

让孩子赢在起跑线上 全国生活类畅销书



孕产育儿

马飞◎主编

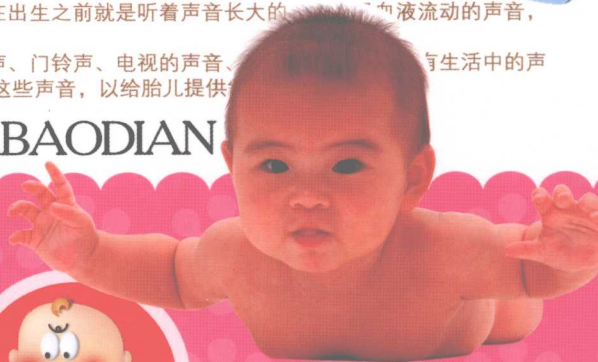
宝典



胎儿最喜欢的声音莫过于母亲的声音了！胎儿在出生之前就是听着声音长大的。血液流动的声音，母亲温和的谈话声……

母亲偶尔因为吵架而变得尖锐的声音、电话铃声、门铃声、电视的声音、生活中的声音都是无法避免的，所以，母亲应尽可能整合这些声音，以给胎儿提供

YUNCHANYUERBAODIAN



青岛出版社

孕产育儿

马飞◎主编

宝典



青岛出版社

图书在版编目(CIP)数据

孕产育儿宝典/马飞主编. —青岛:青岛出版社, 2008. 5

ISBN 978-7-5436-4757-2

I. 孕... II. 马... III. ① 妊娠期—妇幼保健—基本知识
② 产褥期—妇幼保健—基本知识 ③ 婴幼儿—哺育—基本知识
IV. R715.3 TS976.31

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 053656 号

书 名 孕产育儿宝典

主 编 马 飞

出版发行 青岛出版社

社 址 青岛市徐州路 77 号(266071)

本社网址 <http://www.qdpub.com>

邮购电话 13335059110 (0532)80998664 传真 (0532)85814750

责任编辑 杨成舜 E-mail: ycsjy@163.com

装帧设计 大象设计·张雪 吴军

照 排 青岛海讯科技有限公司

印 刷 青岛星球印刷有限公司

出版日期 2008 年 5 月第 1 版 2009 年 8 月第 3 次印刷

开 本 16 开(710mm×1000mm)

印 张 33.5

字 数 750 千

书 号 ISBN 978-7-5436-4757-2

定 价 49.00 元

编校质量、盗版监督电话 (0532)80998671

青岛版图书售出后如发现印装质量问题,请寄回青岛出版社印刷物资处调换。

电话 (0532)80998826

内容提要



本书把孕产生育与素质培养交融地结合起来，把早期素质教育贯穿于整个怀孕、育儿、培养等过程之中，提出了智商(IQ)、情商(EQ)、健商(HQ)、财商(FQ)、德商(MQ)、逆商(AQ)等育儿新概念。

根据怀孕生育和婴幼儿不同阶段的变化情况，本书共分9个时段，包括优生、怀孕、分娩、新生儿、婴儿、1岁、2岁、3岁、4岁、5岁等内容。从准备怀胎开始，到出生后孩子每成长一岁不同的培养和教育，直到把孩子送进学校接受教育为止，本书紧紧伴随着孕产和孩子成长的全过程，具有很强的实用性、权威性和现代性，真正体现了现代科学育儿新观念。

前言



优生、优生、优教，是时代发展的需要。

孕产生育对于每一对年轻夫妇，都是一生中非常重要的阶段，能否孕育出一个健康、聪明的孩子，是父母们最关心的问题。

本书把孕产生育与素质培养交融地结合起来，把早期素质教育贯串于整个怀孕、育儿、培养等过程之中，提出了智商(IQ)、情商(EQ)、健商(HQ)、财商(FQ)、德商(MQ)和逆商(AQ)等育儿新概念，真正体现了现代科学育儿新观念。

孕产生育是人类繁衍的重要途径，关系着人类的未来和世界的发展，是人类的重要使命和神圣责任。尽管随着现代科学技术的发展，产生了“克隆”、“试管婴儿”、“人工授精”等孕育生殖方法，但人类赖以生存和发展的基础，主要还是依靠孕产生育。

孕产生育作为一门新兴学科，在国内外受到广泛重视，取得了许多研究成果。自古以来，人们都将生育、怀孕和成长视为自然而然的事情。随着科学的发展和认识的提高，人们充分认识到了讲究科学方法，提高生育、怀孕、培养的质量的必要性。

