

北京大学第三医院儿科专家倾情打造

育儿中的

1288_个

问题与答案



李松 编著

北京大学第三医院儿科主任医师、教授、博士生导师
中华儿科学会全国委员
北京医学会围产医学分会副主任委员

中国妇女出版社

育儿中的

1288^个

问题与答案



李松 编著

北京大学第三医院儿科主任医师、教授、博士生导师
中华儿科学会全国委员
北京医学会围产医学分会副主任委员

中国妇女出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

育儿中的1288个问题与答案 / 李松编著. —北京:
中国妇女出版社, 2010.1

ISBN 978-7-80203-906-3

I. ①育… II. ①李… III. ①婴幼儿-哺育-问答

IV. ①TS976.31 ~ 44

中国版本图书馆CIP数据核字 (2009) 第242030号

育儿中的1288个问题与答案

作 者: 李 松 编著

策 划: 菅 波 牛海艳

责任编辑: 李 里

封面设计: 沈 琳

责任印制: 王卫东

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: 北京振兴华印刷有限公司

开 本: 170×240 1/16

印 张: 28

字 数: 400千字

版 次: 2010年1月第1版

印 次: 2010年1月第1次

书 号: ISBN 978-7-80203-906-3

定 价: 34.80元

版权所有·侵权必究 (如有印装错误, 请与发行部联系)

前言

谁都不能不惊叹生命的惊奇，谁都不能不承认养育一个孩子的酸甜辛辣，谁都不会不由衷感谢上苍，是它赐给我们“宝宝”——这份令人无比欣喜的礼物。

孩子的到来，使父母们得到了仿佛天使般的最甜蜜的亲吻，最温柔的拥抱；宝宝对世界好奇的探索，让父母每天都能感受到新生命的活力；宝宝讲出的第一个字，迈出的第一步，都由父母亲自见证……

从宝宝呱呱坠地开始，就拉开了人生不断成长的序幕。每天都是一个新的开始。每个父母都在积极为宝宝创造最好的成长条件，给他最舒适的环境、最尽心的呵护和最科学的喂养。爱是一个漫长的过程，而孩子的成长和教育是一个连续的过程。孩子来到人世间是父母一生最大的课题，如何喂养、如何护理、如何锻炼及如何教育，都要根据孩子成长的不同时期来确定不同的方式。

然而，许多父母在养育宝宝方面存在诸多误区。为了帮助父母在育儿道路上少走弯路，更多享受与宝宝一起成长的快乐和幸福，编者针对0~6岁婴幼儿养育中的诸多问题做出详细又易懂的解答。书中“专家指导”和“爱心妈妈经验谈”板块的设计，增添了读者在阅书时的轻松和快乐。

本书具有以下特点：

内容更全面。不仅包括宝宝生理方面的成长发育，以及成长过程中的喂养、护理和早教等问题，还包括了宝宝心理方面的健康成长，以及父母在面对宝宝一些心理上的问题时的应对和教育方法，使您在全面

的指导下，对宝宝科学地进行养育。

表达更易懂。没有枯燥难懂的语言，没有灌水式的说教，只有实用的支招解答，语言表达更加通俗易懂。

查阅更方便。1000多个问题，包括影响孩子一生的问题、父母不可不知的成长指标、包罗万象的育儿知识三部分，使您查阅时更加轻松方便。

提示更贴心。“专家指导”，给您无微不至的关怀；“爱心妈妈经验谈”，与您一起分享育儿道路中的点滴生活。

愿与您一起在育儿的漫漫长路上，随时吸收新知识，时刻跟上宝宝的成长步伐，做一个优秀合格的向导，做一个恪尽职守的责任人。让宝宝在爱的绿荫下，享受充足的雨露滋润，和煦的阳光照耀，智慧的引导呵护，全面和谐的发展，拥有良好的行为习惯和健全的人格，健康又快乐地成长。

李 松

2009.11

目录

第1篇 影响孩子一生的8个问题

为什么建立亲密的亲子关系很重要……	2	怎样判断宝宝的成长指数是否正常……	5
为什么安全感影响到孩子未来的心理健康……	2	体能锻炼有哪些重要性……	6
怎样造就感情丰富的孩子……	3	宝宝情商的发展有哪些特点……	7
性别差异对宝宝有什么影响……	4	为什么良好的生活习惯很重要……	7

