

父母育儿忠告书系

父母决定

to Parents that Make

孩子一生的

the Children's Life

300个零岁忠告

300 0 years old Advices



中国和平出版社

父母育儿忠告书系

父母决定孩子一生^①

300 个
零岁忠告

欧德赛 编译

中国和平出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

父母育儿忠告书系/欧德赛主编. —北京: 中国和平出版社,
2004. 1

ISBN 7-80154-851-5

I. 父 II. 欧… III. 家庭教育 IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 120791 号

父母育儿忠告书系

父母决定孩子一生的 300 个零岁忠告

创意策划: 钻石工坊

编 译: 欧德赛

责任编辑: 木子 杨光

装帧设计: 朱 懋

出版发行: 中国和平出版社

经 销: 新华书店

开 本: 880 × 1230 毫米 1/32

印 张: 10

字 数: 160 千字

印 刷: 北京京丰印刷厂

版 次: 2004 年 3 月第 1 版 2004 年 3 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 7-80154-851-5/G · 774

全套定价: 180 元 (共 10 册)

第一章 宝宝一月养育指南..... 1

婴儿出生后身体机能有哪些变化	/ 1
为什么婴儿体格因人而异	/ 2
新生儿体重减轻属正常吗	/ 3
新生儿头部是怎样的	/ 4
新生儿胸及腹是怎样的	/ 5
新生儿外阴部是怎样的	/ 5
新生儿手脚是怎样的	/ 5
新生儿的脉搏是怎样的	/ 6
新生儿体温是怎样的	/ 6
新生儿睡眠是怎样的	/ 6
新生儿皮肤是怎样的	/ 7
新生儿粪便是怎样的	/ 7
新生儿尿怎样才属正常	/ 8
新生儿的姿势是怎样的	/ 8
新生儿有哪些反射运动	/ 8
新生儿对刺激的感觉程度如何	/ 10
新生儿为何发出自发性的微笑	/ 11
新生儿为何喜欢哭泣	/ 12
原因不明的哭泣为什么	/ 12
吸吮对新生儿意味着什么	/ 13
婴儿本能的条件反射机能是什么	/ 14
婴儿的心理是怎样的	/ 15
婴儿室内温度是多少	/ 15
为什么要用母乳喂养	/ 15

为什么换尿布之后要洗手	/ 16
新生儿为什么要用婴儿浴池	/ 16
怎样对付湿疹和汗疹	/ 16
怎样护理肚脐	/ 16
怎样用棉棒清除鼻塞物	/ 17
为什么哺乳后要让孩子嗝气	/ 17
和语言不通的宝宝说话, 该如何交流	/ 17
孩子吃奶的力气很小怎么办	/ 17
孩子仰睡一天中不断地哼哼是什么原因	/ 18
可以使用闪光灯给孩子照相吗	/ 18
为什么爸爸的帮助必不可少	/ 18
给孩子盖多少被子才好呢	/ 19
不戒烟不行吗	/ 19
为什么尿布疹总治不好	/ 19
为什么宝宝喷嚏多	/ 20
宝宝为什么经常打嗝儿	/ 20
喂哺婴儿应准备哪些物品	/ 20
婴儿洗浴应准备哪些物品	/ 21
怎样布置新生宝宝居室	/ 22
怎样算是正常新生宝宝	/ 23
为什么初乳是宝贵的	/ 24
何时是婴儿喂奶的最佳时间	/ 25
给婴儿喂奶的准备工作有哪些	/ 26
正确的喂奶姿势是怎样的	/ 26
怎样判断婴儿吃饱了	/ 27
怎样掌握喂奶次数	/ 27
怎样使母乳充足	/ 28

母乳喂养的误区是什么	/ 29
妈妈每日食物构成品种及数量如何	/ 31
有哪些食物可催乳	/ 32
抱新生儿宝宝科学方式是什么	/ 33
如何给婴儿创造健康睡眠环境	/ 35
影响健康睡眠外在因素是什么	/ 35
婴儿健康睡眠如何护理	/ 36

第二章 宝宝二月养育指南 38

2 个月的宝宝有什么特点	/ 38
如何喂养 2 个月宝宝	/ 39
为什么不宜一哭就喂	/ 39
判断宝宝饥饱的方法是什么	/ 40
宝宝为什么漾奶和吐奶	/ 41
如何防止宝宝吐奶	/ 42
怎样人工喂养宝宝	/ 43
怎样清洗与消毒	/ 43
为什么不宜用太热水给宝宝泡脚	/ 44
为什么不宜一旦宝宝哭就制止	/ 44
宝宝缺钙长期吃鱼肝油好吗	/ 45
打防疫针后“忌口”好吗	/ 45
为什么不宜给宝宝掏耳垢	/ 46
为什么居室不宜放花草	/ 46
怎样巧治婴幼儿红臀	/ 47
宝宝是怎样维持体温的	/ 48
为什么煮牛奶不要去奶皮	/ 50