科学的孕产生育能够为婴幼儿身心成长奠定坚实的基础。早期教育，特别是胎教，更是一门新兴的学科，希望我们每一位年轻的父母自觉学习和接受。

父母是孩子最早的老师，家庭是孩子成长的摇篮，父母进行家庭教育，必将影响孩子一生。因此，父母的责任非常重大，也彰显家庭教育的重要性。

素质教育，不应从中、小学才开始，而应从胎儿胎教就入手实施，把素质教育融入胎儿血脉肌肤的发育形成之中，并且伴随着孩子的出生、成长而逐步提高，这样就会形成孩子的天然素质或者条件反射，并与中、小学素质教育接轨，从而最终形成培养天才儿童的整个过程。

儿童的身心十分微妙,无论是饮食起居、身心健康,还是早期教育,都非常敏感,所以早期的培养和教育必然具有细密性和精确性,同时也具有粗略性和模糊性,具有各自的要素和独自的特点。点点滴滴,需要准确而全面掌握,才能很好地实施早期身心培养和素质教育。

当今时代,独生子女的成长教育,总是存在许许多多的问题,年轻父母们更应该加强这方面的知识。事实表明,除了对孩子身心给予满足之外,如何进行科学培养和教育,使之很好地茁壮成长,是我们每一个人关心的话题。孩子成长,情系父母,科学教育,势在必行。

为了使每一位父母全面、准确、科学、系统地掌握怀孕、生产、育儿的有关知识,为了使广大父母顺利、如意地孕育出身心健康、活泼可爱的小宝宝,培养出高素质的人才,我们在有关权威专家的指导下,综合国内外最新研究成果,编辑了这本《孕产育儿宝典》,为广大年轻父母奉献科学的孕产育儿圣经。

本书根据怀孕生育和婴幼儿不同阶段的变化情况,共分九 chapters,包括优生、怀孕、分娩、新生儿、婴儿、1岁、2岁、3岁、4岁、5岁等内容。从准备怀孕开始,到出生后孩子每成长一岁不同的培养和教育,直到把孩子送进学校接受老师教育为止,紧密伴随着孕产和孩子成长的全过程,具有很强的实用性、权威性和现代性,真是“悠悠寸草心,处处见真情”。

编 者



目 录

第一章 优生方案

一、生殖与遗传

生殖知识	(2)
男性生殖器官的成熟与生殖功能 ..	(2)
女性生殖器官的成熟与生殖功能 ..	(2)
精子的产生与正常标准	(2)
卵子的产生与正常标准	(2)
生殖原理是精子与卵子的结合 ..	(3)
胚胎、脐带、羊水、胎盘形成原理 ..	(3)
遗传问题	(4)
遗传物质与生育	(4)
遗传环境与成才	(4)
遗传物质与疾病	(4)
遗传病的特点	(4)
遗传病的预防	(4)
染色体与生育的关系	(5)
染色体遗传病的预防	(5)
基因与生育	(5)

二、性事与避孕

性与生育	(6)
------------	-----

性生活的过程与类型	(6)
性生活的和谐与协调	(6)
避孕方法	(7)
怀孕与避孕	(7)
避孕主要方法	(7)
不宜的避孕方法	(7)
人工流产及其危害	(8)
停止避孕与开始怀孕	(8)

三、优生与怀孕

优生常识	(9)
优生方法	(9)
最佳怀孕重要条件与因素	(9)
不宜怀孕的主要情况	(11)
孕前全面准备工作	(12)
受孕措施	(13)
最佳受孕的性交体位	(13)
从性交到受孕	(13)
生男生女控制主要方法	(13)

第二章 怀孕方案

一、怀孕第1个月

妊娠知识	(16)
怀孕的主要征象	(16)
怀孕的判断方法	(16)
正确对待早孕反应	(17)

孕妇需注意的问题	(17)
孕妇的早期检查	(18)
胎儿发育	(18)
胎儿的健康判断	(18)
胎儿的性格发育	(19)