第2篇 父母不可不知的80个成长指标

● 生长发育

新生宝宝成长参考值是多少……	10	宝宝会笑了吗……	13
新生儿的外貌特征都有哪些……	10	第三个月宝宝成长参考值是多少……	13
新生儿的运动反射都有哪些……	10	宝宝的体态怎样……	14
新生儿的听力怎样……	11	宝宝的身体有支撑力吗……	14
新生儿能看多远……	11	宝宝手的控制能力是否增强了……	14
新生儿都有哪些心智反应……	11	宝宝有自己的感情吗……	14
第二个月宝宝成长参考值是多少……	12	第四个月宝宝成长参考值是多少……	15
宝宝的生长速度是多少……	12	宝宝眼睛能跟着鲜明的颜色移动吗……	15
宝宝的囟门有多大……	12	宝宝能寻找声音的来源吗……	15
宝宝的睡眠时间大概有多长……	13	宝宝身体的协调能力如何……	15
宝宝度过新生儿期的特征是什么……	13	宝宝会翻身了吗……	16
		宝宝手的活动能力如何……	16

第五个月宝宝成长参考值是多少·····	16	宝宝好奇心与探求心如何·····	28
宝宝能集中注意力听音乐吗·····	17	第十一个月宝宝成长参考值是多少·····	29
宝宝的味觉和嗅觉如何·····	17	宝宝的出牙情况如何·····	29
宝宝的记忆力怎样·····	17	宝宝的被动语言发展情况如何·····	29
宝宝开始学说话了吗·····	18	宝宝如何学坐下来的动作·····	30
第六个月宝宝成长参考值是多少·····	18	宝宝如何表现自己的好恶·····	30
宝宝的发育速度怎样·····	18	1岁宝宝成长参考值是多少·····	31
宝宝手、眼、口协调能力如何·····	19	宝宝何时出现腰部脊柱前凸·····	31
宝宝有了怎样的感情·····	19	宝宝何时扶着东西走路·····	31
什么时候宝宝有了理解力和爱心·····	20	宝宝的模仿能力如何·····	31
第七个月宝宝成长参考值是多少·····	20	宝宝有自己的主见吗·····	32
宝宝的坐立能力如何·····	20	宝宝的记忆力如何·····	32
宝宝怎样用手指到处捅·····	21	宝宝有反义词的概念吗·····	32
宝宝何时有了观察力的萌芽·····	21	宝宝能够意识到自我的存在吗·····	33
宝宝模仿能力何时建立·····	21	1~2岁宝宝成长参考值是多少·····	33
宝宝开始理解语言了吗·····	22	宝宝独立行走有什么标志·····	33
宝宝开始怕生了吗·····	23	宝宝何时有关似跑的动作·····	34
第八个月宝宝成长参考值是多少·····	23	宝宝前囟门的闭合在何时·····	35
宝宝平衡能力和控制能力如何发展·····	23	宝宝如何说短句·····	35
宝宝依恋父母好吗·····	24	宝宝有独立行动的倾向吗·····	36
宝宝有意愿和想法吗·····	24	宝宝有独立性与安全感的双重需求吗·····	37
第九个月宝宝成长参考值是多少·····	25	2~3岁宝宝成长参考值是多少·····	38
宝宝手眼协调吗·····	25	宝宝跑的能力意味着什么·····	38
宝宝会说“爸爸”“妈妈”吗·····	25	宝宝能跳起来吗·····	39
宝宝喜欢表扬吗·····	25	宝宝能学会难度比较大的运动技巧吗·····	39
第十个月宝宝成长参考值是多少·····	26	宝宝生活自理能力如何建立·····	40
宝宝指尖是否越来越灵活·····	26	宝宝怎样显露自己的个性·····	40
宝宝的个性如何初步显露·····	26	3~4岁宝宝成长参考值是多少·····	41
宝宝爬行能力如何·····	27	宝宝能讲一些小故事吗·····	41
宝宝有感兴趣的事吗·····	27	宝宝注意力和记忆力有何发展·····	42
宝宝都有什么表现·····	28	宝宝想象力和模仿力有何发展·····	42

