

二十一世纪

Yuerjiaoziquanshu

育儿教子全书

随用随查

著名儿科教授
周 萍 著

育儿 调教 防病



四川人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

21 世纪育儿教子全书 / 梁玉秀等著 . — 成都 : 四川人民出版社 , 2002. 12

ISBN 7 - 220 - 06246 - X

I . 2 . . . II . 梁 . . . III . ① 婴幼儿—哺育②婴幼儿—妇幼保健③婴幼儿—家庭教育 IV . TS976.31

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 104417 号

ERSHIYISHIJIYUERJIAOZIQIANSHU

21 世纪育儿教子全书

梁玉秀等著

责任编辑
特约编辑
封面设计
技术设计

邓洪平 喻光韶
游仲伦
刘梁伟
古 蓉

出版发行
网 址

四川人民出版社 (成都盐道街 3 号)

<http://www.booksss.com>

E-mail: scrmcbf@mail.sc.cninfo.net

防盗版举报电话

(028) 86679239

印 刷

成都新都华兴印务公司

开 本

850 × 1168mm 1/32

印 张

32.50

字 数

1110 千

版 次

2003 年 1 月第 1 版

印 次

2003 年 1 月第 1 次印刷

印 数

1—5000 册

书 号

ISBN 7—220—06246—X/G·1257

定 价

45.00 元 (全三册)

■ 著作权所有·违者必究

本书若出现印装质量问题, 请与工厂联系调换



目 录

育儿·调教·防病



第一章 新生儿	(3)	● 肤色	(8)
一、生理发育	(3)	● 大小便	(8)
1、出生第1天的婴儿	(3)	● 睡眠	(8)
2、出生第1周的婴儿	(4)	● 感觉	(9)
● 生理性黄疸	(4)	● 反射运动	(10)
● 脐带脱落	(4)	二、喂养	(10)
● 乳房肿大	(4)	1、开始喂奶的时间	(10)
● 皮肤和体温	(5)	2、母乳喂养	(11)
● 体重减轻	(5)	● 喂奶次数	(11)
● 口腔	(5)	● 哺乳方法及注意事项	(11)
● 吃奶	(5)	● 母乳喂养新科学	(12)
● 大小便	(5)	● 开奶前不宜喂糖水	(13)
3、满月儿	(6)	● 打破定时喂奶的老框框	(13)
● 健康婴儿的标准	(6)	● 哺乳中出现的问题	(14)
● 体重	(6)	乳头过大、太小、扁平、内陷(14)	
● 身长	(6)	乳头受伤(14) 乳腺炎(14)	
● 头	(7)	其他(15)	
● 胸围	(7)	3、母乳喂养好处多	(15)
● 呼吸、打嗝	(7)	● 对婴儿	(15)
● 脉搏	(8)	● 对母亲	(15)
● 体温	(8)		



- 对家庭 (16)
- 对社会 (16)
- 宝贵的初乳 (16)
- 4、不宜哺乳的母亲 (17)
- 5、母乳不足 (17)
- 怎样判断母乳不足 (17)
- 使母乳增多的方法 (18)
- 6、人工喂养 (18)
- 必备器具 (18)
- 器具的消毒 (19)
- 调乳的方法 (19)
- 注意事项 (20)
- 新生儿期不宜加喂奶糕
..... (20)
- 7、混合喂养 (20)
- 三、日常照料 (21)
- 1、婴儿抱法 (21)
- 手托法 (21)
- 腕抱法 (21)
- 2、换尿布 (21)
- 尿布用料 (21)
- 折叠法及用法 (23)
- 尿布的垫法 (23)
- 尿布的更换注意事项 (23)
- 尿布的洗涤 (24)
- 尿布湿疹的对策 (24)
- 3、给宝宝洗澡 (24)
- 洗澡用具 (25)
- 洗澡时间和水温 (25)
- 洗澡顺序及方法 (25)
- 不能洗澡的情况 (26)
- 不能洗澡时的清洁 (27)
- 海绵浴(27) 油浴(27)
- 4、新生儿忌用“蜡烛包”... (27)
- 5、宝宝啼哭 (28)
- 饥饿 (28)
- 寻求保护 (28)
- 不舒服 (28)
- 消化不良或绞痛 (28)
- 感情发泄 (28)
- 生病 (29)
- 对策 (29)
- 6、舒适环境 (29)
- 安静第一 (29)
- 房间 (30)
- 室温 (30)
- 预防感染 (30)
- 7、室外空气浴 (31)
- 步骤 (31)
- 时间选择 (31)
- 8、如何检查婴儿视力 (31)
- 9、给满月儿剃头、刮眉毛不好
..... (32)
- 10、不要用闪光灯为婴儿拍照
..... (32)
- 11、防止事故 (32)
- 12、保健与疾患 (33)
- 计划免疫 (33)
- 预防接种注意事项 (34)
- 新生儿脐带护理 (34)
- 早产儿的护理 (35)
- 新生儿臀红 (35)



