

家庭必备

• 内容全面 • 科学实用 • 体例简明 • 即查即用

汇集实用有效育儿方法 科学指导现代家长育儿

超值白金版

19.80

理想藏书 实用经典

育儿百科

全书

冬云◎编著

中国家庭必备的育儿指南
身边的保健医生和育儿指导老师

立足中国家庭育儿环境，接轨国际最新育儿理念，提供优质教子方案，指导家长加强0~3岁婴幼儿的饮食营养、智力开发、性格塑造等，为孩子一生的身心健康奠定良好的基础，培养高情商、高智商的优秀宝宝。

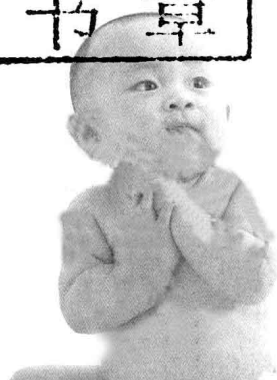


云南出版集团公司
云南人民出版社
Yunnan People's Publishing House

中国家庭必备的育儿指南

育儿百科 全书

常州大学图书馆
冬云 编著
藏书章



云南出版集团公司

云南人民出版社

Yunnan People's Publishing House

图书在版编目 (CIP) 数据

育儿百科全书 / 冬云编著 .—昆明 : 云南人民出版社, 2012.5

ISBN 978-7-222-09088-0

I. ①育… II. 冬… III. ①婴幼儿-哺育 IV. ①TS976.31

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 042941 号

育儿百科全书

编 著: 冬 云

责任编辑: 范晓芬 任梦鹰

责任印制: 段金华

封面设计: 李艾红

文字编辑: 肖玲玲

美术编辑: 滕 霞

出 版: 云南出版集团公司 云南人民出版社

发 行: 云南人民出版社

社 址: 昆明市环城西路 609 号

邮 编: 650034

网 址: www.ynpph.com.cn

E-mail: rmszbs@public.km.yn.cn

开 本: 720mm × 1010mm 1/16 印张: 24 字数: 410 千字

印 刷: 北京中创彩色印刷有限公司

版 次: 2012 年 6 月第 1 版 2012 年 6 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-222-09088-0

定 价: 19.80 元



前言

“生子不易，养子更难”，育儿从来就不是一件简单的事情，对于年轻的爸爸妈妈来说，由于没有经验，也尚未建立起育儿的信心，则更是如此。从孩子呱呱坠地到呀呀学语，从满地乱爬到会跑会跳，多少次为宝宝无休无止的哭闹而心烦意乱，多少次为宝宝的发烧咳嗽流涕而揪心，多少次为宝宝面临的意外危险而担忧，多少次为宝宝不输在起跑线上而殚精竭虑……

为了做一个称职的家长，让孩子在最初几年的关键期中健康成长，为将来打好良好的基础，年轻的爸爸妈妈们应该吸收更多的实用育儿经验，学习更多的科学育儿方法，在自己的育儿实践中不断地摸索和思考。这样也能使你真正实现轻松育儿，成功育儿。

《育儿百科全书》旨在打造一部实用育儿经验和科学育儿方法大全，为年轻家长及时解决育儿难题，即学即用，用之有效，精心选取了现代家长高度关注的0~3岁宝宝的养育问题，内容涉及宝宝的喂养、照料、健康、智力开发、教育、急救等方面，共分六章来讲述：第一章，科学育儿要点，简明扼要地介绍了当前最科学最流行的育儿理念。第二章，新生儿抚育，详细介绍新生儿的生理特征，新生儿的日常照料方法，常见问题的处理方法。第三章，婴儿期的养育，按月详细介绍0~12个月婴儿的生理特点、日常照料、智力开发、亲子游戏，方法实用，便于日常操作。第四章，1~2岁儿童的养育，按月详细介绍1~2岁幼儿的生理特点、日常照料、智力开发、亲子游戏。第五章，2~3岁儿童的养育，按月详细介绍1~2岁幼儿的生理特点、日常照料、智力开发、亲子游戏。第六章，婴幼儿疾病防治，详细介绍了婴幼儿常见疾病的预防措施、家庭护理方案和用药指南，以及意外事件的急救措施。