宝宝的情感稳定吗·····	43	宝宝具有判断力和审美能力吗·····	47
4~5岁宝宝成长参考值是多少·····	44	5~6岁宝宝成长参考值是多少·····	48
宝宝记忆的内容丰富了吗·····	44	宝宝具有观察力吗·····	48
宝宝的认知能力和生活自理能力都有 哪些提高·····	45	宝宝具有推理记忆能力吗·····	49
宝宝大脑功能的发育如何·····	46	宝宝如何进入有意注意阶段·····	50
宝宝能够掌握哪些全身性的运动·····	46	宝宝有道德行为和道德判断概念吗·····	51

第3篇 包罗万象的1000个育儿知识

第一章

为养育宝宝做好准备

● 心理准备

怎样树立做父母的信心·····	54
没有养育经验怎么办·····	54
有些养育方式说法不一，该听谁的·····	54
父母养育自己的方式可借鉴吗·····	55
夫妻关系会因为宝宝而改变吗·····	55
丈夫如何调整自己的心态·····	55
妻子更关心宝宝，丈夫该怎么办·····	55
为什么说父亲的养育也很重要·····	56

● 物质准备

什么时候住院合适·····	57
住院需要办什么手续·····	57
住院时准妈妈需要带什么衣物·····	57
住院时需要准备什么卫生用品·····	58
宝宝的卧室温度多少最适宜·····	58

宝宝的房间可以开窗通风吗·····	58
怎样选择婴儿床·····	58
怎样选择婴儿床垫·····	59
怎样选择新生儿的床单·····	59
怎样选择新生儿的被褥·····	59
该为新生儿准备什么衣物·····	59
棉尿布有什么优缺点·····	60
一次性尿布有什么优缺点·····	61
怎样为宝宝选购奶瓶·····	61
怎样为宝宝选购奶嘴·····	62
需要准备吸奶器吗·····	62

第二章

0~1个月的宝宝

● 喂养

为什么说哺乳是一种美好的体验·····	63
母乳喂养有什么好处·····	63
尽早哺乳有什么好处·····	64

哺乳对母子关系有哪些好处·····	65	怎样护理宝宝的眼睛·····	77
每天哺乳多少次合适·····	65	怎样护理口腔·····	77
为什么说妈妈看着宝宝吃奶有好处··	65	怎样护理鼻腔·····	77
正确的哺乳姿势是什么样的·····	66	怎样护理脐带·····	77
怎样帮宝宝吸到乳头·····	66	怎样护理皮肤·····	78
宝宝拒绝吸奶怎么办·····	66	怎样护理臀部·····	78
怎样判断宝宝是否吃饱·····	66	怎样护理头发·····	78
为什么要吸完一侧乳汁后再吸另一侧	67	怎样护理指甲·····	78
剖宫产出生的新生儿为什么要多哺乳	67	怎样护理男宝宝的生殖器·····	79
妈妈乳汁多时怎么办·····	67	怎样护理女宝宝的生殖器·····	80
怎样挤奶·····	68	为新生儿穿衣服要注意什么·····	80
奶冲怎么办·····	68	怎样穿连体衣·····	81
什么样的妈妈不适合给宝宝喂奶····	68	尿布的裹法与新生儿髋关节脱位有	
哺乳妈妈严禁服用的药物有哪些····	69	关吗·····	81
鲜牛奶可以给新生儿饮用吗·····	69	三角形尿布怎样换用·····	82
怎样给奶具消毒·····	69	一字形纸尿布怎样换用·····	82
可供新生儿选择的奶粉有哪些·····	70	怎样为新生儿换尿布可以更轻松····	82
奶粉怎样配制·····	71	尿布怎样洗涤·····	83
怎样使用奶瓶喂奶·····	72	怎样可以预防尿布疹·····	83
怎样判段哺乳量是否合适·····	72	尿布使用不当会导致新生儿生病吗··	84
		新生儿可以洗澡吗·····	84
		洗澡之前的准备工作很重要吗·····	85
		什么时候洗以及洗澡的次数如何把握	85
		不知道怎么给宝宝洗澡怎么办·····	85
		怎样给新生儿擦洗·····	86
		怎样给新生儿洗澡·····	87
		洗澡时怎样保护新生儿的脐带·····	88
		洗脸时怎样保护新生儿的眼睛·····	88
		洗澡时如何避免水流进耳朵里·····	88
		怎样清洗宝宝头垢·····	89
		可以给新生儿用爽身粉吗·····	89