胎儿大脑的发育规律·····	(19)
促进第1个月胎儿智力发育·····	(19)
胎教方法 ·····	(19)
胎教的主要内容·····	(19)
胎教属于超前教育·····	(20)
妊娠早期胎教方法·····	(20)
饮食保健 ·····	(20)
孕妇1个月的保健·····	(20)
孕期饮食指导·····	(20)
孕期营养原则·····	(21)
孕期主要食品·····	(22)
孕期饮料选择·····	(23)
怀孕第1个月益智食谱·····	(23)
妊娠保健 ·····	(23)
妊娠剧吐现象与注意问题·····	(23)
孕妇注意低钾血症·····	(23)
孕妇喜凉怕热的原因·····	(24)
孕妇的尿频现象与处理·····	(24)
孕妇仍有月经须检查·····	(24)
孕期注意心理健康·····	(24)
医疗预防 ·····	(25)
预防畸形胎儿的产生·····	(25)
孕妇患病应看医生·····	(25)
孕妇早期要查白带·····	(26)
孕妇防治早期感冒与早期发热·····	(26)
孕妇防治心慌气促与心烦意乱·····	(27)
二、怀孕第2个月	
妊娠知识 ·····	(28)
消除妊娠反应不宜服用维生素B ₆ ·····	(28)
写好妊娠日记·····	(28)
妊娠主要日期与数字·····	(28)
孕腹增大规律·····	(29)
胎儿发育 ·····	(29)
胎儿的发育情况·····	(29)
胎儿五感发育与训练·····	(29)

胎儿运动发育与训练·····	(29)
促进第2个月胎儿智力发育·····	(30)
饮食保健 ·····	(30)
孕妇两个月的保健措施·····	(30)
摄入益智健脑食品·····	(30)
孕期钙、磷不足,易发生龋齿·····	(30)
适当增加含铁食物与钙剂·····	(30)
孕期饮食不宜·····	(31)
怀孕第2个月益智食谱·····	(32)
孕妇注意家庭监护·····	(33)
孕妇衣服与鞋子的选择·····	(33)
孕妇不能睡电热毯·····	(33)
孕妇安全度过三伏天与冬天·····	(33)
孕妇乳头下陷与扁平纠正·····	(34)
医疗预防 ·····	(35)
流产的预防·····	(35)
孕妇出现水肿与下肢浮肿的防治·····	(35)
孕妇静脉曲张与小腿抽筋的防治·····	(36)

三、怀孕第3个月

妊娠知识 ·····	(37)
学会数胎动·····	(37)
胎动的类型·····	(37)
孕妇母体的变化·····	(37)
胎儿发育 ·····	(37)
胎儿的发育情况·····	(37)
胎儿牙齿的发育与保健·····	(38)
胎儿感知能力强·····	(38)
促进第3个月胎儿智力发育·····	(38)
胎教方法 ·····	(38)
胎教的音乐方法·····	(38)
饮食保健 ·····	(39)
孕妇3个月的保健措施·····	(39)
补充维生素D·····	(39)
补充锌、铜、碘元素·····	(39)



怀孕第3个月益智食谱·····	(40)
合理的锻炼项目·····	(40)
医疗预防 ·····	(42)
早期流产与保胎·····	(42)
胎儿的血型推算·····	(42)
影响胎儿发育的药物·····	(42)
注意妊娠高血压综合征对孕妇与胎 儿的危害·····	(43)

四、怀孕第4个月

妊娠知识 ·····	(44)
胎动时间与规律·····	(44)
孕妇母体的变化·····	(44)
孕妇生理心理变化·····	(44)
胎儿发育 ·····	(44)
胎儿的发育情况·····	(44)
判断胎儿生长情况·····	(45)
胎儿视觉发育与训练·····	(45)
胎儿感觉发育与训练·····	(45)
胎儿心灵发育与训练·····	(45)
胎儿记忆发育与训练·····	(46)
胎儿大脑智能发展过程·····	(46)
促进第4个月胎儿智力发育·····	(46)
胎教方法 ·····	(47)
胎教常见音乐种类与常用音乐曲目 ·····	(47)
妊娠中期胎教方法·····	(47)
饮食保健 ·····	(48)
孕妇4个月的保健措施·····	(48)
每日营养素摄入量·····	(48)
注意营养不良损害胎儿大脑·····	(48)
怀孕第4个月益智食谱·····	(49)
医疗预防 ·····	(49)
预防胎儿先天性心脏病与佝偻病 ·····	(49)
预防胎儿失聪与胎儿缺氧的方法 ·····	(50)

预防胎儿宫内发育迟缓·····	(51)
孕妇异常情况的防治·····	(51)

五、怀孕第5个月

妊娠知识 ·····	(53)
孕妇母体的变化·····	(53)
孕妇体重的增加情况·····	(53)
胎儿发育 ·····	(53)
胎儿的发育情况·····	(53)
胎儿习惯发育与训练·····	(53)
促进第5个月胎儿的发育·····	(54)
胎教方法 ·····	(54)
父亲要帮胎儿做体操·····	(54)
父亲对胎儿的积极影响·····	(55)
饮食保健 ·····	(55)
孕妇5个月的保健·····	(55)
怀孕第5个月益智食谱·····	(56)

