

畅销全彩版

全国知名
儿童保健专家
权威奉献

育儿启智全书

科学 育儿

800问

北京医院 万理 主编
婴儿室专家主任医师



全面指导育儿及智力开发方法
和过程，排忧解难，帮您轻松
做好新妈妈、好爸爸！



独家支持



隆重推荐



中国人口出版社



中国人口出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

科学育儿800问：宝宝喂养启智全书 / 万理主编.
—北京：中国人口出版社，2011.9

ISBN 978-7-5101-0877-8

I. ①科… II. ①万… III. ①婴幼儿—哺育—问题解答 IV. ①TS976.31-44

中国版本图书馆CIP数据核字 (2011) 第185356号

最科学、最实用的 权威育儿读本

· 育儿启智全书 ·

科学育儿800问

万理 主编

出版发行	中国人口出版社
印 刷	大厂正兴印务有限公司
开 本	710×1020 1/16
印 张	18
字 数	150千字
版 次	2012年1月第1版
印 次	2012年1月第1次印刷
书 号	ISBN 978-7-5101-0877-8
定 价	35.00元

社 长	陶庆军
网 址	www.rkcbs.net
电子信箱	rkcbs@126.com
电 话	(010)83519390
传 真	(010)83519401
地 址	北京市宣武区广安门南街80号中加大厦
邮 编	100054

版权所有 侵权必究 质量问题 随时退换

一、新生儿生活照料

1. 宝宝刚出生 2

- 001 宝宝第一声啼哭意味着什么?
- 002 何为阿普加评分? 如何进行阿普加评分?
- 003 新生儿需要哪些基础护理?
- 004 如何护理早产新生儿?
- 005 新生儿需要做哪些身体监测?

2. 尿布 5

- 006 纸尿裤和布尿布有何区别? 如何选择布尿布?
- 007 怎样给新生儿换尿布?
- 008 换尿布有哪些注意事项?
- 009 什么时间更换尿布?
- 010 如何正确洗尿布?

3. 日常护理 7

- 011 怎样抱新生儿?
- 012 什么是“蜡烛包”? “蜡烛包”有什么弊端?
- 013 如何正确包裹新生儿?
- 014 新生儿睡眠有何重要性? 睡眠时间是多少?
- 015 如何使新生儿睡眠好?
- 016 新生儿采取什么姿势睡觉好?
- 017 新生儿洗澡有何重要意义?
- 018 新生儿需要每天洗澡吗?

- 019 新生儿晚间洗澡可以吗?

- 020 如何给新生儿洗澡? 洗澡时应注意哪些问题?

- 021 给新生儿擦爽身粉方法不当会有哪些危害?

- 022 如何正确给新生儿涂爽身粉?

4. 脐带 11

- 023 脐带有何作用? 为什么新生儿脐带护理很重要?

- 024 脐带什么时间脱落? 脐带不脱落怎么办?

- 025 脐带脱落前如何处理? 脱落后出现异常怎么办?

- 026 新生儿出现脐疝怎么办?

5. 口腔 12

- 027 如何做好新生儿口腔护理?

- 028 什么是螳螂齿? 它有什么作用?

- 029 马牙是怎么回事?

6. 环境 13

- 030 如何选择合适的宝宝床?

- 031 选择宝宝床要考虑哪些方面?

- 032 如何选择宝宝寝具?

- 033 新生儿不宜接触哪些人?