本书立足现代生活，从中国家长的实际需要出发，根据中国宝宝特有的



体质、生活方式、养育环境等进行编写，综合了国内外营养学、儿科、早教等相关领域的最新研究成果，借鉴了当前世界最高端最优质的教子方案，并汇总了诸多儿科专家、育婴师、早教工作者等的实用育儿方法，博采众家之长。本书指导父母科学育儿，应将育儿作为一个系统工程来看待，强调育儿不仅仅是照顾孩子“吃喝拉撒”，把孩子“带大”，还包括语言、社交、心理等多方面能力的培养，并为之提供了科学而有效的解决办法，从而帮助父母与孩子之间建立起亲密的亲子关系，有效地促进宝宝的身心健康发展，养成良好的性格和习惯，学会初步合作交往的能力，为其后续学习和终身发展奠定良好的基础。



目录

第一章 科学育儿要点

找一个儿科保健医生	2
体格检查安排	2
体格检查的要求	2
体检后的评价指标	3
大力提倡母乳喂养	3
及时添加辅食	3
安排平衡膳食	4
妥善选择强化食品	4
做好体格发育监测	5
做好预防接种	5
积极预防疾病	6
重视体格锻炼	7
积极开展“三浴”锻炼	7
注重早期智力开发	8
养成良好的卫生习惯	8
培养生活自理能力	9
密切托幼机构的联系	10

第二章 新生儿抚育

足月新生儿的特征	12
新生儿的正常身高	12
新生儿的正常体重	13
新生儿的正常呼吸	13



新生儿的正常体温	13
新生儿的头围和胸围	13
新生儿的感覺能力	14
新生儿的皮膚問題	14
新生儿的血液循環	15
新生儿的消化特点	15
新生儿的排泄特点	16
新生儿的体温不稳定	16
新生儿的神经功能	16
新生儿有免疫力	16
新生儿的身体比例	16
新生儿的头部形状	17
新生儿的前囟门	17
新生儿眼睛浮肿	17
新生儿会集中两眼观看东西	17
新生儿没有眼泪	18
新生儿唇疱	18
新生儿的舌头	18
新生儿运动、情绪、语言方面的能力	18
什么是过期产儿	18
什么是巨大儿	19
什么是小样儿	19
新生儿脐带残端脱落的时间	19
新生儿的生殖器异常	19
新生儿呼吸时会有鼻音	20
新生儿打喷嚏的原因	20
新生儿本能的反射	20
新生儿的体重会突然降低	22
新生儿黄疸现象	22
新生儿的睡眠	23
新生儿的“胎毛”属正常	24
新生儿打嗝的原因	24
新生儿健康检查的内容	24
对新生儿进行细致的检查	24
新生儿的第一次呼吸	25
早产儿的特点	26
早产儿需要更多的喂食次数	26

早产儿会面临的呼吸问题	26
早产儿存在的健康问题	27
出生当天婴儿的特点	27
出生后第1周婴儿的特点	28
婴儿哭的个性特点	28
婴儿排便的个性特点	29
婴儿吃奶的个性特点	29
出生后第2周婴儿的特点	29
出生后第3、4周婴儿的特点	30
新生儿四肢为何会颤抖	32
新生儿为何会溢乳	32
有些新生儿为何会长有牙齿	33
新生儿的马牙与螳螂嘴	33
什么是新生儿脱水热	33
什么是新生儿生理性腹胀	33
新生儿呕吐该怎么办	34
新生儿出生后无尿怎么办	34
新生儿头顶为何有一层厚痂	34
新生儿拇指不伸开怎么办	34
新生儿足内翻怎么办	35
如何照料低体重儿	35
小样儿和成熟不良的特点	35
母乳是婴儿最合适食物	35
授乳时宝宝能看清什么	38
母乳育儿是建立母子关系的桥梁	38
不能用闪光灯给婴儿拍照	39
婴儿不要剃胎头	39
新生儿一定要加喂鱼肝油	40
煮牛奶的时间不能过长	40
熟牛奶不能在保温瓶内保存	40
喂养双胞胎的方法	41
哺养唇、腭裂的婴儿	41
哺养舌系带异常的婴儿	41
哺养患有鹅口疮的婴儿	41
新生儿不能剪睫毛	42
女婴儿的乳头不能挤	42
不能让孩子含空乳头入睡	43