- 新生儿黄疸 (36)
- 新生儿发热的护理 (37)
- 新生儿呕吐 (37)
- 新生儿硬肿症及其预防
..... (38)
- 四、智能训练 (39)
- 1、一个月的宝宝会什么 (39)
- 2、同宝宝玩什么 (39)
- 听音乐 (40)
- 看光亮 (40)
- 看明暗 (40)
- 对宝宝说话 (40)
- 3、新生儿玩具 (40)
- 选购既能看又能听的悬挂
玩具 (41)
- 刚出生宝宝最需要母爱和
安全感 (41)
- 布娃娃 (41)
- 第二章 婴儿1~2个月 (42)
- 一、生理发育 (42)
- 1、体重和身长 (42)
- 体重的增长 (42)
- 身长的增长 (43)
- 2、视力 (43)
- 眨眼反射 (43)
- 斜视 (43)
- 3、听觉 (44)
- 4、手脚的活动 (44)
- 5、排尿 (44)
- 不同月龄婴儿每天平均
排尿次数 (45)
- 不同月龄婴儿每天平均
排尿总量 (45)
- 二、喂养 (45)
- 1、判断宝宝饥饿的方法 (45)
- 2、如何防止婴儿吐奶 (46)
- 掌握喂奶的时间间隔 (46)
- 采用适宜的喂奶姿势 (46)
- 喂奶后不要急于放下孩子
..... (46)
- 吃奶后不宜采取仰卧位
..... (46)
- 3、奶瓶的使用方法 (46)
- 奶瓶的选择 (46)
- 奶嘴开口 (47)
- 奶瓶的消毒 (47)
- 托奶瓶的姿势 (47)
- 奶汁的温度 (47)
- 4、母乳喂养 (47)
- 5、人工喂养 (48)
- 量和次数 (48)
- 鲜牛奶喂养 (49)
- 奶粉喂养 (49)
- 牛奶加糖须知 (49)
- 6、补充水分 (50)
- 果汁的做法 (50)
- 果汁的喂法 (50)
- 注意事项 (51)
- 三、日常照料 (51)
- 1、婴儿卫生 (51)
- 理发 (51)



- 洗头 (51)
 - 修剪指甲 (51)
 - 眼屎 (52)
 - 鼻塞 (52)
 - 耳屎 (52)
 - 2、排便训练 (52)
 - 3、穿衣 (53)
 - 4、婴儿俯卧好 (54)
 - 5、如何逗宝宝发声 (54)
 - 6、日光浴 (55)
 - 7、如何避免头睡偏 (56)
 - 8、防止事故 (56)
 - 9、保健与疾患 (57)
 - 接种卡介苗 (57)
 - 呼吸时嗓子发响 (57)
 - 婴儿湿疹 (57)
 - 预防乳头痛 (59)
 - 婴儿衣物忌放樟脑丸 (59)
 - 四、智能训练 (60)
 - 1、两个月的婴儿会什么 (60)
 - 2、给宝宝提供视觉刺激 (60)
 - 3、和宝宝玩什么 (61)
 - 抬抬头 (61)
 - 看玩具 (61)
 - 转头 (62)
 - 看脸 (62)
 - 抓手指 (62)
 - 踢被子 (62)
 - 竖着抱 (63)
 - 抱出去玩 (63)
- 第三章 婴儿3~4个月 (64)
- 一、生理发育 (64)
 - 1、发育标准 (64)
 - 体重 (64)
 - 身长 (64)
 - 头围和胸围 (65)
 - 婴儿的胖瘦 (65)
 - 2、能抬头 (65)
 - 3、吮手指 (66)
 - 4、口水增多 (66)
 - 5、表情丰富 (66)
 - 表情 (66)
 - 运动机能 (66)
 - 辨色力 (66)
 - 听觉 (67)
 - 二、喂养 (67)
 - 1、营养状况的判断 (67)
 - 2、使母乳质高量足的方法 (68)
 - 3、母乳喂养 (69)
 - 4、混合喂养 (69)
 - 5、人工喂养 (69)
 - 6、添加鸡蛋黄的方法 (70)
 - 7、婴儿辅食家庭制作 (70)
 - 桔子汁 (70)
 - 番茄汁 (71)
 - 青菜水 (71)
 - 蔬菜泥 (71)
 - 香蕉泥 (71)
 - 苹果泥 (71)
 - 三、日常照料 (71)



