

孕产妇婴幼儿保健锦囊

王喆
金慧
梁丽
编著

Yingyou'er
Baojian Jinnang

婴幼儿保健

Yunchanfu Yingyou'er Baojian Jinnang

锦囊

科学丰富的育儿知识、全新现代的育儿理念

帮您养育出活泼、可爱、聪明、健康的小天使

内蒙古科学技术出版社



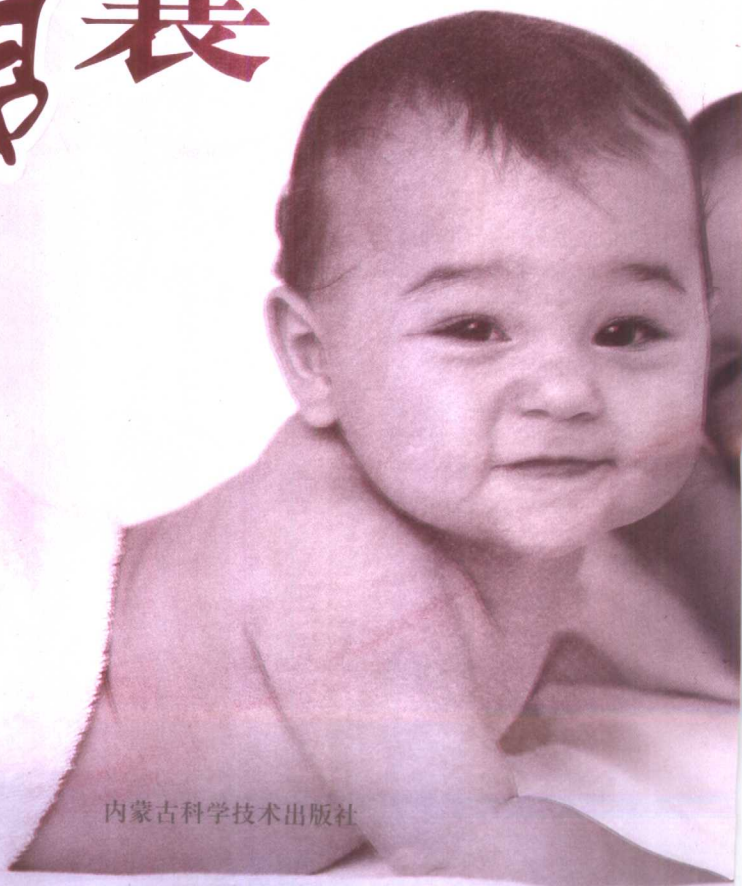
孕产妇婴幼儿保健锦囊

Yingyou'er Baojian Jinnang
婴幼儿保健

Yunchanfu Yingyou'er Baojian Jinnang

王喆 金慧 梁丽 编著

锦囊



内蒙古科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

婴幼儿保健锦囊/王喆,金慧,梁丽编著.-赤峰:内蒙古科学技术出版社,2001.12
(孕产妇婴幼儿保健锦囊/王喆主编)

ISBN 7-5380-0961-2

I. 婴… II. ①王… ②金… ③梁… III. ①婴幼儿-妇幼保健-问答 IV. R174-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 087539 号

出 版/内蒙古科学技术出版社
经 销/全国各地新华书店
地 址/赤峰市红山区哈达街南一段 4 号
电 话/(0476)8224848 8231924
邮 编/024000

组织策划/额敦桑布

责任编辑/张继武 许占武

封面设计/红十月工作室

印 刷/大板金源民族印刷厂

开 本/880×1230 1/32

印 张/15.25

字 数/340 千

版 次/2005 年 1 月第 2 版

印 次/2005 年 1 月第 1 次印刷

定 价/18.00 元

QIAN YAN

前 言

《婴幼儿保健锦囊》以问答形式,对婴幼儿时期的智力开发与生长发育,哺乳、喂养与营养,护理与保健,常见病与防治,计划免疫,生理性疾病与遗传性疾病,意外事故,用药等带有疑惑性及普遍性问题逐一作了深入浅出的介绍与回答,并予以科学性、实用性、启迪性指导。