促进新生儿视觉的发展	43
促进新生儿听觉的发展	43
促进新生儿感觉的发展	43
促进新生儿智能的发展	44
防治新生儿臀红	44
防治新生儿斜视	44
防治新生儿“睡偏头”	44
新生儿在安静中生活不好	44
新生儿房间夜间不能常开灯	45
新生儿不宜睡软床	45
不宜抱着新生儿睡觉	46
新生儿昼睡夜醒的应对技巧	46
培养新生儿的自然睡眠习惯	46
新生儿不宜用枕头	47
给新生儿缝制睡袋	47
贮存新生儿的衣服	48
给新生儿缝制帽子	48
不能用洗衣粉洗尿布	48
不能用松紧带扎尿布	48
不能用卫生纸垫屁股	49
安抚婴儿的方法	49
新生儿腹部要保温	50
分辨新生儿哭声	50
新生儿会笑	51
让新生儿晒太阳	52
初次哺乳的时候	52
将吸食中的婴儿移开的方法	53
正常的喂食次数	55
婴儿为何拒绝吸奶	55
母亲生病后是否能继续哺乳	55
挤出乳汁的方法	56
哺乳后应给婴儿排气	57
如何处理和预防乳房漏乳	57
建立哺乳常规	57
哪些母亲不能哺乳	58
哺乳妇女须知	58
新生儿哭闹怎么办	63

不宜用母乳给新生儿洗脸	64
关于喂奶的注意事项	64
宝宝必备的日用品	69
宝宝的贴身衣物	70
婴儿的沐浴用品	71
布置婴儿床	72
护理新生儿	73
不能忽略新生儿尿布的清洗	74
婴儿服装的卫生要求	74
婴儿服一定要先洗后穿	75
尿布有讲究	75
如何给男婴清洗阴部	77
如何给女婴清洗阴部	77
如何给新生儿穿衣服	77
如何给新生儿脱衣服	78
如何护理新生儿的耳朵和鼻子	78
如何给新生儿布置房间	78
如何调节新生儿的环境温度	78
如何预防新生儿感染	79
如何给婴儿洗澡	79
如何给婴儿进行海绵擦身浴	80
如何保护婴儿的皮肤	81
如何保护婴儿的指甲	81
如何使婴儿睡熟	81
趴睡有哪些好处	81
培育新生儿的感受	82
为何要多抱新生儿	82
防止新生儿窒息	83
引起新生儿颅内出血的因素	86
救治与护理新生儿颅内出血	86
如何处理脂漏性湿疹	87
如何治疗新生儿黑吐症	87
什么叫新生儿假死	87
什么叫分娩麻痹	87
什么叫新生儿奶癣	88
如何防治新生儿脓疱病	88
如何防治新生儿破伤风	89



如何防治新生儿鹅口疮	89
如何防治新生儿肺炎	89
如何治疗新生儿溶血症	89
如何防治新生儿臀红	90
如何处理小儿痱子	90
如何预防新生儿感染	91
新生儿要进行哪些预防接种	91
如何预防新生儿败血症	92
如何预防新生儿发热	92
男婴睾丸鞘膜积液要治疗	93
什么叫隐睾症	93
对药物有特殊反应的新生儿	93
新生儿要避免滥用抗生素	94

第三章 婴儿期的养育

婴儿期	96
婴儿期的特点	96
2个月的生理特点	96
2个月的合理喂养	98
2个月的日常照料	99
2个月的智力开发	101
2个月的亲子游戏	105
3个月的生理特点	107
3个月的合理喂养	108
3个月的日常照料	113
3个月的智力开发	114
3个月的亲子游戏	115
4个月的生理特点	118
4个月的合理喂养	119
4个月的日常照料	120
4个月的智力开发	121
4个月的亲子游戏	123
5个月的生理特点	125
5个月的合理喂养	126

5个月的日常照料	127
5个月的智力开发	128
5个月的亲子游戏	130
6个月的生理特点	132
6个月的合理喂养	134
6个月的日常照料	136
6个月的智力开发	137
6个月的亲子游戏	138
7个月的生理特点	139
7个月的合理喂养	141
7个月的日常照料	142
7个月的智力开发	143
7个月的亲子游戏	145
8个月的生理特点	146
8个月的合理喂养	148
8个月的日常照料	151
8个月的智力开发	152
8个月的亲子游戏	154
9个月的生理特点	155
9个月的合理喂养	156
9个月的日常照料	157
9个月的智力开发	158
9个月的智能发育	160
9个月的亲子游戏	160
10个月的生理特点	161
10个月的合理喂养	163
10个月的日常照料	164
10个月的智力开发	165
10个月的亲子游戏	166
11个月的生理特点	168
11个月的合理喂养	169
11个月的日常照料	172
11个月的智力开发	172
11个月的亲子游戏	174
12个月的生理特点	174
12个月的合理喂养	176
12个月的日常照料	179