六、怀孕第6个月

妊娠知识 ·····	(57)
妊娠斑的处理与妊娠纹的防治措施 ·····	(57)
孕妇母体的变化·····	(57)
胎儿发育 ·····	(58)
胎儿的发育情况·····	(58)
胎儿听觉发育与训练·····	(58)
胎儿嗅觉发育与训练·····	(58)
胎儿思维发育与训练·····	(58)
促进第6个月胎儿智力发育·····	(58)
胎教方法 ·····	(59)
胎儿对音乐的吸收性·····	(59)
呼唤胎教法·····	(59)
抚摸胎教法·····	(59)
“踢肚游戏”胎教法·····	(60)
饮食保健 ·····	(60)
孕妇6个月的保健措施·····	(60)
怀孕第6个月益智食谱·····	(60)



医疗预防	(60)
高血压孕妇要注意的问题	(60)
妊娠高血压综合症的防治	(61)

七、怀孕第7个月

妊娠知识	(62)
孕妇母体的变化	(62)
孕妇生理心理的变化	(62)
胎儿发育	(62)
胎儿的发育情况	(62)
胎儿对话发育与训练	(62)
胎儿味觉发育与训练	(62)
胎儿在宫内的呼吸	(63)
胎儿在宫内的姿势	(63)
促进第7个月胎儿智力发育	(63)
胎教方法	(64)
自然环境胎教法	(64)
妊娠后期胎教方法	(64)
饮食营养	(64)
孕妇7个月的保健措施	(64)
怀孕第7个月益智食谱	(65)
医疗预防	(65)
妊娠晚期常见症状的防治	(65)

八、怀孕第8个月

妊娠知识	(66)
怀双胞胎不必担心	(66)
孕妇母体的变化	(66)
胎儿发育	(66)
胎儿的发育情况	(66)
促进第8个月胎儿智力发育	(66)
饮食保健	(67)
孕妇8个月的保健措施	(67)
怀孕第8个月益智食谱	(67)
孕晚期应注意的问题	(67)
注意仰卧综合征	(68)
医疗预防	(68)
判断与纠正胎位不正的方法	(68)

九、怀孕第9个月

妊娠知识	(70)
早产的征象与对婴儿的危害	(70)
孕妇母体的变化	(70)
胎儿发育	(70)
胎儿的发育情况	(70)
促进第9个月胎儿智力发育	(71)
胎教方法	(71)
胎教要与情绪相结合	(71)
胎教要与艺术相结合	(71)
饮食保健	(72)
孕妇9个月的保健措施	(72)
怀孕第9个月益智食谱	(72)
医疗预防	(73)
消化系统溃疡的预防	(73)
孕妇晚期阴道出血主要原因	(73)

十、怀孕第10个月

妊娠知识	(74)
预产期计算方法	(74)
过期妊娠的预防与处理	(74)
孕妇母体的变化	(75)
胎儿发育	(75)
胎儿的发育情况	(75)
胎教方法	(75)
胎教要与情趣相结合	(75)
胎教要与行为相结合	(75)
胎教要与美学相结合	(76)
饮食保健	(76)
孕妇10个月的保健措施	(76)
怀孕第10个月益智食谱	(76)
足月的生活安排	(77)
足月的准备工作	(77)
医疗预防	(77)
产前诊断的方法	(77)
产前检查的时间与内容	(78)
胎儿产前的监护	(78)



第三章 分娩方案

一、临产的事项

临产知识	(82)
临产征兆	(82)
临产注意的事项	(82)
临产的禁忌	(82)
临产准备	(83)
临产的精神准备	(83)
临产的物质准备	(83)
临产保健	(84)
临产的饮食营养	(84)
临产的良好心理	(85)
到医院分娩的时机与异常情况	(85)
减轻腹部负担的方法	(86)
孕妇临产前应充分休息	(86)

二、分娩的进程

分娩知识	(87)
分娩所需时间与计划分娩	(87)
分娩的要素	(87)
分娩的饮食营养	(88)
分娩的疼痛现象	(88)
分娩应注意的问题	(88)
选择分娩的姿势	(88)
选择有利于胎儿大脑的生产姿势	(89)
减轻疼痛分娩的方法与实施无痛分娩法	(89)
分娩阶段	(89)
分娩的3个时期	(89)
难产的预防	(90)
分娩结束	(91)
胎儿娩出的过程	(91)