二、新生儿喂养

1. 母乳喂养 16
 - 001 为什么提倡母乳喂养?
 - 002 乳房大小对哺乳有影响吗? 为什么?
 - 003 母乳有哪些优点? 母乳喂养有哪些好处?
2. 早开奶 17
 - 004 何时开奶好? 为什么要提倡早开奶?
 - 005 为什么开奶前不宜给新生儿喂糖水?
 - 006 开奶前能喂牛奶吗? 为什么?
3. 初乳 18
 - 007 什么是初乳? 为什么一定要把初乳喂给宝宝?
 - 008 不同时期的乳汁是如何划分的? 成分有何不同?
4. 如何哺乳 19
 - 009 哺乳妈妈需要哪些营养物质?
 - 010 什么叫按需哺乳? 为什么要按需哺乳?
 - 011 如何做到按需哺乳?
 - 012 正确哺乳需要哪些步骤?
 - 013 新妈妈哺乳应采取什么姿势?
 - 014 哺乳时有哪些注意事项?
 - 015 夜间喂奶须注意哪些问题? 如何进行夜间喂奶?
 - 016 腹泻时哺乳要注意什么?
 - 017 什么是新生儿“乳头错觉”?
 - 018 如何纠正“乳头错觉”?
5. 母乳不足 24
 - 019 如何判断母乳不足?
 - 020 增乳的方法有哪些?
 - 021 母乳不足时如何喂养?
 - 022 新生儿要不要喂水?

三、新生儿常见病的防治

1. 新生儿黄疸 27
 - 001 新生儿黄疸有哪些症状表现?
 - 002 新生儿黄疸产生原因有哪些?
 - 003 如何进行家庭护理?
2. 新生儿窒息 28
 - 004 新生儿窒息有哪些症状表现?
 - 005 新生儿窒息产生原因有哪些?
 - 006 如何进行家庭护理?
3. 缺氧缺血性脑病 ... 30
 - 007 新生儿缺氧缺血性脑病有哪些症状表现?
 - 008 新生儿缺氧缺血性脑病产生原因有哪些?
 - 009 如何进行家庭护理?
4. 新生儿破伤风 31
 - 010 新生儿破伤风有哪些症状表现?
 - 011 新生儿破伤风产生原因有哪些?
 - 012 如何进行家庭护理?

5. 新生儿溶血病 32

- 013 新生儿溶血病有哪些症状表现?
- 014 新生儿溶血病产生原因有哪些?
- 015 如何进行家庭护理?

6. 新生儿脐炎 33

- 016 新生儿脐炎有哪些症状表现?
- 017 新生儿脐炎产生原因有哪些?
- 018 如何进行家庭护理?



第二章 8~28天

一、月子宝宝生活照料

1. 衣着 35

- 001 选择新生儿衣服应注意什么?
- 002 需要为新生儿准备哪些衣服?
- 003 如何让宝宝冷暖适宜?

2. 睡眠 36

- 004 如何训练新生儿安睡?
- 005 新生儿睡觉为什么总偏向一方?
- 006 新生儿有哪些不良习惯? 如何避免这些不良习惯?

3. 护理与清洁 37

- 007 新生儿留指甲有何弊端? 怎样为新生儿剪指甲?

- 008 何为新生儿头垢? 怎样为新生儿清洗头垢?

- 009 需要给宝宝剃“满月头”吗?
- 010 如何让宝宝的头发长得好?
- 011 给宝宝用洗护用品应注意哪些事项?
- 012 如何选择合适的日用品?
- 013 如何选择宝宝专用护肤品?

4. 环境 40

- 014 新生儿室内有空调好吗? 需要注意哪些问题?
- 015 怎样保持正常室温?
- 016 新生儿的环境有什么要求?

二、月子宝宝喂养

1. 母乳喂养 42

- 001 什么时候给宝宝喂奶? 喂多少次?
- 002 怎样避免新生儿吐奶?
- 003 如何喂养双胞胎儿?
- 004 如何喂养三胞胎儿?
- 005 挤奶有什么好处? 怎样实施手工挤奶?
- 006 怎样用吸奶器吸奶?

2. 人工喂养 44

- 007 人工喂养有哪些卫生要求?
- 008 适宜的代乳品有哪些?
- 009 喂牛奶的误区有哪些?
- 010 选择什么样的奶粉比较好?
- 011 如何鉴别真假奶粉?
- 012 如何保存好奶粉?
- 013 如何计算奶粉的用量?