● 护理

新生儿的睡眠时间有什么特点·····	72
宝宝保持什么样的睡眠姿势有好处··	73
如何让新生儿睡得舒服、安稳·····	74
新生儿的睡眠环境为何不必太安静··	74
宝宝啼哭的时候抱好还是不抱好····	75
怀抱宝宝有哪些好处·····	75
与宝宝一起睡觉有哪些好处·····	76
与宝宝一起睡时要注意什么·····	76
怎样纠正宝宝的日夜颠倒·····	76

温水锻炼对新生儿有什么益处·····	90
抚摸新生儿的皮肤有什么益处·····	90
怎样给新生儿按摩·····	90
给新生儿按摩要注意什么·····	92
日常护理时应注意哪些安全问题·····	92

● 体能锻炼和智能开发

影响新生儿生长发育的因素有哪些··	94
新生儿会与外界交流吗·····	94
新生儿真的什么都不懂吗·····	95
新生儿需要玩具吗·····	95
把婴儿包在襁褓中有什么不好·····	96
怎样训练新生儿抬头·····	96
怎样训练宝宝做伸展运动·····	97
怎样训练宝宝做爬行运动·····	97
怎样训练宝宝做迈步运动·····	98
怎样锻炼宝宝的视觉能力·····	98
怎样训练宝宝的听觉能力·····	100
让宝宝进行室外日光浴有什么益处··	100
让宝宝进行室外空气浴有什么益处··	101

● 应注意的问题

怎样分辨宝宝的哭声·····	101
怎样知道宝宝的听力是否正常·····	102
可以给新生儿“擦马牙”吗·····	102
宝宝患鹅口疮怎么办·····	103
怎样为新生儿做口腔保健·····	103
新生儿眼炎是怎么回事·····	103
新生儿可以见光吗·····	104
为什么给宝宝照相时要避免闪光灯··	104
宝宝“惊跳”是怎么回事·····	104

可以碰宝宝前卤门吗·····	105
为什么说卤门是反映宝宝疾病的窗口	105
新生儿头颅血肿怎么办·····	106
怎样帮助宝宝打嗝·····	106
新生儿呼吸异常怎么办·····	107
宝宝呼吸时嗓子发响需要治疗吗·····	107
宝宝鼻塞怎么办·····	108
宝宝有胎记怎么办·····	108
生理性黄疸需要治疗吗·····	109
新生儿必须“挤乳头”吗·····	109
宝宝得了脐疝怎么办·····	109
什么样的大便颜色才正常·····	110
新生儿腹泻怎么办·····	110
什么是新生儿佝偻病·····	111
新生儿败血症如何应对·····	111
新生儿怕冷不怕热吗·····	112
宝宝可以用硬枕头吗·····	113
新生儿不用枕头可以吗·····	113
为宝宝包“蜡烛包”或压沙袋有什么	
害处·····	114
新生儿夜哭怎么办·····	114
为什么要为宝宝预防接种·····	115
卡介苗的接种有什么益处·····	116
乙肝疫苗有什么益处·····	117

第三章

1~2个月的宝宝

● 喂养

1~2个月的宝宝该怎样喂养·····	118
宝宝需要多少能量·····	118

宝宝吃不饱有什么表现·····	118
需要给宝宝补充维生素D和钙吗·····	118
宝宝需要补充脂肪酸DHA和维生素A吗118	
宝宝吃奶时间缩短了怎么办·····	119
可以用奶瓶喂母乳吗·····	119
怎样使母乳增多·····	119
需要定期更换奶瓶和奶嘴吗·····	120
怎样使人工喂养的宝宝不超重·····	120
人工喂养的宝宝满月后要添加其他食品吗·····	121
牛奶喂养的宝宝要另外加水吗·····	121
怎样避免肥胖儿和瘦小儿·····	121
母乳和牛奶能混合喂养吗·····	122