12个月的智力开发	180
12个月的亲子游戏	181

第四章 1~2岁儿童的养育

13~14个月的生理特点	184
13~14个月的合理喂养	185
13~14个月的日常照料	188
13~14个月的早期培育	192
13~14个月的亲子游戏	193
15~17个月的生理特点	196
15~17个月的合理营养	198
15~17个月的早期培育	207
15~17个月的亲子游戏	209
18~21个月的生理特点	213
18~21个月的合理营养	214
18~21个月的日常照料	219
18~21个月的早期培育	226
18~21个月的亲子游戏	228
22~24个月的生理特点	231
22~24个月的合理营养	233
22~24个月的日常照料	238
22~24个月的早期培育	242
22~24个月的亲子游戏	246

第五章 2~3岁儿童的养育

25~27个月的生理特点	252
25~27个月的合理喂养	253
25~27个月的日常照料	258
25~27个月的早期培育	261
25~27个月的亲子游戏	269
28~30个月的生理特点	273



28~30个月的合理喂养	274
28~30个月的早期培育	278
28~30个月的亲子游戏	284
31~33个月的生理特点	288
31~33个月的合理喂养	289
31~33个月的日常照料	292
31~33个月的早期培育	295
31~33个月的亲子游戏	302
34~36个月的生理特点	306
34~36个月的合理喂养	308
34~36个月的日常照料	311
34~36个月的早期培育	312
34~36个月的亲子游戏	320

第六章 婴幼儿疾病防治

如何防治婴儿腹泻	324
如何防治幼儿腹痛	324
如何处理幼儿便秘	325
如何防治幼儿感冒	325
如何防治幼儿扁桃体炎	326
什么是幼儿支气管炎	326
如何防治幼儿肺炎	327
如何防治幼儿中耳炎	327
如何处理幼儿流鼻涕	327
尿布疹是怎么回事	328
如何防治幼儿麻疹	328
如何处理幼儿水痘	329
如何防治幼儿白喉	329
如何防治幼儿百日咳	330
如何防治幼儿蛔虫病	330
如何防治幼儿蛲虫病	331
如何防治幼儿湿疹	331
如何防治幼儿流行性腮腺炎	332
如何防治幼儿赤痢	332



如何防治幼儿流鼻血	333
孩子抽风怎么办	333
什么叫小儿淋巴结肿大	334
怎样处理小儿包皮过长	334
服药有哪些误区	334
打预防针有哪些学问	336
服用脊髓灰质炎糖丸的禁忌	337
幼儿能长期注射球蛋白吗	338
什么是维生素 A 中毒	338
小儿能常服鱼肝油吗	338
婴儿接种疫苗有危险吗	339
幼儿疾病有哪些症状	339
如何给孩子做疾病检查	340
孩子发生危险时怎么办	340
婴幼儿暑热症是怎么一回事	342
哮喘患儿如何注意饮食和保健	343
如何防治婴幼儿斜视	344
如何帮助宝宝克服打针恐惧	346
宝宝肠道感染该如何处理	347
宝宝大舌头怎么办	348
怎样治疗“夜哭郎”	348
怎样识别变质药物	349
如何计算安全用药剂量	350
怎样防治幼儿“红眼病”	350
“丙球”能预防幼儿感冒吗	351
用小儿安退烧有效吗	351
酵母片能治幼儿消化不良吗	351
如何处理幼儿眼内异物	352
如何处理幼儿耳内异物	352
如何处理幼儿鼻内异物	353
如何取出幼儿身上的刺或碎片	353
幼儿休克是怎么一回事	353
幼儿中毒是怎么一回事	354
幼儿淹溺怎么办	354
幼儿尿频是病吗	355
如何治疗幼儿夜尿症	355
幼儿为什么会发绀	356

幼儿发育迟缓是怎么回事	356
幼儿智力低下是怎么回事	357
如何处理幼儿哽噎	358
宝宝吃错药怎么办	360
注射后有硬块怎么办	360
怎样给宝宝喂药	361
怎样给孩子点眼药	361
怎样给宝宝滴鼻药	362
如何预防佝偻病	362
如何预防小儿缺锌症	362



第一章

科学育儿要点