、智力游戏 /282
 - 三、动作训练 /283
 - 四、感官功能的训练 /283
 - 五、语言训练 /283
 - 六、培养良好的品质 /284
 - 七、培养良好的生活习惯 /285
 - 八、智能发育测试 /286

第十三章 11个月宝宝

- 第一节 11个月宝宝的发育特点 /289
 - 一、身体发育参考值 /289
 - 二、牙齿发育 /289
 - 三、动作发育 /290
 - 四、语言发育 /291
 - 五、睡眠 /292
 - 六、心理发育 /292