- | | |
|----------------------------|-----------------------------|
| 1、穿衣 (71) | 7、婴儿游戏 (83) |
| 2、婴儿枕头的选择与使用
..... (72) | ● “对话” (83) |
| 3、生活要有规律 (72) | ● 照镜子 (83) |
| 4、多抱抱宝宝 (73) | ● 找声源 (83) |
| 5、婴儿吮手指 (73) | ● 翻翻身 (83) |
| 6、保健与疾患 (74) | ● 抓和蹬 (84) |
| ● 婴儿耳聋的判别方法 ... (74) | ● 抓手帕 (84) |
| ● 不要过分摇晃婴儿 (75) | ● 逗逗飞 (84) |
| ● 小婴儿也要穿袜子 (75) | ● 跳一跳 (84) |
| ● 哺乳姿势不当与中耳炎
..... (76) | ● 看小朋友玩 (85) |
| ● 婴儿卤门的闭合时间 ... (76) | ● 儿歌 (85) |
| ● 唇裂和腭裂婴儿的喂养
..... (76) | ● 摇篮曲 (85) |
| ● 先天性髋关节脱位 (77) | ● 逗笑 (85) |
| ● 婴儿吞气症 (78) | |
| ● 地图舌 (78) | 第四章 婴儿5个月 (86) |
| ● 婴儿夜啼症 (78) | 一、生理发育 (86) |
| ● 婴儿大便干燥 (79) | 1、发育标准 (86) |
| 四、智能训练 (79) | 2、体重与身长 (86) |
| 1、3个月的婴儿会什么 (79) | 3、运动机能 (87) |
| 2、4个月的婴儿会什么 (80) | ● 抓东西 (87) |
| 3、母婴交流 (80) | ● 翻身 (87) |
| ● 触觉交流 (80) | ● 坐 (87) |
| ● 视觉交流 (80) | 4、精神机能 (87) |
| ● 听觉交流 (81) | ● 表情丰富 (87) |
| ● 嗅觉交流 (81) | ● 好奇心强烈 (87) |
| 4、听觉的训练方法 (81) | ● 开始认识周围环境 (87) |
| 5、多和婴儿说话 (82) | ● 听觉 (88) |
| 6、玩具 (82) | ● 触觉 (88) |
| | 二、喂养 (88) |
| | 1、断奶过渡期 (88) |
| | 2、辅助食物的喂法 (89) |