3. 奶瓶和奶嘴 48

- 014 如何选择奶瓶和奶嘴?
- 015 怎样用奶瓶给新生儿喂奶?
- 016 喂奶时要注意哪些事项?
- 017 消毒奶瓶需要哪些用具? 怎样给奶瓶消毒?

4. 补充维生素 50

- 018 为什么要给宝宝补充维生素?

019 宝宝缺乏维生素D有何危害? 如何补充?

020 宝宝缺乏维生素C有何危害? 如何补充?

021 宝宝缺乏B族维生素有何危害? 如何补充?

022 宝宝缺乏维生素A有何危害? 需要额外补充吗?

023 为什么要补充维生素K?

三、月子宝宝智能开发

1. 能力发展 52

- 001 新生儿各种能力是如何发展的?
- 002 新生儿的早期教育重要吗?
- 003 影响宝宝智力的因素有哪些?
- 004 新生儿具备听觉能力吗?

2. 能力训练 54

- 005 怎样对新生儿进行听觉训练?

006 怎样对新生儿进行视觉训练?

3. 适当刺激 55

- 007 如何给新生儿适当的刺激?
- 008 多与宝宝接触有什么好处?
- 009 给宝宝按摩有什么好处?
- 010 新生儿也需要玩具吗? 需要什么样的玩具?

四、月子宝宝常见病护理

1. 新生儿低血糖症 ... 57

- 001 新生儿低血糖症有哪些症状表现?
- 002 新生儿低血糖症产生原因有哪些?
- 003 如何进行家庭护理?

2. 新生儿颅内出血 ... 58

- 004 新生儿颅内出血有哪些症状表现?
- 005 新生儿颅内出血产生原因有哪些?
- 006 如何进行家庭护理?

3. 新生儿肝炎 59

- 007 新生儿肝炎有哪些症状表现?

- 008 新生儿肝炎产生原因有哪些?
- 009 如何进行家庭护理?

4. 新生儿痤疮 60

- 010 新生儿痤疮有哪些症状表现?
- 011 新生儿痤疮产生原因有哪些?
- 012 如何进行家庭护理?

5. 新生儿贲门松弛 ... 61

- 013 新生儿贲门松弛有哪些症状表现?
- 014 新生儿贲门松弛产生原因有哪些?
- 015 如何进行家庭护理?

一、2~3个月宝宝生活照料

1. 衣着 63

- 001 如何根据四季给宝宝选衣服?
- 002 宝宝何时可以穿睡衣? 穿睡衣有什么好处?
- 003 宝宝穿连脚衣好吗?
- 004 宝宝感冒时应多加衣服吗?
- 005 宝宝需要哪几种袜子?

2. 睡眠 65

- 006 宝宝穿袜子睡觉好吗? 宝宝手脚冰凉怎么办?
- 007 宝宝的睡眠有何重要意义? 睡眠时间是多少?
- 008 何为睡倒觉? 宝宝睡倒觉怎么办?
- 009 抱着哄宝宝睡觉有何弊端?
- 010 什么样的睡姿适合宝宝?
- 011 宝宝入睡后打鼾要紧吗? 增身体肥大有何危害?
- 012 宝宝张着嘴睡觉怎么回事?

3. 清洁 67

- 013 宝宝何时理发为好? 给宝宝理发需要注意什么?
- 014 为什么要经常给宝宝洗头? 怎样给宝宝洗头?
- 015 宝宝洗头时哭闹怎么办?
- 016 怎样给宝宝洗手脸?
- 017 宝宝为什么会眼屎多? 怎样为宝宝清洗眼屎?

4. 眼、耳、口、鼻 69

- 018 怎样保护宝宝的眼睛?
- 019 保护宝宝的耳朵有何重要性? 应从哪些方面保护?
- 020 什么是“地图舌”? 为什么会出现“地图舌”?
- 021 怎样减少宝宝鼻塞? 宝宝鼻塞了怎么办?