三、产妇与保健

产后保健	(92)
产后母体的变化	(92)

产褥期的正常变化	(92)
产褥期保健的“三要”与“三忌”	(93)
产后的3个阶段	(93)
产后第一天与第二天的行动	(94)
产后饮食	(94)
产妇的饮食与营养	(94)
产后的催乳良方	(95)
产后营养补充	(95)
产后营养的保证	(96)
产后营养菜谱	(96)
产后要多吃蔬菜水果	(97)
产后要注意钙与铁的摄入	(97)
产后饮食六不宜	(97)
产后生活	(98)
产后精神的保养	(98)
产后良好的休养环境	(99)
产后看书看电视要注意	(99)
产后要注意起居	(99)
剖宫产的保健法	(102)
产后乳房的保养	(103)
产后做产褥体操	(103)
产后的化妆	(104)
产后医疗	(105)
产后服药的学问	(105)
产后常见症状及防治	(105)
产后保护会阴伤口	(111)
产后要做检查	(111)
产后恢复	(111)
恢复孕前体态	(111)
产后情绪恢复	(112)
剖宫产的复原	(113)
产后恢复性生活	(113)
产后月经恢复时间	(114)
哺乳期的避孕	(114)



第四章 新生儿方案

- 身心发育 (116)
 - 新生儿第1天生理状况 (116)
 - 新生儿第1周生理状况 (116)
 - 新生儿发育的一般状况 (117)
 - 新生儿头部显大的原因 (120)
 - 新生儿发育评分标准与分类 (120)
 - 新生早产儿的特点 (121)
 - 新生儿笑的发育 (121)
 - 新生儿哭的发育及啼哭原因 (122)
- 饮食营养 (122)
 - 新生儿饮食喂养的特点 (122)
 - 母乳喂养的益处与重要性 (123)
 - 母乳喂养的要领 (124)
 - 不宜母乳喂养的母亲 (126)
 - 哺乳需注意的问题 (127)
 - 母乳喂养中常见的问题 (128)
 - 母乳充足与不足的判断方法 (128)
 - 发生奶胀的处理方法 (129)
 - 母乳含量各阶段的区别 (129)
 - 增加乳汁维生素的情况 (130)
 - 哺乳期乳房常见症状与预防 (130)
 - 乳母患乙肝或乳腺炎的喂养 (132)
 - 母亲生病与上班时喂养方法 (132)
 - 母乳稀少或没有的喂养 (133)
 - 新生双胞胎喂养方法 (133)
- 日常护理 (133)
 - 新生儿的优育要点 (133)
 - 新生儿的生活环境 (134)
 - 新生儿的正确抱法与包裹法 (134)
 - 新生儿的三浴 (135)
 - 新生儿不要清除“胎毒”、“胎垢”与胎脂
..... (136)
 - 训练良好的睡眠习惯 (137)
 - 新生儿正确穿衣与脱衣 (139)
 - 婴儿衣服不要用洗衣粉洗 (140)
 - 更换纸尿裤与尿布的方法 (140)
 - 新生儿头上包块的识别与处理 ... (140)
 - 新生儿眼睛、鼻子、耳朵及皮肤的护理
..... (141)
 - 新生儿脐带的护理与预防 (142)
 - 新生儿生殖器官的保护与清洁方法
..... (142)
- 早期培育 (143)
 - 智商培育新概念 (143)
 - 新生儿先天性反射种类与训练 ... (143)
 - 情商培育新概念 (144)
 - 新生儿个性的发育 (144)
 - 健商培育新概念 (145)
 - 新生儿听觉能力训练游戏 (145)
 - 新生儿视觉能力训练游戏 (146)
 - 新生儿触觉能力训练游戏 (146)
 - 新生儿动作能力训练游戏 (146)
 - 新生儿的按摩体操 (146)
- 疾病预防 (147)
 - 新生儿健康检查与就医 (147)
 - 新生儿呼吸异常的处理 (147)
 - 儿童期预防接种的安排 (148)
 - 新生儿接种卡介苗 (149)
 - 新生儿接种乙肝疫苗 (149)
 - 新生儿喂药的主要方法与不宜使用的
药物 (150)
 - 新生儿耳聋的早期发现 (150)
 - 新生儿身上怪味的防治 (150)
 - 新生儿痱子、湿疹、脂溢性皮炎与粟粒
疹的防治 (151)
 - 新生儿低血糖与低血钙的防治 ... (152)
 - 新生儿肺炎的防治 (152)
 - 新生儿消化不良与腹泻的预防 ... (153)
 - 新生儿大便有血的原因与便秘的处理
..... (154)
 - 新生儿发热的预防与治疗 (155)