为什么每日喝牛奶不要过多	/ 50
为什么牛奶不可光照	/ 50
为什么不要和酸性食物同食	/ 50
为什么煮牛奶时不要加糖	/ 50
为什么牛奶不要煮得太久	/ 50
为什么宝宝不宜空腹喝牛奶	/ 51
为什么牛奶中不要加钙粉	/ 51
为什么保暖杯内不宜久放牛奶	/ 51
为什么不要多饮冰冻牛奶	/ 51
宝宝发出的信息有哪些	/ 52
新生儿宝宝长了奶癣怎么办	/ 53
新生儿宝宝2~3个月应注意哪些安全事项	/ 54
2~3个月的宝宝发育情况如何	/ 55
鲜牛奶和配方奶粉哪一种喂养宝宝更适宜	/ 57
奶水不足的情况下,怎样给宝宝加奶粉	/ 58
哄宝宝睡觉有哪些错误做法	/ 58

第三章 宝宝三月养育指南 62

3个月的宝宝有哪些特点	/ 62
如何喂养3个月的宝宝	/ 63
乳汁的质量与母亲的饮食营养有直接的关系吗	/ 64
为什么乳母要忌饮用烟、酒、茶等刺激物	/ 65
如何训练宝宝排便	/ 65
如何防治宝宝常见皮肤病	/ 66
宝宝肌肤的特性及婴儿护肤品有什么特点	/ 67
如何协助宝宝打嗝	/ 69

如何哄宝宝睡觉	/ 69
如何让宝宝不哭	/ 70
挤出的母乳能存放再食用吗	/ 71
宝宝需要剃胎毛吗	/ 72
怎样关注新生宝宝的指甲	/ 73
如何早期发现宝宝的发育异常	/ 73
如何预防接种	/ 78
Apgar 评分的含意是什么	/ 81
病儿的主要有哪几种表现	/ 82
2~3 个月的宝宝如何练翻身	/ 83
为什么说预防接种关系孩子的健康和生命	/ 84
应怎样安排宝宝的预防接种	/ 85
为什么有的疫苗仅接种一次, 而有的疫苗却需要多次注射	/ 86
新近开发的疫苗哪些与宝宝易患的疾病有关	/ 86
疫苗应到哪里购买和接种	/ 87
如何为宝宝做全程免疫接种	/ 88
常见预防生理反应是什么	/ 90
常见预防接种异常反应是什么	/ 91
宝宝缺乏营养的简易判别方法是什么	/ 92
3 个月婴儿的生理发育标准是什么	/ 93
宝宝什么时候开始喃喃自语	/ 95
什么时候出现语言的原型	/ 95
宝宝什么时候注视手部	/ 96
怎样给宝宝做日光浴	/ 96
怎样给宝宝做水浴	/ 97
怎样训练宝宝翻身运动	/ 97

- 怎样训练宝宝蹬脚运动 / 98
 回答婴儿的咿呀儿语有意义吗 / 98
 可以利用玩具培养孩子的个性吗 / 99
 让婴儿多开眼界有用吗 / 100

第四章 宝宝四月养育指南 101

- 4 个月的宝宝有什么特点 / 101
 如何喂养 4 个月宝宝 / 103
 为什么吃母乳的宝宝会患“轻度贫血” / 103
 如何为宝宝添加离乳食品 / 105
 为什么说鸡蛋是宝宝的好食品 / 108
 为什么宝宝在 4 个月时就已生嫉妒心 / 109
 适合 4~6 个月宝宝的玩具有哪些 / 109
 宝宝听力正常吗 / 111
 4~6 个月宝宝的社交本能是什么 / 112
 什么是纯母乳喂养 / 113
 为什么会有那么多的婴儿仅仅采用部分母乳喂养的方式 / 113
 夏季是否需要给婴儿添加水分 / 114
 为什么摇荡婴儿是很危险的 / 115
 食用奶制品有哪些误区 / 115
 怎样训练 4~5 个月的宝宝坐起 / 118
 宝宝对乳糖不耐受怎么办 / 119
 4~5 个月的宝宝应注意哪些事项 / 119
 4~6 月婴儿的生理发育标准是什么 / 120
 宝宝什么时候开始认识母亲 / 123

宝宝什么时候开始社会性的微笑	/ 124
宝宝什么时候开始认知活动	/ 124
为什么不能随意选择玩具	/ 125
如何引导宝宝活动	/ 125
如何使烦躁不安的婴儿安静下来	/ 126
注视手部期为何不可过长	/ 126
伸手行动发展的过程如何	/ 127
宝宝有记忆吗	/ 128
乳牙萌出的时间和顺序如何	/ 128
为什么脖子还无法直挺	/ 129
为什么还不会翻身	/ 129
宝宝是斜视吗	/ 130
还不能抬头是否智力发育迟缓	/ 130
陪着孩子睡觉有什么好处、坏处	/ 130
可以看电视吗	/ 131