● 护理

宝宝的居室温度与湿度有什么要求··	123
春季的护理要点是什么·····	123
夏季的护理要点是什么·····	124
秋季的护理要点是什么·····	124
冬季的护理要点是什么·····	124
为满月的宝宝准备什么样的衣服····	125
春秋季节宝宝适合穿什么样的衣服····	125
夏季宝宝适合穿什么样的衣服·····	125
冬季宝宝适合穿什么样的衣服·····	126
宝宝的鞋帽有什么要求·····	126
怎样培养宝宝有规律的生活习惯····	126
宝宝的睡眠有什么规律·····	127
怎样克服宝宝“睡倒觉”·····	127
宝宝睡觉不沉是什么原因·····	127
怎样给宝宝洗脸和手·····	128
宝宝之间大便次数有什么差异·····	128

宝宝大便溏稀是怎么回事·····	129
宝宝一吃就拉怎么办·····	129

● 体能锻炼和智能开发

宝宝手指多活动有什么好处·····	130
怎样锻炼宝宝颈部的支撑力·····	130
户外活动有什么益处·····	131
怎样帮宝宝做婴儿体操·····	131
和宝宝做语言“交流”有什么益处··	132
怎样训练宝宝的感官·····	133
怎样训练宝宝的视觉·····	133
怎样训练宝宝的听觉·····	134
给宝宝听音乐有什么益处·····	134
怎样训练宝宝的嗅觉·····	135
蹬球游戏有什么益处·····	135
怎么做水中游戏·····	136
看图游戏有什么益处·····	136
怎样做逗引游戏·····	137

● 应注意的问题

怎样处理宝宝吐奶·····	137
服用小儿麻痹糖丸有什么作用·····	138
宝宝得了湿疹怎么办·····	139
奶秃怎么办·····	139
枕秃是因为缺钙吗·····	140
宝宝小便次数减少是因为缺水吗····	140
宝宝用手抓脸怎么办·····	140
持续性和生理性贫血需要治疗吗····	141
怎样判断宝宝是否得了肠绞痛·····	142
为什么要预防皮肤糜烂·····	142

第四章

2~3个月的宝宝

● 喂养

宝宝需要多少能量·····	143
宝宝需要多少营养素·····	143
硬性限定喂奶间隔时间好吗·····	143
怎样调整夜间喂奶的时间·····	144
可以给宝宝多加牛奶吗·····	144
可以给宝宝吃米粉吗·····	144
可以给宝宝添加辅食吗·····	145
妈妈上班后怎样哺乳·····	145
妈妈生病了可以哺乳吗·····	146

● 护理

宝宝的作息参考方案·····	146
怎样培养宝宝自然入睡·····	147
给宝宝穿少一点有什么好处·····	147
怎样给宝宝穿、脱衣服·····	147
怎样帮宝宝养成有规律的睡眠习惯·····	148
为宝宝理发应注意什么·····	148
带宝宝外出应注意什么·····	149

● 体能锻炼和智能开发

怎样训练宝宝手的握力·····	150
怎样训练宝宝颈部支撑力和转头·····	150
怎样训练宝宝俯卧抬头·····	151
训练宝宝翻身的方法有哪些·····	151
怎样培养宝宝的发音和语言能力·····	152
怎样培养宝宝的社会行为能力·····	152
怎样和宝宝做感官刺激游戏·····	153

● 应注意的问题

宝宝入睡后打鼻鼾怎么办·····	154
宝宝便秘怎么办·····	154
注射百日破三联疫苗有什么益处·····	154
接种疫苗后有不良反应该如何处理·····	155
该服用第二颗小儿麻痹糖丸吗·····	155
要进行全面身体检查吗·····	155
为什么要警惕先天性股关节脱臼·····	156
腹股沟疝是什么疾病·····	156
宝宝发热怎么办·····	156
宝宝佝偻病怎样防治·····	157
宝宝腹泻怎么办·····	158
舌头与颌骨异常怎么办·····	158

第五章

3~4个月的宝宝

● 喂养

3~4个月宝宝的喂养原则是什么·····	160
吃奶次数和吃奶量该怎样把握·····	160
怎样让宝宝摄入足够的维生素·····	161

● 护理

怎样防止宝宝皮肤干裂·····	162
为什么不能用乳汁涂抹宝宝的脸·····	162
宝宝四季衣服怎样配置·····	162
宝宝对枕头有什么要求·····	163
可以训练宝宝定时大便吗·····	163
不要长时间把宝宝大便·····	164
如何换尿布·····	164
宝宝可以使用儿童车吗·····	165