第五章 婴儿方案

一、第1个月

身心发育 (158)

1个月婴儿身体发育特点 (158)

感觉发育情况 (159)

心理发育状况 (160)

饮食营养 (160)

婴儿人工喂养方法 (160)

人工喂养一定要补充水分 (161)

婴儿对维生素的需要量 (162)

注意早产儿的喂养 (163)

日常护理 (163)

1个月婴儿的优生要点 (163)

别给婴儿剃“满月头” (163)

注意观察婴儿的囟门 (164)

婴儿的鼻疖不要挤压 (164)

注意婴儿鼻子畸形 (164)

预防婴儿出现斜视 (164)

婴儿睡眠的情况 (165)

别用电风扇直吹婴儿 (165)

为婴儿清洁口腔与剪指甲的方法 (165)

早期培育 (166)

1个月婴儿的智能发育水平 (166)

智力测试方法 (166)

教唱儿歌 (167)

语言能力训练游戏 (167)

社交能力训练游戏 (168)

情感培养训练游戏 (168)

生活自理能力训练游戏 (168)

视觉能力训练游戏 (168)

听觉能力训练游戏 (169)

感觉能力训练游戏 (169)

适合婴儿的体操 (169)

疾病预防 (170)

预防克汀病的方法 (170)

别用茶水给婴儿喂药 (171)

发现婴儿先天性髋关节脱位 (171)

预防影响婴儿听力的高危因素 (171)

二、第2个月

身心发育 (172)

两个月婴儿身体发育特点 (172)

视觉发育状况 (172)

听觉发育状况 (173)

感觉发育状况 (173)

心理发育状况 (173)

饮食营养 (173)

两个月婴儿饮食喂养的特点 (173)

鲜鱼肉代替乳类喂哺 (173)

牛奶喂养腹泻时的喂养 (174)

湿疹婴儿的喂养方法 (174)

日常护理 (175)

两个月婴儿的优生要点 (175)

婴儿打鼾与夜啼 (175)

注意婴儿被蚊虫叮咬 (175)

为婴儿正确穿衣、换衣的方法 (176)

为婴儿清洁卫生 (177)

婴儿洗澡正确方法 (178)

婴儿需要适度地抱以及对玩具的需求

..... (180)

婴儿需要适度户外锻炼 (180)

早期培育 (180)

两个月婴儿的智能发育水平 (180)

婴儿性别的差别性 (180)

智力测试方法 (181)

教唱儿歌 (182)

语言能力训练游戏	(182)
社交能力训练游戏	(182)
情感培养训练游戏	(183)
听觉能力训练游戏	(183)
视觉能力训练游戏	(183)
感觉能力训练游戏	(183)
动作能力训练游戏	(184)
婴幼儿被动操	(184)
疾病预防	(185)
及时预防接种	(185)
定时给婴儿体检	(186)
维生素 D 缺乏表现与预防	(186)
婴儿用药注意事项	(186)

三、第 3 个月

身心发育	(188)
3 个月婴儿身体发育特点	(188)
视觉发育状况	(188)
听觉发育状况	(189)
感觉发育状况	(189)
心理发育状况	(189)
饮食营养	(189)
3 个月婴儿饮食喂养的特点	(189)
为婴儿加喂辅食	(189)
婴儿大脑发育的营养保证	(190)
防治婴儿不喜欢吃蔬菜	(190)
婴儿喂酸牛奶的好处多	(190)
促使婴儿增高的营养保健措施	(191)
微量元素补充的方法	(191)
多吃有利于保护婴儿眼睛的食物	(193)
日常护理	(194)
3 个月婴儿的优生要点	(194)
保护婴儿眼睛和耳朵	(194)
婴儿腿弯不一定缺钙	(195)
婴儿的一般睡眠情况	(195)
正确背和抱婴儿的姿势	(195)

早期培育	(196)
3 个月婴儿的智能发育水平	(196)
掌握婴幼儿情商特点	(196)
智力测试方法	(197)
教唱儿歌	(198)
语言能力训练游戏	(198)
社交能力训练游戏	(198)
感知能力训练游戏	(199)
认知能力训练游戏	(199)
触觉能力训练游戏	(200)
动作能力训练游戏	(200)
婴幼儿健身操	(200)
疾病预防	(201)
注意及时预防接种	(201)
预防早期肥胖症的方法	(201)
预防碘缺乏症与缺铁性贫血症的方法	(202)
注意婴儿出现地图舌与沟纹舌	(203)

