

李月敏 编著

新编 优生育儿 宝典

优生与胎教

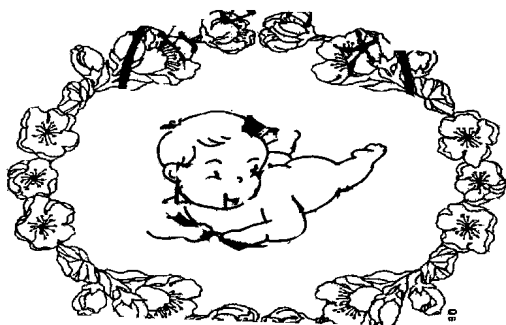
喂养与护理



陕西旅游出版社
珠海出版社

新编优生育儿宝典

李月敏 编著



陕西旅游出版社
珠海出版社

陕新登字 (012) 号

新编优生育儿宝典

作 者/ 李月敏

责任编辑/ 薛放 力群

封面设计/ 杨超

出版发行/ 陕西旅游出版社

珠 海 出 版 社

印 刷/ 番禺印刷厂

规 格/ 850 毫米×1168 毫米 1/32 印张 15 字数 300 千

版 次/ 2004 年 3 月第 1 版第 2 次印刷

印 数/ 1~5000 册

书 号/ ISBN 7-5418-1469-5/G·384

定 价/ 26.00 元

版权所有 违者必究

(如发现因印装质量问题而影响阅读, 请与印刷厂联系调换)

目 录



第一篇 优生与胎教

第一章 从怀孕到胎教

- (一)生命的起始..... (3)
- (二)生命的摇篮——子宫..... (4)
- (三)哪个月怀孕最好..... (5)
- (四)怎么知道怀孕了..... (6)
- (五)你知道胎教吗..... (8)
- (六)怎样科学的实施胎教 (10)

第二章 迈向健美的第一步

- (一)从“种瓜得瓜”谈起 (13)
- (二)惊人的数字 (14)
- (三)为什么会生畸形儿 (15)
- (四)为了不生先天性异常儿 (15)
- (五)从药物“反应停”得到的启示 (17)
- (六)孕妇可否接受 X 线检查 (20)
- (七)烟酒与胎儿 (21)
- (八)情绪对胎儿的影响 (22)

- (九)提倡优生 (23)
- (十)生男生女的民间传说与科学 (25)

第三章 胎儿十月的内幕

- (一)眼花缭乱的变化 (28)
- (二)流产与保胎 (36)
- (三)子宫外孕 (40)
- (四)葡萄胎是怎么回事 (41)
- (五)羊水的多少与胎儿畸形 (42)
- (六)认识胎盘的早期剥离 (43)
- (七)胎儿臂位 (44)
- (八)“瓜熟蒂不落”——过期妊娠 (45)
- (九)什么是高危妊娠 (47)
- (十)常见的怪胎 (48)

第四章 胎儿具有令人吃惊的能力

- (一)一个有趣的实验 (52)
- (二)胎儿在聆听世界 (53)
- (三)记忆从胎儿开始 (56)
- (四)胎儿有视觉吗 (57)
- (五)胎儿的性格 (58)
- (六)胎儿与母亲的梦 (60)
- (七)胎儿的习惯 (61)
- (八)她为什么会拒吮母乳 (61)
- (九)胎儿的“思维路线” (62)
- (十)理解母亲感情的胎儿 (63)
- (十一)胎儿能否啼哭的争论 (65)
- (十二)从计算年龄所想到的 (67)

- (十三)从唐山地震对儿童智力的影响看胎教 (67)
- (十四)婴儿——从母亲体内起步 (70)

第五章 如何科学实施胎教

- (一)音乐——拨动胎儿的心弦 (73)
- (二)把肚子里孩子的那一份也吃上 (80)
- (三)让胎儿穿上优美的“思想衣裳” (88)
- (四)胎教运动 (93)
- (五)切莫忘了做爸爸的责任 (98)

第六章 妊娠中快乐健康的生活方法

- (一)孕妇的衣着 (104)
- (二)孕妇的休息与娱乐 (107)
- (三)为了有母乳喂养 (113)
- (四)怀孕期的性生活 (115)
- (五)孕妇与 B 超 (117)