广大年轻的家长在领略和掌握了《婴幼儿保健锦囊》全部内容后,除丰富育儿知识外,还能树立和提高对婴幼儿生长发育与健康的保健意识,养育一个活泼、可爱、聪明、健壮的小宝宝;使家庭充满幸福,生活充满欢乐。全书列出了近 700 个题目,具有内容翔实,涉及面广,针对性、实用性强,语言流畅、贴切的特点,是广大年轻家长的良好益友。

编写过程中,除注意总结多年临床实践外,还参阅了国内外有关资料,在此一并表示感谢。由于水平所限,不足之处在所难免,恳请广大读者斧正。

编 者



目 录



胎教与生长发育

- 2 ☐ 什么是胎教?
- 3 ☐ 胎教的实施基础是什么?
- 3 ☐ 为什么说孕妇是胎教的实施者?
- 4 ☐ 胎教中父亲应起什么作用?
- 4 ☐ 为什么超前教育要从胎教开始?
- 5 ☐ 胎教是怎样进行的?
- 6 ☐ 为什么要进行早期教育?
- 7 ☐ 早期教育应注意哪些问题?
- 8 ☐ 与智力有关的因素有哪些?
- 9 ☐ 哪些因素影响智力发育?
- 10 ☐ 为什么和婴儿聊天好处多?
- 10 ☐ 怎样辅导新生儿学习?
- 11 ☐ 怎样对新生儿进行视觉训练?
- 12 ☐ 怎样对新生儿进行听觉训练?
- 12 ☐ 怎样对新生儿进行触觉、味觉训练?
- 13 ☐ 怎样观察婴儿的生长发育?
- 14 ☐ 新生儿的正常标准是什么?



- 15 ☐ 影响婴儿生长发育的因素有哪些?
- 16 ☐ 影响婴儿智力发育的疾病有哪些?
- 16 ☐ 怎样判断婴儿智力低下?
- 17 ☐ 新生儿体重下降是怎么回事?
- 17 ☐ 婴儿体重增长缓慢是怎么回事?
- 18 ☐ 怎样观察婴儿的视力?
- 19 ☐ 怎样早期发现婴儿视力障碍?
- 19 ☐ 怎样早期发现婴儿听力障碍?
- 20 ☐ 怎样识别婴儿的听力?
- 21 ☐ 新生儿有自主运动吗?
- 21 ☐ 婴幼儿什么时候能坐、站、走?
- 22 ☐ 为什么会吃会睡的婴幼儿长得高?
- 22 ☐ 婴幼儿不长个儿是什么原因?
- 23 ☐ 怎样使婴儿更聪明?
- 24 ☐ 出生后 42 天的婴儿为什么要进行检查?
- 24 ☐ 测量头围、胸围的意义是什么?
- 25 ☐ 婴儿头大就是聪明吗?
- 26 ☐ 小儿长牙有规律吗?
- 27 ☐ 小儿长牙时有哪些表现?
- 27 ☐ 小儿长牙时出现异常怎么办?
- 28 ☐ 为什么说牙齿是小儿健康的窗口?
- 29 ☐ 一周岁的婴儿应学会哪些动作?
- 29 ☐ 小儿走路晚的原因是什么?
- 30 ☐ 为什么婴儿不要过早学坐?
- 30 ☐ 为什么婴儿不要过早学走路?



31 儿童语言发展的规律是什么?

32 婴儿有情绪表现吗?

33 为什么婴儿学爬好处多?



哺乳、喂养与营养

36 母乳喂养婴儿有什么好处?

37 初乳为什么是宝贵的?

38 给新生儿晚一点喂奶好吗?

39 正确的哺乳方法是什么?