四、第 4 个月

身心发育	(204)
4 个月婴儿身体发育特点	(204)
视觉发育状况	(204)
听觉发育状况	(204)
感觉发育状况	(204)
心理发育状况	(205)
饮食营养	(205)
4 个月婴儿饮食喂养的特点	(205)
婴儿添加辅食的方法	(205)
婴儿添加辅食的禁忌	(206)
辅食的制作方法	(207)
婴儿对蛋白质和脂肪的需要量	(207)
牛奶不能与钙粉同服	(208)
日常护理	(208)
4 个月婴儿的优生要点	(208)
婴儿不睡的调节方法	(209)



为婴儿配置睡袋	(209)
用婴儿车要注意的问题	(209)
注意婴儿异物入口	(209)
给婴儿做干布摩擦锻炼	(210)
尽量培养孩子单独玩	(210)
早期培育	(210)
4个月婴儿的智能发育水平	(210)
智力测试方法	(210)
教唱儿歌	(211)
语言能力训练游戏	(211)
社交能力训练游戏	(212)
视觉能力训练游戏	(212)
听觉能力训练游戏	(213)
动作能力训练游戏	(213)
婴幼儿健美健身方法	(213)
婴幼儿健身操	(214)
疾病预防	(214)
注意及时预防接种	(214)
婴儿发烧不吃奶的方法	(214)
不要常给婴儿吃小中药	(214)
婴儿便秘的护理方法	(215)
预防呼吸道传染病的方法	(215)
婴儿出现肠套叠的办法	(215)
婴儿色盲、夜盲、针眼、沙眼的防治方法	(215)

五、第5个月

身心发育	(218)
5个月婴儿身体发育特点	(218)
视觉发育状况	(218)
听觉发育状况	(218)
感觉发育状况	(218)
心理发育状况	(218)
饮食营养	(219)
5个月婴儿饮食喂养的特点	(219)
婴儿夜啼的乳母饮食	(219)

母乳喂养不能代替打预防针	(219)
婴儿厌食牛奶的办法	(219)
喂菜汤、菜泥、水果泥的方法	(220)
日常护理	(221)
5个月婴儿的优生要点	(221)
婴儿的一般睡眠情况	(221)
正确保护婴儿的乳牙	(221)
注意正确使用儿童车	(222)
早期培育	(223)
5个月婴儿的智能发育水平	(223)
有计划地念儿歌	(223)
有计划地让婴儿听音乐	(223)
生活自理的训练	(223)
智力测试方法	(223)
教唱儿歌	(224)
语言能力训练游戏	(224)
社交能力训练游戏	(225)
视觉能力训练游戏	(225)
听觉能力训练游戏	(225)
动作能力训练游戏	(226)
婴幼儿体形美的方法	(226)
婴幼儿健身操	(226)
疾病预防	(226)
注意及时预防接种	(226)
预防婴儿脑震荡	(227)
婴儿口角炎与疱疹性口炎的治疗	(227)
.....	(227)
注意婴儿易患感冒	(227)
婴儿感冒用药的误区	(229)
预防婴儿痢疾的方法	(229)

六、第6个月

身心发育	(231)
6个月婴儿身体发育特点	(231)
视觉发育状况	(231)
感觉发育状况	(231)

心理发育状况	(231)
饮食营养	(232)
6个月婴儿饮食喂养的特点	(232)
开始断奶及过渡方法	(232)
6个月婴儿小食品制作方法	(232)
婴儿一日饮食安排举例	(232)
不要嘴对嘴喂婴儿辅食	(233)
半岁以内别多饮果汁	(233)
婴儿不宜喝豆奶	(233)
日常护理	(233)
6个月婴儿的优生要点	(233)
婴儿的一般睡眠情况	(233)
练习用匙给婴儿喂食物	(234)
婴儿“吃手指头”的原因	(234)
婴儿口水多的处理办法	(234)
正确处理婴儿对物品的依赖心理	(235)
早期培育	(235)
6个月婴儿的智能发育水平	(235)
生活自理能力的训练	(236)
智力测试方法	(236)
教唱儿歌	(237)
语言能力训练游戏	(237)
社交能力训练游戏	(238)
情感训练游戏	(238)
记忆能力训练游戏	(238)
听觉能力训练游戏	(239)
感觉能力训练游戏	(239)
动作能力训练游戏	(240)
婴幼儿眼保健操	(240)
疾病预防	(240)
半岁以内婴儿不易患病	(240)
注意检查婴儿血红蛋白	(241)
七、第7个月	
身心发育	(242)
7个月婴儿身体发育特点	(242)