● 体能锻炼和智能开发

怎样训练大小肌肉运动能力·····	165
怎样训练宝宝学会翻身·····	165
翻身被动操怎么做·····	166
怎样训练宝宝坐·····	166
何时可以增加户外锻炼的时间呢·····	167

● 应注意的问题

宝宝常流口水有问题吗·····	168
宝宝为什么厌食牛奶·····	168
宝宝心脏有杂音怎么办·····	168
宝宝肛裂怎么办·····	169
为什么宝宝睡眠时很容易被惊醒·····	169
药物对接种疫苗的效果有影响吗·····	169
接种疫苗后发热怎么办·····	170
可以接种计划外疫苗吗·····	170

第六章

4~5个月的宝宝

● 喂养

宝宝所需的营养素有哪些·····	171
为人工喂养的宝宝添加辅食·····	171
添加辅助食品的原则是什么·····	172
宝宝可以接受的辅助食品有哪些·····	172
宝宝需要补铁吗·····	173
怎样为宝宝制作果汁、菜汁和米糊·····	173
能给宝宝喝市场上销售的果汁吗·····	174
宝宝需要哪些辅食·····	174
添加辅食的注意事项·····	175
宝宝一日饮食怎样安排·····	175

怎样给宝宝吃水果·····	176
可以用水果代替蔬菜吗·····	176

● 护理

4~5个月的宝宝该穿什么样的衣服·····	177
要给宝宝准备围嘴儿吗·····	177
为什么要给宝宝穿袜子·····	178
宝宝白天一般睡多长时间·····	178
怎样让宝宝安然入睡·····	179
怎样让宝宝睡得久一些·····	179
给宝宝洗澡要注意什么·····	179
怎样做能把洗澡变成一件快乐的事·····	180
怎样让宝宝习惯洗头·····	180
和宝宝一起洗澡有什么好处·····	181
怎样帮宝宝学会使用杯子·····	181

● 体能锻炼和智能开发

怎样做手部肌肉的训练·····	182
怎样做爬行训练·····	182
怎样做靠坐训练·····	183
怎样做脚部训练·····	183
怎样做平衡游戏·····	184
怎样做球类游戏·····	184
怎样做认知能力训练·····	184
怎样进行触摸感知训练·····	185
怎样进行视觉感知训练·····	185
怎样进行听觉感知训练·····	186
怎样进行音乐记忆力训练·····	186
怎样进行语言能力训练·····	186
可供这个月宝宝玩耍的玩具有哪些·····	187

● 应注意的问题

宝宝一般从什么时候开始长乳牙·····	187
宝宝出牙时为什么会咳嗽·····	188
宝宝出牙时会疼痛吗·····	188
宝宝出牙时为什么不眠·····	188
拉耳朵、摩擦脸颊和出牙有关吗·····	189
咬嚼可以减低牙床的疼痛吗·····	189
宝宝出牙期间的口腔卫生怎么做·····	189
影响宝宝牙齿的因素有哪些·····	190
宝宝突然哭闹是怎么回事·····	190
发生肠套叠时有哪些表现·····	190

第七章

5~6个月的宝宝

● 喂养

5~6个月的宝宝饮食怎样把握·····	191
宝宝一天吃多少合适·····	191
给宝宝制作辅食要注意什么·····	192
怎样给宝宝制作蔬菜糊·····	192
蛋黄应该怎么吃·····	192
香蕉应该怎么吃·····	192
宝宝能不能停掉母乳怎么判断·····	192
宝宝辅食怎么添加·····	193
停掉母乳过程中要注意什么·····	194

● 护理

宝宝日常护理要点是什么·····	195
宝宝的衣服为什么要宽松·····	195
宝宝能穿鞋吗·····	196

宝宝睡眠有什么规律·····	196
宝宝夜间醒来哭闹有哪些原因·····	197
怎样克服宝宝起得过早·····	197
宝宝大小便有什么规律·····	198