- 时间 (89)
- 每天喂辅食食物的增加法 (89)
- 3. 辅食喂养须知 (89)
 - 不愿吃时 (89)
 - 灵活喂养 (89)
 - 注意卫生 (90)
 - 腹泻 (90)
 - 湿疹 (90)
 - 其他营养 (90)
- 4. 让宝宝喝足水 (91)
- 5. 汤是婴儿的好食品 (91)
- 6. 婴儿食量也有大小 (92)
- 三、日常照料 (92)
 - 1. 让宝宝睡个好觉 (92)
 - 2. 夜啼 (93)
 - 昼夜睡颠倒了 (93)
 - 睡前没吃饱, 因饥饿而啼哭 (93)
 - 白天活动太少, 运动不足 (93)
 - 客观因素影响 (93)
 - 疾病的原因 (94)
 - 3. 内衣天天换 (94)
 - 4. 婴儿不宜俯卧睡 (94)
 - 5. 宝宝不宜睡在大人中间 (95)
 - 6. 单独玩 (95)
 - 7. 婴儿车 (95)
 - 8. 保健与疾患 (96)
 - 婴儿爱流口水的原因 ... (96)
 - 脚脖冷水浴 (96)
 - 宝宝身上的怪味 (96)
 - 巧除鼻痂 (97)
 - 清除头皮乳痂 (97)
 - 肠套叠 (97)
 - 婴儿斜颈的早期治疗 ... (98)
 - 婴儿“脱水热” (99)
- 四、智能训练 (99)
 - 1. 五个月的婴儿会什么 ... (99)
 - 2. 婴儿游戏 (100)
 - 找声音 (100)
 - 藏猫猫 (100)
 - 照镜子 (100)
 - 自己玩 (100)
 - 学小狗 (101)
 - 看远处的物体 (101)
 - 儿歌 (101)
- 第五章 婴儿6~7个月 (102)
 - 一、生理发育 (102)
 - 1. 生育标准 (102)
 - 2. 运动机能 (103)
 - 3. 智力 (103)
 - 开始认人 (103)
 - 自我意识 (103)
 - 智力 (103)
 - 记忆 (103)
 - 二、喂养 (104)
 - 1. 母乳喂养 (104)
 - 2. 人工喂养 (104)
 - 3. 辅食添加法 (104)



- | | |
|------------------------------|------------------------|
| 4. 辅食的家庭制作 (105) | ● 婴儿血管瘤 (116) |
| ● 鱼泥 (105) | ● 谨防铅中毒 (116) |
| ● 肝泥 (105) | ● 哭死过去 (117) |
| ● 肉末菜粥 (105) | 四、智能训练 (118) |
| ● 苹果藕粉 (105) | 1、6个月的婴儿会有什么 ... (118) |
| ● 水煎蛋 (106) | 2、7个月的婴儿会有什么 ... (118) |
| 5. 辅食不要太咸 (106) | 3、智力低下的早期发现 ... (119) |
| 6. 点心 (106) | ● 不会笑或很晚才会笑 ... (119) |
| 三、日常照料 (107) | ● 哭声少 (119) |
| 1. 哄宝宝睡觉 (107) | ● 吞咽困难 (119) |
| 2. 观察婴儿睡眠 (107) | ● 眼功能发育不全 (119) |
| 3. 不宜过早学坐 (108) | ● 对声音的反应能力差 ... (119) |
| 4. 保护乳牙 (108) | ● 流口水 (119) |
| 5. 户外活动 (109) | ● 动作发育迟缓 (120) |
| 6. 谨防勒伤婴儿 (110) | ● 面容特殊 (120) |
| 7. 雇保姆须知 (110) | 4. 让他爬 (120) |
| ● 责任心强 (110) | 5. 婴儿游戏 (120) |
| ● 基本的文化知识 (110) | ● 撕纸玩 (120) |
| ● 身体健康 (111) | ● 点点头 (121) |
| ● 养育孩子的常识 (111) | ● 找方木 (121) |
| ● 品行端正 (111) | ● 叫名儿 (121) |
| 8. 多一些父爱 (111) | ● 学爬 (121) |
| 9. 宝宝认生 (111) | ● 玩水 (122) |
| 10. 沉默的婴儿 (112) | ● 拾豆豆 (122) |
| 11. 保健与疾患 (114) | ● 骑大马 (122) |
| ● 打过预防针并非万无一失
..... (114) | |
| ● 牛奶过敏症 (114) | 第六章 婴儿8~9个月 ... (123) |
| ● 婴儿口腔炎 (114) | 一、生理发育 (123) |
| ● 婴儿鞘膜积液 (115) | 1、发育标准 (123) |
| ● “蒙被过暖综合征” (115) | 2、运动机能 (124) |
| | ● 爬和站 (124) |