39 怎样使母亲的乳汁增多?

40 母乳少时怎样喂养婴儿?

41 哺乳期间乳母应注意哪些问题?

41 为什么要按需哺乳?

42 为什么母乳喂养时间过短、过长都不好?

43 每次哺乳应需多长时间?

44 母亲在什么情况下不宜喂奶?

44 怎样知道母乳够不够吃?

46 对低体重儿应怎样进行母乳喂养?

46 为什么不用奶瓶给新生儿喂奶?

47 新生儿含着奶头睡觉好吗?

48 为什么婴儿一吃奶就哭?

48 婴儿含奶头的习惯为什么不好?

49 哪些情况婴儿容易发生呕吐?

50 怎样预防新生儿吐奶?

51 怎样护理呕吐或溢奶的婴儿?



- 52 什么时候给婴儿断奶好?
- 52 为什么不要强行断奶?
- 53 婴儿断奶后吃什么?
- 53 婴儿大便中有奶瓣是什么原因?
- 54 母乳喂养会使婴儿患病吗?
- 54 婴儿拉绿色大便是什么原因?
- 55 母乳性黄疸是怎么回事?
- 55 怎样喂养没有母乳的婴儿?
- 56 人工喂养婴儿应注意什么?
- 57 怎样用牛奶喂养婴儿?
- 58 冲牛奶的三部曲是什么?
- 58 怎样掌握喂婴儿牛奶的温度?
- 59 怎样把奶粉配制成牛奶?
- 60 经常喂婴儿脱脂牛奶、脱脂奶粉好吗?
- 60 什么是母乳化奶粉?
- 61 怎样选择婴儿奶瓶?
- 61 喂婴儿牛奶会上火吗?
- 62 怎样给婴儿合理地增加辅食?
- 63 为什么婴儿含空乳胶奶头不好?
- 64 什么时候给婴儿添加蛋黄和米糊?
- 64 怎样制作婴儿粥?
- 65 婴儿厌食的原因是什么?
- 66 牛奶贫血症是什么意思?
- 66 吃奶的婴儿可以不喝水吗?
- 67 鲜牛奶中加水好吗?

- 68 ☐ 用保温瓶装熟牛奶喂婴儿好不好?
- 68 ☐ 煮牛奶的时间是越长越好吗?
- 69 ☐ 为什么煮牛奶时不要加糖?
- 69 ☐ 用牛奶与巧克力同时喂婴儿可以吗?
- 70 ☐ 用豆奶喂婴儿可以吗?
- 70 ☐ 用米粉类食品喂婴儿可以吗?
- 71 ☐ 用牛奶加奶糕喂婴儿可以吗?
- 72 ☐ 为什么给婴儿喂的奶粉不要过浓?
- 72 ☐ 双胞胎儿喂养方法有哪些?
- 73 ☐ 为什么混合喂养和人工喂养方法要适当?
- 75 ☐ 人体所需的营养素有哪些?
- 76 ☐ 哪些食物含营养素最多?
- 76 ☐ 为什么说蛋白质是生命的基础?
- 78 ☐ 含蛋白质的食物有哪些?
- 78 ☐ 脂肪的作用有哪些?
- 79 ☐ 脂肪与婴儿生长发育有什么关系?
- 80 ☐ 哪些食物含脂肪多?
- 80 ☐ 碳水化合物有什么作用?
- 81 ☐ 碳水化合物与婴儿生长发育有什么关系?
- 81 ☐ 哪些食物含碳水化合物多?
- 82 ☐ 为什么说水也是重要的营养素?
- 83 ☐ 什么是维生素?
- 83 ☐ 什么是脂溶性维生素和水溶性维生素?
- 84 ☐ 维生素 A 的作用有哪些?
- 85 ☐ 维生素 B₁ 与婴儿生长发育有什么关系?