● 体能锻炼和智能开发

怎样训练手部肌肉能力·····	198
怎样训练翻身与独坐·····	199
怎样做匍行训练·····	199
怎样做跳跃训练·····	199
怎样做咀嚼、吞咽训练·····	200
为什么不要冷落宝宝·····	200
怎样增强宝宝的感官刺激·····	200
做游戏对宝宝有什么益处·····	201
怎样培养宝宝的爱心·····	202
怎样教宝宝认识自己·····	202
怎样让宝宝展现自己的力量·····	203
撕纸游戏对宝宝有什么益处·····	203
训练宝宝的语言能力时应注意什么·····	204
为什么说此时是提高宝宝人际交往能力的最佳时机·····	204

● 应注意的问题

什么样的宝宝应当补铁·····	205
怎样预防夏季热病·····	205
宝宝患麻疹有哪些症状·····	206
中耳炎与耳垢湿软有什么区别·····	206
宝宝患头疮的症状是什么·····	207
宝宝患头疮怎么治疗·····	207
宝宝爱趴着睡有什么问题吗·····	207

第八章

6~7个月的宝宝

● 喂养

- 6~7个月的宝宝一天食谱怎么安排····· 209
- 宝宝适合吃什么样的食物····· 209
- 怎样培养宝宝良好的饮食习惯····· 210
- 怎样让宝宝接纳小勺····· 211
- 怎样让宝宝学会使用小勺····· 211
- 挑食的宝宝怎么喂····· 211
- 早产儿怎么停掉母乳····· 212
- 宝宝吃饭的时候用手乱抓怎么办····· 213

● 护理

- 6~7个月的宝宝睡眠有什么规律····· 214
- 宝宝睡不着怎么办····· 214
- 宝宝喜欢含着乳头入睡有什么坏处····· 214
- 怎样培养宝宝定时大小便····· 215
- 怎样让宝宝在室内活动····· 215

● 体能锻炼和智能开发

- 训练宝宝爬行有哪些好处····· 216
- 怎样训练宝宝爬行····· 217
- 怎样锻炼宝宝的颈背肌和腹肌····· 217
- 常做儿童游戏有什么益处····· 218
- 怎样训练宝宝手部力量和灵活性····· 218
- 怎么做传递游戏····· 219
- 宝宝适合听什么样的音乐····· 219
- 宝宝看电视有什么害处····· 220
- 给宝宝太多玩具有什么不好····· 220
- 长时间让宝宝自己玩玩具有什么害处····· 220
- 怎样培养宝宝的观察力和判断力····· 220

- 带宝宝到室外有什么益处····· 221
- 在宝宝感受室外儿童锻炼器械时应注意什么····· 222
- 培养宝宝的自理能力····· 222
- 给宝宝讲故事有什么好处····· 222
- 怎样教宝宝理解语言的含义····· 223

● 应注意的问题

- 宝宝的抵抗力为什么会下降····· 224
- 怎样提高宝宝的抵抗能力····· 225
- 宝宝出牙期间拒食怎么办····· 225
- 宝宝哭闹可以塞空奶头吗····· 225
- 宝宝感冒怎么护理····· 226
- 突发性发疹子有什么症状····· 227
- 突发性发疹子与麻疹怎么区别····· 227
- 宝宝便秘时怎样用饮食调理····· 227

第九章

7~8个月的宝宝

● 喂养

- 7~8个月的宝宝饮食有什么特点····· 229
- 宝宝的食物应该包含哪几类····· 229
- 宝宝的辅食种类及吃法····· 230
- 宝宝辅食的用量和餐次怎么把握····· 230
- 给宝宝固定餐位和餐具有什么好处····· 231
- 宝宝可以吃肉吗····· 231
- 怎样给宝宝做肉末····· 232
- 怎样给宝宝做肝泥····· 232

● 护理

- 为什么清洁卫生很重要····· 233

给宝宝活动空间有什么好处·····	233
宝宝的内衣有什么要求·····	233
宝宝的裤子有什么要求·····	234
宝宝的鞋帽有什么要求·····	234
怎样培养宝宝早睡早起的习惯·····	235
宝宝的大便有时稀软正常吗·····	235
宝宝使用便盆应该注意什么·····	236
怎样消除宝宝触电的隐患·····	236