- 同时拿两件东西 (124)
- 3、智力发育 (124)
- 二、喂养 (125)
- 1、断奶过渡的后期 (125)
- 2、食欲不振怎么办 (125)
- 3、平衡膳食 (126)
- 4、食物的主要营养成分 (126)
- 5、辅食的家庭制作 (128)
- 花生(芝麻)粥 (128)
- 肝黄粥 (128)
- 绿豆粥 (128)
- 枣泥花生粥 (128)
- 香菇鸡粥 (128)
- 三色猪肝粥 (129)
- 什锦豆腐糊 (129)
- 豆腐羹 (129)
- 浇汁蛋羹 (129)
- 猪肉豆腐羹 (129)
- 胡萝卜丝汤 (130)
- 炸馒头片 (130)
- 金针菇面 (130)
- 荷包蛋 (130)
- 肝末西红柿 (130)
- 肉末青菜 (130)
- 太阳豆腐 (131)
- 三、日常照料 (131)
- 1、大小便 (131)
- 2、午睡 (131)
- 3、保护宝宝眼睛 (131)
- 4、保护宝宝听力 (132)
- 5、不要过分逗宝宝 (132)
- 小儿进食时不宜逗 (133)
- 小儿临睡前不要逗 (133)
- 不要抛举小儿 (133)
- 不要用手掌托小儿站立
..... (133)
- 6、防止事故 (133)
- 尖锐利器 (133)
- 细小物品 (133)
- 易烫伤物品 (134)
- 电源电线 (134)
- 易碎物品 (134)
- 7、宝宝过胖并不好 (134)
- 8、给婴儿喂药的方法 (135)
- 9、保健与疾患 (136)
- 婴儿患病的早期信号 (136)
- 面色(136) 情绪(136) 哭声
(136) 吃奶(136) 体温(137)
大便(137) 呕吐(137)
- 婴儿的尿与健康 (137)
- 排尿次数(137) 尿液清浊度
(137) 尿液气味(137)
- 婴儿脐疝 (138)
- 婴儿呼吸道感染 (138)
- 肺炎和气管炎的简易鉴别
方法 (139)
- 判定婴儿呼吸增快的方法
..... (139)
- 婴儿腹泻及其预防 (140)
- 从大便形状初步判断腹泻
原因 (141)
- 婴儿腹泻的食物疗法 (141)



- 婴儿腹泻不必禁食 (142)
- 小儿爱出汗的原因 (142)
- 出牙晚不能盲目补钙 (143)
- 四、智能训练** (143)
- 1、8个月的婴儿会什么 (143)
- 2、9个月的婴儿会什么 (143)
- 3、头大不等于聪明 (144)
- 4、婴儿游戏 (144)
- 敲东西 (144)
- 练站 (144)
- 追皮球 (145)
- 挑绳子 (145)
- 摇摇晃晃 (145)
- 弯腰拾物 (145)
- 碰碰头 (145)
- 取娃娃 (146)
- 讲故事 (146) II
- 点心 (151)
- 不宜喂的食物 (151)
- 让孩子自己动手吃饭 (151)
- 2、断奶后的饮食调理 (151)
- 3、不要让宝宝吸空奶头 (152)
- 4、不要嚼饭喂孩子 (152)
- 5、宝宝吃饭不专心 (153)
- 6、宝宝为什么不想吃饭 (153)
- 健康原因 (153)
- 运动量不足 (154)
- 饮食时间安排不当 (154)
- 零食太多 (154)
- 进食习惯不良 (154)
- 缺乏维生素B和微量元素
 锌 (154)
- 7、婴儿食物禁忌 (154)
- 8、辅食的家庭制作 (155)
- 肉丝面 (155)
- 八宝粥 (155)
- 蛋饺 (155)
- 肉汤煮饺子 (155)
- 鸡蛋饼 (156)
- 西红柿肉末 (156)
- 虾仁炒鸡蛋 (156)
- 拌茄泥 (156)
- 京糕梨丝 (156)
- 牛肉金笋粥 (156)
- 什锦水果羹 (157)
- 桂花白薯粥 (157)
- 肉末圆白菜 (157)
- 烩三丝 (157)

第七章 婴儿10~11个月

- (147)
- 一、生理发育** (147)
- 1、发育标准 (147)
- 2、运动机能 (148)
- 3、智力发育 (148)
- 开始学话 (148)
- 记忆力 (148)
- 个性的雏形 (149)
- 二、喂养** (149)
- 1、开始断奶 (149)
- 11~12个月 (150)
- 断奶 (150)