视觉发育状况	(242)
听觉发育状况	(242)
感觉发育状况	(243)
心理发育状况	(243)
饮食营养	(243)
7个月婴儿饮食喂养的特点	(243)
婴儿消化的主要特点	(243)
预防婴儿营养缺乏与过剩	(244)
不宜给婴儿断奶情况	(244)
婴儿过量饮牛奶的影响	(245)
乳母月经来潮时的喂奶	(245)
日常护理	(245)
7个月婴儿的优生要点	(245)
婴儿的一般睡眠情况	(245)
不要给婴儿穿得太暖	(245)
培养婴儿良好的饮食习惯	(245)
不能咀嚼饭给婴儿喂食	(246)
婴儿咀嚼固体食物有益处	(246)
婴儿爱揪衣服、抓头发的原因	(246)
防止婴儿受到意外伤害	(246)
婴儿不会爬的处理办法	(248)
给婴儿看书讲故事方法	(248)
早期培育	(248)
7个月婴儿的智能发育水平	(248)
注意训练孩子的手的机能	(248)
德商 MQ 培育新概念	(249)
培养婴儿懂道理	(249)
生活自理能力训练	(249)
智力测试方法	(249)
教唱儿歌	(251)
智力培育游戏	(251)
语言能力训练游戏	(251)
社交能力训练游戏	(251)
情感培育训练游戏	(252)
模仿能力训练游戏	(252)
视觉能力训练游戏	(252)

听觉能力训练游戏	(253)
感觉能力训练游戏	(253)
动作能力训练游戏	(254)
婴幼儿健身操	(254)
疾病预防	(254)
注意7个月婴儿抗病力下降	(254)
婴儿痲子与痲毒的防治方法	(255)
婴儿不要乱用镇咳药	(255)
婴儿不要多喝止咳糖浆	(255)

八、第8个月

身心发育	(257)
8个月婴儿身体发育特点	(257)
视觉发育状况	(257)
听觉发育状况	(257)
心理发育状况	(258)
饮食营养	(258)
8个月婴儿饮食喂养的特点	(258)
预防婴儿断奶综合征	(258)
度过婴儿断奶辅食期	(259)
婴儿断奶后主要饮食	(259)
帮助婴儿习惯吃猪肝	(260)
注意婴儿食物的色、香、味	(260)
注意婴儿的贪食	(260)
婴儿不宜多吃蜂蜜	(260)
日常护理	(261)
8个月婴儿的优生要点	(261)
婴儿的一般睡眠情况	(261)
注意婴儿穿合适鞋子	(261)
逗婴儿应把握好分寸	(262)
培养婴儿正确看电视	(262)
不要责怪婴儿乱叫“爸爸妈妈”	(263)
早期培育	(263)
8个月婴儿的智能发育水平	(263)
培养婴儿的勇敢精神	(263)
生活自理能力的训练	(264)

智力测试方法	(264)
教唱儿歌	(265)
语言能力训练游戏	(265)
社交能力训练游戏	(266)
情感培育训练游戏	(266)
技能训练游戏	(266)
视觉能力训练游戏	(267)
听觉能力训练游戏	(267)
感觉能力训练游戏	(267)
手眼协调能力训练游戏	(267)
动作能力训练游戏	(266)
婴幼儿健身操	(268)
疾病预防	(268)
注意及时预防注射	(268)
从睡眠观察婴儿健康	(269)
健康检查的有关知识	(269)
婴儿患病的早期信号	(269)
婴儿体温测量	(270)
预防高烧惊厥的方法	(270)

九、第9个月

身心发育	(272)
9个月婴儿身体发育特点	(272)
视觉发育状况	(272)
听觉发育状况	(272)
感觉发育状况	(273)
心理发育状况	(273)
饮食营养	(273)
9个月婴儿饮食喂养的特点	(273)
断奶后婴儿喂养方法	(273)
婴儿米、面食品搭配喂养	(274)
婴儿注意补钙误区	(274)
日常护理	(274)
9个月婴儿的优生要点	(274)
婴儿的一般睡眠情况	(275)
纠正出牙期不良习惯	(275)