5. 日常护理 71

- 022 何时可背着宝宝?
- 023 能否长时间背着宝宝?
- 024 宝宝适量晒太阳有何好处? 怎样进行日光浴?
- 025 为什么要做好宝宝防晒? 如何做好宝宝防晒?
- 026 宝宝为什么会便秘? 怎样通过饮食缓解便秘?
- 027 宝宝便秘能服用泻药吗? 缓解便秘还有哪些方法?
- 028 良好的生活规律对宝宝有何好处? 应如何培养?
- 029 宝宝为什么会打嗝? 造成打嗝的原因有哪些?
- 030 如何预防宝宝打嗝?
- 031 怎样阻止宝宝打嗝?

二、2~3个月宝宝喂养

1. 母乳喂养 75

- 001 2~3个月如何进行母乳喂养?
- 002 如何判断宝宝吃饱了?
- 003 如何判断母乳不足? 母乳不足如何喂养?
- 004 如何提高母乳质量?

2. 混合喂养 77

- 005 如何正确的实施混合喂养?
- 006 宝宝喝多少牛奶为宜? 如何避免宝宝过食?
- 007 宝宝为什么会厌食牛奶? 应如何调整喂养方法?
- 008 可以用乳酸奶代替牛奶喂宝宝吗?
- 009 炼乳可以作为宝宝主食吗? 为什么?
- 010 哪些食物不宜作为代乳品?
- 011 怎样自制脱脂奶?
- 012 怎样自制酸牛奶?
- 013 需要控制宝宝脂肪摄入吗? 为什么?

014 什么是强化食品? 可以给宝宝吃强化食品吗?

015 哪些宝宝需要吃强化食品? 怎样正确选择强化食品?

3. 喂果汁、菜汁 82

- 016 给宝宝喂果汁有什么好处?
- 017 怎样制作果汁?
- 018 怎样给宝宝喂果汁?
- 019 喂果汁有哪些注意事项?
- 020 宝宝可以饮用果子露吗?
- 021 喂果汁可缓解宝宝便秘吗?
- 022 刚榨好的果汁可以喂宝宝吗?
- 023 宝宝多喝果汁行吗?
- 024 宝宝喝成人饮料有哪些危害?
- 025 什么样的菜叶适合制作菜汁? 怎样制作菜汁?

4. 喂水 84

- 026 给宝宝科学补水有何重要性?
- 027 给宝宝喝什么样的水比较好?
- 028 宝宝健康喝水应注意哪些方面?
- 029 给宝宝喂多少水好?

三、2~3个月宝宝智能开发

1. 能力发展 86

- 001 宝宝感觉器官的发育有何规律?
- 002 宝宝的视觉发育有何规律?
- 003 宝宝的听觉发育有何规律?

2. 能力训练 87

- 004 怎样对宝宝进行视觉训练?
- 005 怎样对宝宝进行听觉训练?
- 006 怎样对宝宝进行动作训练?
- 007 怎样和宝宝做宝宝操?
- 008 如何训练宝宝翻身?

四、2~3个月宝宝常见病护理

1. 小儿疝气 91

- 001 小儿疝气有哪些症状表现?
- 002 小儿疝气产生原因有哪些?
- 003 如何进行家庭护理?

2. 小儿腹股沟疝气 ... 92

- 004 小儿腹股沟疝气有哪些症状表现?
- 005 小儿腹股沟疝气产生原因有哪些?
- 006 如何进行家庭护理?

3. 维生素K缺乏症 93

- 007 维生素K缺乏症有哪些症状表现?
- 008 维生素K缺乏症产生原因有哪些?
- 009 如何进行家庭护理?

4. 小儿尿布疹 94

- 010 小儿尿布疹有哪些症状表现?
- 011 小儿尿布疹产生原因有哪些?
- 012 如何进行家庭护理?