- 85 维生素 B₂ 与婴儿生长发育有什么关系?
- 86 婴儿惊厥与维生素 B₆ 有什么关系?
- 87 维生素 B₁₂ 与婴儿生长发育有什么关系?
- 87 维生素 C 与婴儿生长发育有什么关系?
- 88 维生素 C 在治疗缺铁性贫血中有什么作用?
- 88 维生素 D 与婴儿生长发育有什么关系?
- 89 维生素 D 的来源有哪些?
- 90 婴幼儿缺乏维生素 D 的原因是什么?
- 90 维生素 D 和钙补充越多越好吗?
- 91 维生素 K 与婴儿生长发育有什么关系?
- 92 什么是必需氨基酸与非必需氨基酸?
- 92 叶酸有什么作用?
- 93 矿物质与婴儿生长发育有什么关系?
- 94 哪些食物中含铁量较丰富?
- 95 铜与婴幼儿的生长发育有什么关系?
- 95 钙和磷与婴儿生长发育有什么关系?
- 96 什么是微量元素?
- 97 婴儿必需的微量元素有哪些?
- 97 婴儿对铁元素的需要量是多少?
- 98 锌与婴儿生长发育有什么关系?
- 99 为什么婴儿容易缺锌?
- 99 哪些婴幼儿最容易发生缺锌?
- 100 碘与婴儿生长发育有什么关系?
- 100 营养不良是怎么回事?
- 101 哪些情况提示婴幼儿营养不良?



- 102 ☐ 造成营养不良的原因是什么?
- 103 ☐ 营养对婴幼儿的智力有什么影响?
- 104 ☐ 怎样防治婴幼儿低钙血症?
- 105 ☐ 为什么婴幼儿生长发育需要足够的热能?
- 105 ☐ 婴幼儿喝酸牛奶有什么好处?
- 106 ☐ 婴幼儿为什么要吃青菜和萝卜?
- 107 ☐ 婴幼儿可以吃哪些水果?
- 107 ☐ 婴幼儿怎样吃鸡蛋?
- 108 ☐ 婴幼儿的膳食为什么要荤素搭配?
- 109 ☐ 婴幼儿平衡膳食有哪些?
- 109 ☐ 鸡蛋加牛奶是婴幼儿的最佳早餐吗?
- 110 ☐ 怎样制作鱼泥、猪肝泥和苹果泥?
- 111 ☐ 蛋黄与菠菜可以补血吗?
- 112 ☐ 婴幼儿可以吃豆浆、腐竹吗?
- 112 ☐ 鱼汤、肉汤、鸡汤中营养成分是最多的吗?
- 113 ☐ 怎样给婴幼儿选择食品?
- 113 ☐ 婴儿服用鱼肝油为什么也会引起中毒?
- 114 ☐ 什么是膳食纤维素?
- 115 ☐ 烹调食品时怎样保持食物中的营养成分?
- 116 ☐ 什么是强化食品?
- 117 ☐ 婴幼儿吃鸡蛋清好不好?
- 117 ☐ 婴幼儿能吃味精吗?
- 118 ☐ 婴幼儿可以吃蜂蜜吗?
- 119 ☐ 婴幼儿可以吃木耳吗?
- 119 ☐ 荤油和素油哪个营养价值高?



- 120 厌食、偏食和畏食怎样区别?
121 引起婴幼儿厌食的原因有哪些?
122 怎样纠正婴幼儿挑食的坏习惯?
123 婴幼儿有异食癖怎么办?



护理与保健

- 126 正常的新生儿标志是什么?
127 新生儿出生后有哪些变化?
128 刚出生的婴儿为什么爱睡觉?
128 婴儿睡眠多的原因是什么?
129 怎样才能使婴儿睡得好?
129 婴儿睡眠不足时有什么表现?
130 婴儿的睡眠姿势应是怎样的?
130 怎样培养婴儿良好的睡眠习惯?
131 为什么常抱婴儿有益于健康?
132 怎样抱新生儿?
132 为什么婴儿需要爱抚?
133 怎样捆包新生儿?
133 为什么婴儿需要一个安静而舒适的环境?
134 为什么婴儿房间的温度不要忽高忽低?
135 为什么婴儿不宜处在无声无响的环境?
136 为什么婴儿房间不要夜间长开灯?
136 母婴同室有哪些好处?
137 婴儿一出生为什么就哭?
138 新生儿头发稀少是怎么回事?