第七章 防止妊娠中的常见病

- (一)早孕反应的对策 (119)
- (二)与孕妇谈感冒 (121)
- (三)孕妇为什么容易贫血 (122)
- (四)孕妇患了肝炎 (123)
- (五)有心脏病的孕妇 (125)

第二篇 喂养与护理

- (一)直接观察 (129)
1. 体格特征 (129)

2. 母婴结合	(137)
(二) 衣服和用品	(140)
1. 选择衣服	(140)
2. 选择用具	(142)
(三) 母乳喂养	(145)
1. 有关母乳喂养	(145)
2. 乳房的保护	(155)
3. 夜间哺乳	(155)
4. 可能出现的问题	(157)
5. 挤出乳汁	(163)
(四) 奶粉喂养	(164)
1. 有关奶粉喂养	(165)
2. 可能出现的问题	(171)
3. 打呃和反吐奶	(172)
(五) 关于尿布	(173)
1. 尿布与更换	(173)
2. 纸尿片	(179)
3. 棉布尿布	(180)
4. 大便	(183)
5. 可能出现的问题	(185)
(六) 抱持与管理	(187)
1. 护理你的婴儿	(187)
2. 穿衣服和脱衣服	(189)
(七) 洗澡与卫生	(191)
1. 给婴儿洗澡	(191)
2. 可能出现的问题	(199)
(八) 睡眠	(201)
1. 关于睡眠	(201)

2. 可能出现的问题	(207)
(九) 啼哭	(210)
1. 关于啼哭	(211)
2. 啼哭的原因(6个月以下)	(213)
3. 啼哭的原因(6个月~1岁)	(218)
(十) 婴儿的发育	(220)
1. 一般发育情况	(220)
2. 共济官能	(222)
3. 视力	(234)
4. 牙齿	(237)
5. 你的婴儿熟悉的东西	(238)
6. 说话	(239)
(十一) 玩耍	(242)
1. 关于玩耍	(243)
2. 做运动游戏	(245)
(十二) 断奶	(246)
1. 喂以辅食	(246)
2. 制定辅食餐(6个月~1岁)	(248)

第三篇 疾病与对策

第一章 最初三个月

(一) 班点及皮疹	(263)
(二) 尿布疹	(264)
(三) 摇篮帽	(265)
(四) 眼睛有粘性分泌物	(266)

(五)全身发冷·····	(267)
(六)过热·····	(269)
(七)呕吐·····	(270)
(八)腹泻·····	(272)

第二章 病症判断

(一)诊断指南·····	(273)
(二)疾病最初的症状·····	(274)
(三)症状的检查·····	(276)
(四)医生的诊断·····	(277)

第三章 入医院治疗

第四章 孩子的体温

(一)体温计的选择·····	(281)
(二)测量孩子的体温·····	(281)
(三)降低热度·····	(282)

第五章 用药须知

(一)给婴儿喂药须知·····	(285)
(二)给儿童服药须知·····	(287)
(三)鼻滴剂的给药方法·····	(288)
(四)耳滴药剂的给药方法·····	(289)
(五)眼滴剂的给药方法·····	(289)

第六章 照料患儿

(一)进食与饮水·····	(291)
(二)疾病与呕吐·····	(292)

(三)让孩子舒适和欢乐	(293)
第七章 感冒和流行性感	
(一)感冒	(296)
(二)流行性感	(297)
第八章 免疫计划	
第九章 传染性疾	
(一)德国麻疹	(303)
(二)麻疹	(304)
(三)水痘	(306)
(四)流行性腮腺炎	(308)
(五)百日咳	(310)
第十章 眼的疾	
(一)眼睑炎	(313)
(二)结膜炎	(314)
(三)麦粒肿	(315)
(四)斜视	(316)
第十一章 耳的疾	
(一)外耳感染	(318)
(二)中耳感染	(319)
(三)浆液性中耳炎	(321)
第十二章 口腔的感	

第十三章 咽喉的感染

- (一) 喉咙痛 (325)
- (二) 扁桃体炎 (326)