第四章

4~6个月

一、4~6个月宝宝生活照料

1. 衣着 97

- 001 这一时期宝宝衣着有何要求?
- 002 如何为宝宝选择衣服?
- 003 宝宝流口水怎么办? 怎样选择合适的围嘴?

2. 睡眠 98

- 004 宝宝睡眠时间是多少? 如何遵循宝宝的睡眠规律?
- 005 宝宝会选择舒服的睡眠姿势吗?
- 006 宝宝为什么会哭? 强行制止宝宝哭有什么危害?

- 007 何为“夜啼郎”? 宝宝夜啼的原因有哪些?

- 008 宝宝睡眠易醒怎么回事?

- 009 宝宝何时可以用枕头? 宝宝的枕头有哪些要求?

3. 异常情况 100

- 010 宝宝突然哭闹怎么回事? 宝宝哭闹怎么办?

- 011 宝宝为什么会流口水? 宝宝流

- 012 口水正常吗?

- 013 宝宝上火的原因有哪些?

- 014 宝宝上火的常见症状有哪些?
- 015 如何防止宝宝上火?
- 016 怎样给宝宝喂液剂药? 应避免哪些错误的方法?
- 017 怎样给宝宝喂片剂药?
- 018 可以给宝宝吃小中药吗?

4. 环境 103

- 019 如何为宝宝营造良好环境?
- 020 香烟烟雾对宝宝有何危害?
- 021 可以让宝宝坐护椅吗?
- 022 让宝宝坐儿童车有什么好处?

儿童车有哪些式样?

- 023 为什么不能让宝宝长时间坐儿童车?

5. 口腔 105

- 024 宝宝什么时候出牙?
- 025 宝宝牙出齐需要多长时间?
- 026 宝宝出牙前有哪些征兆?
- 027 如何做好出牙期口腔卫生?
- 028 出牙期有哪些注意事项?
- 029 导致宝宝牙齿变黄的原因有哪些?

二、4~6个月宝宝喂养

1. 添加辅食 108

- 001 4~6个月母乳喂养有何特点? 何时添加辅食?
- 002 如何掌握喂牛奶的量?
- 003 添加宝宝辅食应遵循哪些原则?
- 004 什么样的辅食适合宝宝? 应如何添加?
- 005 添加辅食应按什么顺序?

2. 辅食制作 111

- 006 怎样自制奶糊?
- 007 给宝宝吃水果有哪些好处? 如何合理选择水果?
- 008 宝宝吃香蕉会坏肚子吗?
- 009 可以用水果代替蔬菜吗?
- 010 怎样给宝宝喂鸡蛋?

- 011 为什么不能给宝宝吃鸡蛋清?
- 012 动物肝脏有何营养? 添加时应注意什么?
- 013 怎样做动物肝脏给宝宝吃?
- 014 怎样做豆腐给宝宝吃?
- 015 宝宝适合吃什么样的鱼?
- 016 为什么不能把食物嚼碎后喂宝宝? 有哪些弊端?
- 017 六种调味品宝宝怎么吃?
- 018 调味品的选择有何标准?

3. 异常情况 115

- 019 宝宝达到什么程度才算胖?
- 020 宝宝太胖有哪些不好?
- 021 怎样帮助宝宝多运动?
- 022 如何预防小儿贫血?
- 023 如何治疗小儿贫血?

三、4~6个月宝宝智能开发

1. 能力发展 117

- 001 宝宝社交能力有何发展?
- 002 宝宝味觉和嗅觉有何发展?
- 003 宝宝听觉有何发展?
- 004 宝宝视觉有何发展?
- 005 适合宝宝的玩具有哪些?

2. 能力训练 119

- 006 怎样对宝宝进行看图训练?
- 007 如何训练宝宝坐着玩?
- 008 为什么要让宝宝多接触陌生人? 有什么好处?
- 009 怎样刺激宝宝说话的欲望?

四、4~6个月宝宝常见病护理

1. 宝宝肝炎 121

- 001 宝宝肝炎有哪些症状表现?
- 002 宝宝肝炎产生原因有哪些?
- 003 如何进行家庭护理?