- 拌双泥 (157)
- 红烧豆腐 (158)
- 番茄肉丸 (158)
- 摊肉饼 (158)
- 炸薯条 (158)
- 炸土豆丸子 (158)
- 肉末米饭 (159)
- 萝卜豆腐汤 (159)
- 家常鸡蛋汤 (159)
- 三、日常照料 (159)
- 1、大小便的调教 (159)
- 2、不宜过度活动 (160)
- 3、不宜过早学步 (160)
- 扁平足 (160)
- O形腿或X形腿 (160)
- 4、有规律的生活 (161)
- 5、让宝宝常开心 (161)
- 6、婴儿软鞋的缝制方法 (162)
- 7、防止事故 (162)
- 8、保健与疾患 (162)
- 婴儿发热的原因 (162)
- 不要轻易给婴儿退热 (163)
- 孩子持续发热 (164)
- 物理降温(164) 药物降温(164)
- 护理发热小儿 (165)
- 辨认出疹 (165)
- 婴儿湿疹(165) 麻疹(165) 风疹(165) 幼儿急疹(165) 水痘(165) 猩红热(166) 脓疱疮(166)
- 小儿贫血及预防 (166)

- 贫血的婴儿不宜吃菠菜 (167)
- 给贫血的小儿加强营养 (167)
- 小儿佝偻病及其预防 (168)
- 易患佝偻病的小儿 (169)
- 四、智能训练 (169)
- 1、十个月的婴儿会什么 (169)
- 2、十一个月的婴儿会什么 (170)
- 3、“功能性智力落后” (170)
- 4、玩具 (171)
- 积木 (171)
- 小画册 (171)
- 玩具小车 (171)
- 5、婴儿游戏 (171)
- 套环 (171)
- 装豆豆 (171)
- 找玩具 (172)
- 踢皮球 (172)
- 盖盖子 (172)
- 学叫人 (172)
- 自制画册 (172)
- 尺子过夹缝 (173)

第八章 宝宝一岁 (174)

- 一、生理发育 (174)
- 1、满周岁孩子的发展水平 (174)
- 发育标准 (174)
- 动作发展 (175)



- 独自行走 (175)
- 跑 (175)
- 手指 (176)
- 生理自理能力 (176)
- 智力 (176)
- 社会适应能力 (176)
- 语言能力 (176)
- 活泼好动 (176)
- 长牙 (177)
- 前卤门闭合 (177)
- 模仿 (177)
- 自我意识的出现 (178)
- 学话 (178)
- 生活习惯的养成 (178)
- 2、1岁~1岁3个月小儿的发展水平..... (178)
- 智力水平 (178)
- 生活习惯的养成 (179)
- 社会性的发展 (179)
- 创造性的发展 (179)
- 运动能力的发展 (179)
- 3、1岁4个月~1岁半小儿的发展水平..... (180)
- 运动机能 (180)
- 语言发展 (180)
- 理解能力 (180)
- 反应能力 (181)
- 4、1岁半小儿的发展水平 (181)
- 5、1岁7~9个月小儿的发展水平..... (181)
- 生理发育 (181)
- 语言发展 (181)
- 理解能力 (182)
- 反应能力 (182)
- 6、1岁10~12个月小儿的发展水平..... (182)
- 运动机能 (182)
- 语言发展 (182)
- 理解能力 (182)
- 反应能力 (183)
- 7、纠正小儿口腔不良习惯 (183)
- 吐舌习惯 (183)
- 咬唇习惯 (183)
- 吮指习惯 (183)
- 咬物习惯 (183)
- 用口呼吸习惯 (183)
- 偏侧咀嚼习惯 (184)
- 8、影响小儿身高增长的因素 (184)
- 身高与遗传有关 (184)
- 营养是影响身高的重要环境因素..... (184)
- 疾病能阻止身高的增长 (184)
- 适宜的体育锻炼 (185)
- 长个也需要“精神营养” (185)
- 日照也能影响身高 (185)
- 季节也是影响身高的一个因素..... (185)