- 138 婴儿的尿有什么特点?
- 139 新生儿为什么有时无尿?
- 139 新生儿出生后什么时候第一次排尿?
- 140 婴儿的哪些大便属于异常?
- 140 怎样从婴儿的大便辨别疾病?
- 141 给新生儿打胎便好吗?
- 142 脐带脱落后怎样护理婴儿?
- 142 婴儿的脐带什么时候脱落长好?
- 143 脐带脱落后局部潮湿、有肉芽时怎样处理?
- 143 给婴儿洗澡应注意哪些事情?
- 144 怎样选择婴儿的尿布?
- 145 怎样给婴儿换尿布?
- 145 为什么婴儿不宜用枕头?
- 146 怎样给婴儿选择衣服?
- 146 婴儿的衣物为什么不要与樟脑精放在一起?
- 147 婴儿呼吸运动有哪些特点?
- 148 婴儿正常的体态和姿势是怎样的?
- 148 婴儿体温调节功能怎么样?
- 149 怎样保持婴儿体温稳定?
- 149 婴儿的体温怎样测量?
- 150 重症急性呼吸道感染的婴儿怎样护理?
- 150 给婴儿喂药时应注意哪些事情?
- 151 婴儿的皮肤有哪些特点?
- 152 婴儿鼻子不通气怎么办?
- 153 婴儿口腔发炎怎么办?

- 153 婴儿发热怎么办?
- 154 发热的婴儿怎样护理?
- 155 新生儿生病的信号有哪些?
- 155 婴儿发热的原因有哪些?
- 156 为什么新生儿体温不升或过低?
- 157 为什么婴儿要谨防感冒?
- 157 吸吮手指、衣物为什么不好?
- 158 怎样预防婴儿窒息?
- 158 怎样使婴儿度过炎热的夏季?
- 159 婴儿中暑怎么办?
- 159 怎样预防婴儿长痱子?
- 160 怎样预防婴儿睡扁头?
- 161 给婴儿唱催眠曲有必要吗?
- 161 婴儿有感情流露吗?
- 162 经常逗婴儿玩有什么好处?
- 162 为什么哄逗婴儿不应过分?
- 163 为什么摇晃婴儿玩使不得?
- 163 早产儿的特征有哪些?
- 164 怎样护理早产儿?
- 166 新生儿斜视怎样预防?
- 167 为什么新生儿也有“白带”和“月经”?
- 167 婴儿的衣着应注意什么?
- 168 怎样培养婴儿的饮食习惯?
- 168 怎样培养婴儿的大小便习惯?
- 169 婴儿汗多怎么办?



- 170 ☐ 婴儿出汗多是得病了吗?
- 171 ☐ 怎样护理出汗多的婴儿?
- 172 ☐ 家有婴儿怎样使用空调?
- 172 ☐ 婴儿玩弄、抚摸外生殖器有什么不好?
- 173 ☐ 为什么要对男婴生殖器进行保护?
- 174 ☐ 哪些婴儿要特别加强护理?
- 174 ☐ 新生婴儿为什么乳房肿大?
- 175 ☐ 婴儿睡软床好不好?
- 175 ☐ 小儿流口水是怎么回事?
- 176 ☐ 小儿睡眠时可以衣代被吗?
- 177 ☐ 睡觉时婴儿爱踢被子怎么办?
- 178 ☐ 让婴儿整天躺着好吗?
- 178 ☐ 怎样给婴儿挑选合适的鞋?
- 179 ☐ 患先天性心脏病的婴儿怎样护理?
- 180 ☐ 患血友病的婴儿怎样护理?
- 180 ☐ 患癫痫的婴儿怎样护理?
- 181 ☐ 女婴的外阴怎样护理?
- 182 ☐ 为什么女婴的外阴卫生不可忽视?
- 182 ☐ 怎样护理出现血尿的婴幼儿?
- 183 ☐ 要不要纠正“左撇子”?
- 184 ☐ 怎样安排婴幼儿的清凉饮料?
- 185 ☐ 家长在室内吸烟对婴儿有什么害处?
- 185 ☐ 婴儿有时夜间磨牙是怎么回事?
- 186 ☐ 有的家长爱给婴幼儿挖耳朵好吗?
- 187 ☐ 婴儿外出时用尼龙纱遮脸好吗?