2. 肝炎综合征 122

- 004 肝炎综合征有哪些症状表现?
- 005 肝炎综合征产生原因有哪些?
- 006 如何进行家庭护理?

3. 维生素C缺乏症 122

- 007 维生素C缺乏症有哪些症状表现?
- 008 维生素C缺乏症产生原因有哪些?
- 009 如何进行家庭护理?

4. 异位性皮肤炎 123

- 010 异位性皮肤炎有哪些症状表现?
- 011 异位性皮肤炎产生原因有哪些?
- 012 如何进行家庭护理?

第五章

7~9个月

一、7~9个月宝宝生活照料

1. 日常护理 126

- 001 怎样为宝宝选一双合适的鞋?
- 002 如何让宝宝睡得安稳?
- 003 宝宝用的体温计有何特点?

004 怎样给宝宝量体温? 如果宝宝发热怎么办?

005 怎样给宝宝进行擦浴? 何时可进行水浴?

2. 大小便 128

- 006 怎样培养宝宝定时大小便？有何好处？
- 007 宝宝的排尿量正常吗？
- 008 宝宝的排尿次数正常吗？
- 009 宝宝的尿味正常吗？
- 010 宝宝自控排尿正常吗？

3. 口腔 129

- 011 保护宝宝乳牙有何重要性？如何保护？
- 012 吮手指对牙齿有什么影响？
- 013 如何帮宝宝改掉吮手指的习惯？
- 014 出牙早晚与智力有关吗？

4. 能力训练 131

- 015 如何训练宝宝用匙吃食物？
- 016 为什么不宜抛摇宝宝？抛摇宝宝有何危害？
- 017 宝宝什么时候开始爬行？
- 018 宝宝什么时候能扶物站立？
- 019 宝宝用学步车学习迈步有何好处？
- 020 宝宝坐学步车多长时间为宜？

5. 环境 133

- 021 让宝宝欣赏大自然有何好处？
- 022 那些自然景观宝宝会喜欢？
- 023 婴儿居室可以放花卉吗？

二、7~9个月宝宝喂养

1. 喂养特点 134

- 001 7~9个月宝宝饮食有何变化？
- 002 7~9个月如何进行母乳喂养？
- 003 7~9个月宝宝应喝多少牛奶？

2. 断奶 135

- 004 什么时候断奶好？
- 005 如何选择断奶食品？
- 006 什么时候喂断奶食品？

3. 断奶食物 136

- 007 制作断奶食物有哪些注意事项？
- 008 宝宝为什么会拒绝断奶食品？
- 009 先喂米汤还是米粥？
- 020 宝宝自己抓东西吃好吗？有什么极积作用？

- 021 怎样做蔬菜给宝宝吃？
- 022 怎样让宝宝爱吃粒状食物？
- 023 宝宝吃点心有何讲究？怎样选购合适的点心？
- 024 宝宝为什么会“偏食”？宝宝“偏食”怎么办？
- 025 给宝宝喂汤不喂肉对吗？为什么？
- 026 肉末怎样做宝宝喜欢吃？
- 027 出牙期间宝宝为什么会拒食？如何正确喂食？

4. 习惯养成 140

- 028 如何培养宝宝围坐喂饭的习惯？
- 029 如何练习宝宝用杯、碗喝东西？
- 030 给宝宝吸空奶头有哪些不利后果？

三、7~9个月宝宝智能开发

1. 能力发展 142

- 001 宝宝的语言能力有何发展?
- 002 宝宝的模仿能力有何发展?
- 003 宝宝的社交能力有何发展?
- 004 宝宝的视觉听觉能力有何发展?

2. 能力训练 143

- 005 怎样对宝宝进行肢体训练?
- 006 怎样训练宝宝学爬?
- 007 怎样训练宝宝学站?
- 008 怎样训练宝宝手的动作?
- 009 怎样对宝宝进行发音训练?
- 010 如何教宝宝懂道理?