- 二、喂养 (186)
- 1、菜 (186)
- 以菜为主 (186)
 - 菜要容易下咽 (186)
 - 蔬菜的营养特点 (186)
 - 合理烹调蔬菜的方法 (187)
 - 水果不能代替蔬菜 (188)
 - 孩子不肯吃蔬菜 (188)
 - 教你烹制各种蔬菜 (189)
- 2、牛奶 (190)
- 小儿吃牛奶的常识 (190)
 - 睡前饮奶有利于生长 (191)
- 3、点心 (191)
- 点心 (191)
 - 有益儿童智力的食品 (191)
 - 1~2岁幼儿的点心量 (192)
 - 简单易做的点心 (192)
- 4、良好的饮食习惯与能力 (192)
- 5、良好的饮水习惯 (194)
- 饭前不喝水 (194)
 - 睡前不喝水 (195)
 - 不喝冰水 (195)
 - 不喝生水 (195)
 - 喝水不宜过快 (195)
- 6、小儿营养不良的标准及治疗 (195)
- 营养及其来源 (195)
- 蛋白质(195) 碳水化合物(195)
脂肪(195) 维生素(195)
- 营养不良的标准及治疗 (196)
- 7、婴儿食物禁忌 (197)
- 8、为宝宝选用有益健康的筷子 (198)
- 9、吃的时多时少 (198)
- 原因与对策 (198)
 - 1~2岁小儿每日饮用量 (198)
 - 1~2岁婴幼儿春季一日食谱 (199)
 - 1~2岁婴幼儿夏季一日食谱 (200)
 - 1~2岁婴幼儿冬季一日食谱 (200)
 - 营养过剩影响智力发育 (201)
- 10、挑食 (201)
- 宝宝挑食 (201)
 - 杂食可提高智商 (201)
- 11、小儿厌食 (202)
- 原因与纠正 (202)
 - 心理护理 (203)
 - 简便药膳方 (203)
- 12、练习咀嚼的重要时期 (204)
- 三、日常照料 (205)
- 1、让宝宝发泄 (205)
- 2、教宝宝学走路 (206)
- 婴幼儿学步的最佳时机 (206)
 - 教孩子学走路 (206)



- 赤足行走益处大 (207)
- 为宝宝选择合适的鞋 ... (208)
- 宝宝走路过晚的原因 ... (209)
- 自己爬起来 (209)
- 3、良好卫生习惯和能力的培养
..... (210)
- 4、便盆的使用 (211)
- 便盆的用法 (211)
- 坐盆排便的训练方法 ... (212)
- 久坐便盆害处多 (213)
- 5、良好穿衣习惯和能力的培养
..... (213)
- 6、睡眠 (214)
- 小儿踢被子 (215)
- 半夜起来玩耍的小儿 ... (216)
- 正确对待小儿夜间尿床
..... (217)
- 7、保持宝宝嗓音 (217)
- 8、爽爽快快速度夏天 (218)
- 健康地过好夏天 (218)
- 小儿夏季护肤须知 (219)
- 生痱子六忌 (219)
- 夏季小儿饮食须知 (220)
- 暑季多饮绿豆汤 (221)
- 宝宝睡凉席须知 (221)
- 9、婴儿长痱子 (222)
- 10、舒舒服服过冬季 (222)
- 小儿冬季的衣食住行 ... (222)
- 谨防小儿生冻疮 (223)
- 11、如何给婴儿滴药 (224)
- 滴眼药 (224)
- 滴鼻药 (224)
- 滴耳药 (225)
- 12、预防事故 (225)
- 易出危险的年龄 (225)
- 婴儿烫伤 (226)
- 婴儿磕碰脑袋后 (227)
- 误饮、误食后 (227)
- 头部受伤急救 (228)
- 孩子迷眼后的处理 (229)
- 13、保健与疾患 (230)
- 宝宝健康的标准 (230)
- 乳牙晚出 (230)
- 急病或重病的常见表现
..... (230)
- 小儿缺锌症状及其预防
..... (231)
- 小儿缺铁的特殊信号 ... (232)
- 缺铁会影响小儿智力 ... (232)
- 小儿贫血的预防 (233)
- 谨防小儿铁中毒 (234)
- 小儿流鼻血 (234)
- 小儿咳嗽排不出痰的护理
方法..... (235)
- 小儿生病最好吃药,尽量
少打针..... (236)
- 带宝宝看病小窍门 (236)
- 四、智能训练 (238)
- 1、满周岁的宝宝会什么 ... (238)
- 2、满1周岁幼儿的智力测验
..... (238)
- 辨别实物 (238)