● 体能锻炼和智能开发

怎样训练宝宝手部的复杂动作·····	237
怎样训练宝宝爬取玩具·····	237
怎样训练宝宝爬楼梯·····	238
怎样锻炼宝宝腿部的力量·····	238
怎样训练宝宝迈出第一步·····	238
怎样教宝宝进行发音训练·····	239
怎样训练宝宝的模仿技能·····	239
怎样训练宝宝的判断能力·····	240
直接经验对宝宝有什么好处·····	241
怎样做到不扼杀宝宝的好奇心·····	242
克服宝宝怯生有什么办法·····	242
怎样提高宝宝辨识危险的能力·····	243
为什么不能抛摇宝宝·····	243

● 应注意的问题

宝宝发生齿斑的原因及解决办法·····	244
宝宝患抽搐怎么办·····	244
宝宝大便中夹有血丝是什么原因·····	245
女婴为什么会患阴道炎·····	245
女婴患阴道炎怎么处理·····	246

● 喂养

乳汁与饭食的作用转换·····	247
宝宝饮食怎样选择·····	247
宝宝饮食怎样调理·····	247
宝宝停掉母乳时容易出现哪些症状·····	248
怎么解决不适应症状·····	249
宝宝发热时可以吃哪些辅食·····	249
宝宝腹泻时可以吃哪些辅食·····	250
宝宝呕吐时可以吃哪些辅食·····	250
宝宝出疹时可以吃哪些辅食·····	250

● 护理

为什么宝宝白天的睡眠减少了·····	251
宝宝睡前哭个不停怎么办·····	251
如何选择学步鞋·····	251
会爬的宝宝应注意哪些安全问题·····	252

● 体能锻炼和智能开发

怎样做仰卧起坐训练·····	253
怎么做弹跳站立训练·····	253
怎样做弯腰拾物训练·····	253
为什么不用担心宝宝的骨骼·····	253
怎样做轮流追逐游戏·····	253
用凉水给宝宝擦澡有什么好处·····	254
宝宝可以尝试学步车吗·····	255
怎样和宝宝做语言游戏·····	255
怎样和宝宝做语言和动作相配合的游戏·····	256

怎样训练宝宝识别不同的态度·····	256
怎样让宝宝感知一些简单的生活常识	257
鼓励宝宝有什么益处·····	257
欣赏大自然对宝宝有什么益处·····	257

● 应注意的问题

宝宝扁平足是什么原因·····	258
宝宝牙齿长得慢和遗传有关系吗·····	258
宝宝大便异常是怎么回事·····	259
宝宝还不会爬怎么办·····	259
宝宝患结膜炎的原因及症状·····	260
结膜炎怎么护理·····	261
如何对待宝宝的安抚物·····	261

第十一章

9~10个月的宝宝

● 喂养

怎样安排停掉母乳后期的饮食·····	263
应该增添的食品有哪些·····	263
宝宝停不了母乳怎么办·····	264
应该少吃的食品有哪些·····	264
宝宝一天的食谱怎么安排·····	265
怎样训练宝宝自己进餐·····	265

● 护理

要为宝宝调节好生活节奏·····	266
给宝宝穿衣不要太多·····	266
不宜给宝宝睡软床·····	267
要注意观察宝宝的睡眠状态·····	267

宝宝睡前可以吃东西吗·····	267
经常把尿有什么坏处·····	268
宝宝外出活动要注意什么·····	268

● 体能锻炼和智能开发

怎样增加爬行训练的难度·····	269
怎样与宝宝做踢球游戏·····	269
怎样与宝宝做击球游戏·····	270
怎样训练宝宝独自站立·····	270
训练宝宝学走路有哪些方法·····	271
怎样用形象玩具训练宝宝认识事物·····	271
怎样培养宝宝解决问题的兴趣·····	272
怎样培养宝宝对空间的兴趣·····	272
怎样培养宝宝的艺术素质·····	273
怎样让宝宝知道不该做的事·····	273

● 应注意的问题

停掉母乳时营养失调怎么办·····	274
停掉母乳时患消化不良症怎么办·····	275
停掉母乳时缺乏维生素怎么办·····	275
宝宝淋巴结肿大是什么原因·····	275
宝宝淋巴结肿大怎么解决·····	276
宝宝撞头摇晃是什么原因·····	276
宝宝撞头摇晃怎么解决·····	276
宝宝发生屏息怎么办·····	277
宝宝磨牙怎么办·····	278
宝宝八字脚是什么原因·····	278
宝宝八字脚怎么办·····	279