四、7~9个月宝宝常见病护理

1. 维生素A缺乏病 146

- 001 维生素A缺乏病有哪些症状表现?
- 002 维生素A缺乏病产生原因有哪些?
- 003 如何进行家庭护理?

2. 先天性眼睑内翻倒睫... 147

- 004 先天性眼睑内翻倒睫有哪些症状表现?
- 005 先天性眼睑内翻倒睫产生原因有哪些?
- 006 如何进行家庭护理?

3. 先天性青光眼 148

- 007 先天性青光眼有哪些症状表现?
- 008 先天性青光眼产生原因有哪些?
- 009 如何进行家庭护理?

4. 金黄色葡萄球菌肺炎... 149

- 010 金黄色葡萄球菌肺炎有哪些症状表现?
- 011 金黄色葡萄球菌肺炎产生原因有哪些?
- 012 如何进行家庭护理?

第六章

10~12个月

一、10~12个月宝宝生活照料

1. 日常护理 151

- 001 10~12个月宝宝有何特点? 如何选择宝宝衣服?
- 002 10~12个月宝宝应穿什么样的鞋?

- 003 宝宝生病了吃药还是打针?
- 004 可自行给宝宝选择药物吗?
- 005 检查宝宝听力有何重要性? 哪些因素会影响听力?

2. 异常情况 153

- 006 什么是畸形牙?畸形牙有何危害?
- 007 宝宝长出畸形牙怎么办?
- 008 奶瓶为什么会影响口腔发育?

009 宝宝会出现哪些睡眠异常现象? 如何正确处理?

- 010 走路早会成为罗圈腿吗?
- 011 宝宝不停点头怎么回事?
- 012 宝宝为什么会抓起东西就吃?

二、10~12个月宝宝喂养

1. 营养需求 155

- 001 10~12个月宝宝饮食有何特点? 怎样给宝宝做饭?
- 002 不适合宝宝吃的食品有哪些?
- 003 如何均衡宝宝的饮食?
- 004 宝宝肥胖有哪些危害? 如何预防宝宝肥胖?
- 005 宝宝每天应喝多少水?
- 006 幼儿膳食中适合用哪些食用油脂?
- 007 坚果有什么营养价值? 怎样给宝宝吃坚果?
- 008 腹泻刚好应如何喂食?

009 发烧时应如何喂食?

2. 饮食习惯 158

- 010 让宝宝多吃硬食物有什么好处?
- 011 长期食用软食会有哪些不利影响?
- 012 宝宝膳食应清淡少盐吗?
- 013 宝宝睡前吃东西有什么危害?
- 014 吃糖会导致蛀牙吗? 宝宝吃糖有何讲究?
- 015 宝宝吃冷饮有哪些危害? 如何正确吃冷饮?

三、10~12个月宝宝智能开发

1. 能力发展 160

- 001 宝宝语言能力有何发展?
- 002 宝宝运动能力有何发展?
- 003 宝宝认知能力有何发展?
- 004 宝宝情感能力有何发展?

2. 能力训练 161

- 005 10个月宝宝需要哪些动作训练?
- 006 11个月宝宝需要哪些动作训练?
- 007 12个月宝宝需要哪些动作训练?

- 008 10个月宝宝需要哪些语言训练?
- 009 11个月宝宝需要哪些语言训练?
- 010 12个月宝宝需要哪些语言训练?
- 011 如何教宝宝学用工具?
- 012 怎样对宝宝进行识物训练?
- 013 多带宝宝在户外活动有什么好处?

- 014 怎样和宝宝一起拾玩具?
- 015 学拾玩具对宝宝有什么好处?
- 016 为什么要多多表扬宝宝?

四、10~12个月宝宝常见病护理

1. 小儿急性支气管炎 165

- 001 小儿急性支气管炎有哪些症状表现?
- 002 小儿急性支气管炎产生原因有哪些?
- 003 如何进行家庭护理?