- 去取第二个台阶上的玩具 (238)
- 3、1岁半幼儿的智力测验 (329)
- 语言 (239)
- 饮 (239)
- 上楼梯 (239)
- 从箱子上下来 (239)
- 4、1~2岁幼儿智力应达到的水平 (239)
- 5、1~2岁幼儿的发展和教养要点 (240)
- 6、1~2岁幼儿的教育与训练内容 (241)
- 粗动作和精细动作的训练 (241)
- 语言能力的训练和培养 (242)
- 认识能力的培养与知识的增长 (242)
- 良好品质和行为习惯的培养 (243)
- 7、1~2岁幼儿玩具的选择 (243)
- 发展感觉器官的玩具 (244)
- 发展动作的玩具 (244)
- 发展语言和认识能力的玩具 (244)
- 音乐娱乐玩具 (244)
- 8、游戏训练 (244)
- 练走游戏 (244)

- 运动游戏 (245)
- 模仿游戏 (246)
- 小脚踢一踢 (247)
- 变化声音的调 (247)
- 益智游戏 (248)
- 汽车 (250)
- 积木组合 (250)
- 在草地上玩 (250)
- 故事 (250)
- 歌曲 (252)

第九章 宝宝两岁 (253)

- 一、生理发育 (253)
- 1、发育标准 (253)
- 2、运动机能 (254)
- 3、语言 (254)
- 4、情绪 (255)
- 5、玩耍 (255)
- 二、营养 (256)
- 1、菜 (256)
- 以菜为主 (256)
- 不愿吃蔬菜的孩子 (256)
- 2、饮食要有规律 (256)
- 3、点心 (256)
- 三、教养 (257)
- 1、满2周岁的孩子应会什么 (257)
- 智力 (257)
- 对社会的适应能力 (257)
- 动作发展 (257)
- 2、2~2岁半的特点 (258)



● 运动发展	(258)	● 脊椎骨弯曲	(269)
● 认知发展	(258)	● 脚掌心内凹	(269)
● 语言发展	(258)	2、运动机能	(269)
● 社会行为发展	(258)	● 全身运动	(269)
3、对2~2岁半孩子的培养		● 手指运动	(270)
.....	(259)	3、内心发育	(270)
4、2~3岁孩子的一般特征		● 智力	(270)
.....	(259)	● 情感	(271)
5、2岁半~3岁孩子的特点		● 语言	(271)
.....	(260)	● 社会性	(271)
● 大、小肌肉活动	(260)	二、营养	(272)
● 语言	(260)	1、营养要全面	(272)
● 认知	(261)	● 蛋白质	(272)
● 社会性行为	(261)	● 脂肪	(273)
6、对2岁半~3岁孩子的培养		● 维生素、无机质	(273)
.....	(261)	● 淀粉	(273)
● 教育目的	(261)	2、治偏食的方法	(273)
● 具体做法	(262)	3、孩子不能不吃早餐	(274)
7、让孩子自己走路	(262)	4、儿童异常行为的饮食调理	
8、每天给孩子一小时	(263)	(274)
9、小儿适用的护肤品	(264)	5、点心	(274)
10、童鞋的选择	(264)	三、教养	(275)
11、家庭教育禁忌	(265)	1、发育状况的家庭测定	(275)
12、怎样批评孩子	(266)	2、孩子思考的模式：左脑？	
13、如何惩罚孩子	(267)	右脑？	(276)
第十章 宝宝三岁	(268)	3、同孩子说话的技巧	(276)
一、生理发育	(268)	4、正确对待孩子的提问	(277)
1、发育标准	(268)	5、应避免的管教方法	(278)
● 身长和体重	(268)		
● 肌肉结实	(269)	第十一章 婴幼儿预防保健	
		(280)