第十四章 咳嗽及胸部感染

- (一) 格鲁布 (329)
- (二) 咳嗽 (330)
- (三) 支气管炎 (332)
- (四) 哮喘 (333)
- (五) 肺炎 (335)

第十五章 腹痛

第十六章 便秘、呕吐及腹泻

- (一) 便秘 (339)
- (二) 呕吐 (341)
- (三) 胃肠炎 (342)
- (四) 腹泻 (344)

第十七章 膀胱、肾脏及生殖器疾病

- (一) 泌尿系统感染 (346)
- (二) 女孩生殖器疾病 (347)
- (三) 男孩生殖器疾病 (349)

第十八章 皮肤疾病

- (一) 丘疹及疖 (352)

(二) 荨麻疹·····	(353)
(三) 痱子·····	(354)
(四) 湿疹·····	(355)
(五) 日光灼伤·····	(357)
(六) 皮肤皲裂·····	(358)
(七) 单纯性疱疹·····	(359)
(八) 疣和足底疣·····	(360)
(九) 脓疱疹·····	(362)
(十) 头虱和虱卵·····	(363)
(十一) 蛲虫病·····	(364)

第十九章 癫痫及脑膜炎

(一) 癫痫·····	(366)
(二) 脑膜炎·····	(368)

第二十章 急救

(一) 救生技术一·····	(371)
(二) 救生技术二·····	(373)
(三) 恢复姿势·····	(374)
(四) 阻塞·····	(375)
(五) 窒息·····	(376)
(六) 淹溺·····	(377)
(七) 休克·····	(378)
(八) 中毒·····	(379)
(九) 烧伤和烫伤·····	(380)
(十) 严重出血·····	(381)
(十一) 异物嵌入·····	(382)
(十二) 切伤和擦伤·····	(383)

(十三)鼻出血	(384)
(十四)头及面部的损伤	(384)
(十五)青肿和肿胀	(386)
(十六)关节扭伤	(386)
(十七)骨折及关节脱臼	(387)
(十八)眼内异物	(388)
(十九)耳内异物	(389)
(二十)鼻内异物	(390)
(二十一)电击	(390)
(二十二)轻度的咬伤和螫伤	(391)
(二十三)蛇或蜘蛛咬伤、蝎螫伤	(392)
(二十四)严重的水母螫伤	(393)
(二十五)刺和碎片	(394)
(二十六)水泡	(394)

第四篇 早期教育

第一章 0—1 岁

(一)心智发展	(399)
(二)行为指导	(402)
(三)学习活动	(408)

第二章 1—2 岁

(一)心智发展	(415)
(二)行为指导	(421)

第三章 3—4 岁

- (一)心智发展 (429)
- (二)行为指导 (432)
- (三)学习活动 (438)

第四章 5—6 岁

- (一)心智发展 (449)
- (二)行为指导 (452)
- (三)学习活动 (454)

第一篇

优生与胎教

第一章

怀孕到胎教

(一) 生命的起始

怀孕，是女性的卵子和男性的精子两相情愿的结合，从而萌芽出人类新一代，也就是一个生命的开始。新生命的启始，是一个既不平凡而又复杂的过程：精子是男性的生殖细胞，它发生在睾丸的曲细精管。体积很小很小，需用显微镜放大后，才能看见。外形象蝌蚪一样，有头、颈、体、尾等四部分，可算得上人类装备最完善的单体生殖细胞。据观察，精子每分钟能游动2~3毫米，性交时，男子每次可射出的精液为2~5毫升，里面含有生龙活虎般精子约3~5亿个。但不幸的是，这些为人类繁殖事业冲锋陷阵的亿万个小勇士们，一进入女性阴道内，就开始被阴道内酸性环境杀死，剩余下的小勇士们以惊人的速度朝宫口奔去，但是由于宫颈口很小，而精子数目却很多，因而由于碰撞而伤亡的数必然很大，一少部份奋起挺进的勇士们，可越过子宫颈管内口，直达子宫腔。这些到达女性宫腔无比智勇的精子，混在少量的子宫腔分泌物中，依靠子宫的收缩和子宫腔内液体的协助，才能闯过死亡关卡，而到达子宫角和输卵管交界处，再继续