2. 小儿结核病 166

- 004 小儿结核病有哪些症状表现?
- 005 小儿结核病产生原因有哪些?
- 006 如何进行家庭护理?

3. 肠套叠 167

- 007 肠套叠有哪些症状表现?
- 008 肠套叠产生原因有哪些?
- 009 如何进行家庭护理?

4. 鹅口疮 167

- 020 鹅口疮有哪些症状表现?
- 021 鹅口疮产生原因有哪些?
- 022 如何进行家庭护理?

5. 百日咳 168

- 023 百日咳有哪些症状表现?
- 024 百日咳产生原因有哪些?
- 025 如何进行家庭护理?



第七章 1~1.5岁

一、1~1.5岁宝宝生活照料

1. 衣着 170

- 001 宝宝穿多少衣服合适?
- 002 如何判断宝宝穿衣的多少?
- 003 1岁宝宝适合穿什么样的鞋?
- 004 给宝宝穿皮鞋有什么危害?

2. 日常护理 171

- 005 如何制定适合宝宝的生活规范?
- 006 为什么宝宝不宜睡软床? 睡软床有何危害?
- 007 宝宝适合睡什么样的床?

- 008 怎样给宝宝选购床上用品?
- 009 怎样防止小儿夜间腹部着凉?
- 010 宝宝和父母同睡有什么弊端?
- 011 让宝宝独睡有什么好处?
- 012 如何帮宝宝清洁乳牙?
- 013 如何教宝宝自己刷牙?
- 014 1岁后宝宝还需要做抚触吗?

3. 异常情况 175

- 015 宝宝爱发脾气怎么办?
- 016 宝宝前凶还未闭合要紧吗?

二、1~1.5岁宝宝喂养

1. 营养需求 176

- 001 怎样满足1岁宝宝的营养需求?
- 002 宝宝有时吃得多有时吃得少正常吗?
- 003 为什么不要盲目添加营养品?
- 004 哪些食品有健脑作用?
- 005 钙能促进宝宝出牙吗? 如何正确补钙?

006 为什么不宜给宝宝吃菠菜补铁?

007 给宝宝吃什么补铁效果最好?

2. 饮食习惯 179

- 008 如何正确对待1岁宝宝挑食?
- 009 影响宝宝食欲的因素有哪些?
- 010 只给宝宝做他爱吃的饭菜行吗?
- 011 彩色食品对宝宝的健康有害吗?
- 012 用微波炉热奶应注意什么?

三、1~1.5岁宝宝智能开发

1. 能力发展 181

- 001 宝宝语言能力有何发展?
- 002 宝宝运动能力有何发展?
- 003 宝宝认知能力有何发展?
- 004 宝宝社交能力有何发展?
- 005 怎样叫记忆力好? 包括哪些方面?

2. 能力训练 182

- 006 怎样对宝宝进行发音训练?
- 007 怎样对宝宝进行动作训练?
- 008 怎样以兴趣引导宝宝?
- 009 如何教宝宝识别大小?
- 010 如何发展宝宝的独立性?
- 011 怎么教宝宝学会走?

四、1~1.5岁宝宝常见病护理

1. 川崎病 186

- 001 川崎病有哪些症状表现?
- 002 川崎病产生原因有哪些?
- 003 如何进行家庭护理?

3. 喘息性支气管炎 ... 187

- 007 喘息性支气管炎有哪些症状表现?
- 008 喘息性支气管炎产生原因有哪些?
- 009 如何进行家庭护理?

2. 过敏性鼻炎 187

- 004 过敏性鼻炎有哪些症状表现?
- 005 过敏性鼻炎产生原因有哪些?
- 006 如何进行家庭护理?

4. 突发性出疹 188

- 010 突发性出疹有哪些症状表现?
- 011 突发性出疹产生原因有哪些?
- 012 如何进行家庭护理?