- 187 ☐ 婴儿特别安静要想到什么?
- 188 ☐ 为什么不要给新生儿剃满月头?
- 189 ☐ 为什么不要抱着新生儿睡觉?
- 190 ☐ 用卫生纸代替婴儿尿布好吗?
- 190 ☐ 为什么不要用洗衣粉洗婴儿尿布?
- 191 ☐ 婴幼儿喝牛奶后马上就饮橘子汁好吗?
- 191 ☐ 为什么婴幼儿的辅食不要太咸?
- 192 ☐ 为什么不要给新生儿喂大黄浸泡的水?
- 192 ☐ 为什么婴儿出水痘时不要抓破疱疹?
- 193 ☐ 为什么异物进入婴儿眼内不要用手揉?
- 194 ☐ 为什么不要给婴儿刮眉毛?
- 194 ☐ 为什么不要用电扇给婴儿吹风?
- 195 ☐ 为什么不要给女婴滥用爽身粉扑下身?
- 195 ☐ 为什么不要用母乳涂擦婴儿面部?
- 196 ☐ 为什么不要亲吻婴儿?
- 196 ☐ 婴儿的指甲要不要剪?
- 197 ☐ 为什么不要用闪光灯给新生儿拍照?
- 198 ☐ 为什么新生儿身上的怪味不可忽视?
- 198 ☐ 为什么小儿流口水不要乱治?
- 199 ☐ 为什么要给新生儿的腹部保暖?
- 200 ☐ 为什么婴儿头皮上的厚痂不要硬剥?
- 200 ☐ 为什么新生儿嘴唇起白皮不要揭或用力擦?
- 200 ☐ 为什么新生儿头发稀少不要盲目治疗?
- 201 ☐ 为什么不要给婴儿挑马牙?
- 202 ☐ 为什么婴儿要穿袜子?

- 203 为什么婴幼儿不宜喝果子露?
- 203 为什么婴幼儿不宜吃泡泡糖?
- 204 婴幼儿吃保健食品好不好?
- 204 为什么婴儿不宜多喝冷饮?
- 205 为什么婴儿吃西瓜不宜过多?
- 206 为什么婴儿吃动物肝肾不要过多?
- 206 为什么婴儿不宜多吃蛋类食物?
- 207 婴儿吃菠菜好吗?
- 207 婴儿吃动物油好吗?
- 208 家里养猫、狗有哪些危害性?
- 209 给婴幼儿做衣服时应注意什么?
- 210 婴幼儿可以看电视吗?
- 211 怎样预防食物中毒?
- 212 婴儿定期做健康查体有什么好处?
- 212 虚胖的婴儿为什么容易得病?

常见病与防治

- 216 怎样知道婴儿是否有病?
- 216 生理性黄疸是怎么回事?
- 217 为什么有的生理性黄疸不可忽视?
- 218 新生儿黄疸需要治疗吗?
- 219 婴儿经常腹泻的原因是什么?
- 220 糖源性腹泻是怎么回事?
- 221 怎样防治糖源性腹泻?
- 222 生理性腹泻是怎么回事?