第五章 宝宝五月养育指南 133

5 个月宝宝的特点是什么	/ 133
怎样喂养 5 个月宝宝	/ 134
妈妈怎么为宝宝做辅食	/ 135
怎么做健脑食品	/ 136
怎么给 5~6 个月的宝宝做离乳期食品	/ 137
5~6 个月的宝宝怎么练爬行	/ 138
为什么缺铁不仅仅引起贫血	/ 140
宝宝为什么会缺铁	/ 141
怎样给宝宝补铁多吃含铁丰富的食物	/ 141

- 怎么进食补铁食物 / 142
- 为什么婴儿不宜吃蜂蜜 / 143
- 怎样使用安抚奶嘴 / 143
- 聪明宝宝有哪些特点 / 145
- 怎么给宝宝洗浴 / 146
- 婴儿期大肌肉运动发展测试标准是什么 / 147
- 怎么为 5 个月的宝宝制作美味 / 148

第六章 宝宝六月养育指南 149

- 6 个月的宝宝有什么特点 / 149
- 怎么喂养 6 个月宝宝 / 150
- 为什么宝宝的食物不要太咸 / 150
- 6 个月以前宝宝通常表现的体态语是什么 / 151
- 6 个月以后宝宝通常表现的体态语是什么 / 152
- 6 个月前宝宝怎么做游戏 / 153
- 宝宝流血怎么办 / 155
- 宝宝流鼻血怎么办 / 155
- 宝宝轻微跌伤怎么办 / 155
- 宝宝严重跌伤怎么办 / 155
- 宝宝身上长出玫瑰疹时怎么办 / 156
- 宝宝出水花有何表现 / 157
- 为何有些宝宝出水痘十分凶险 / 157
- 怎么治疗与护理水痘 / 158
- 为什么 3 个月以内勿吃盐 / 158
- 为什么半岁以内不要多饮果汁 / 159
- 为什么周岁以内忌食蜂蜜、酸奶、蛋清及果冻 / 159

怎样让宝宝喜欢奶瓶	/ 160
怎么预防婴儿奶瓶综合症	/ 160
宝宝依恋发展有哪几个阶段	/ 161
为什么说依恋在宝宝成长中起重要作用	/ 162
如何给宝宝添加辅食	/ 163
怎么启发诱导宝宝看书	/ 165
为什么忌认为宝宝听不懂	/ 168
为什么不能过分满足宝宝的要求	/ 168
为什么忌用儿语和宝宝说话	/ 169
这个月龄的婴儿喜欢什么游戏	/ 170
怎么选购婴儿画册给宝宝讲故事	/ 171
手指训练为何能促进智力发展	/ 171
如何训练孩子的手指	/ 171
为何这个阶段要特别注意安全	/ 172
除了看、听，还有其他的观察训练吗	/ 173
孩子为什么会怯生	/ 174
宝宝为何喜欢乱丢东西	/ 174
此时期宝宝的感官发展情况如何	/ 175
经常背在身上，婴儿会变成O形腿吗	/ 175
婴儿为什么需要晒太阳	/ 175
婴儿怎样练习坐便盆	/ 176
为什么宝宝斜视要及早治疗	/ 177

第七章 宝宝七月养育指南 179

7个月的宝宝的特点是什么	/ 179
怎么喂养7个月宝宝	/ 179

7~9 月婴儿的生理发育标准是什么 / 180

7~9 月婴儿的心理发育特点是什么 / 183

语言的发展情况如何 / 186

坐太久不行吗 / 187

爬一爬有什么好处 / 187

“平衡膳食”如何安排 / 188

怎样物色合适的保姆 / 188

怎样为宝宝去新地方做好准备 / 189

怎样与宝宝简短的告别 / 190

怎样培养孩子的独立性 / 191

7 个月宝宝的社交本能有哪些 / 191

怎么给 7 个月的宝宝做离乳食品 / 192

如何让宝宝爬得好 / 193

7~8 个月的宝宝如何站立 / 194

7 个月的女婴乳房凸出, 这是病吗 / 195

你的宝宝为什么哭 / 196

第八章 宝宝八月养育指南 198

8 个月的宝宝特点是什么 / 198

怎么喂养 8 个月的宝宝 / 200

宝宝为什么喜欢玩水 / 200

为什么要孩子多爬行 / 201

如何给宝宝开辟一个“自由活动”的运动场 / 201

怎样对待离不开妈妈的宝宝 / 203

如何认识宝宝的不同个性 / 204

宝宝认生怎么办 / 206

为什么不能错过宝宝说话的关键期 (8~10 月)	/ 207
儿童说话晚的原因是什么	/ 208
小儿肺炎的患病特点是什么	/ 211
如何判断宝宝患了肺炎	/ 211
宝宝肺炎常有的误解有哪些	/ 212
肺炎患儿怎么居家护理	/ 213
怎么避开治疗与护理误区	/ 214
怎么给孩子选礼品玩具	/ 215
宝宝出牙规律是什么	/ 216
为什么说婴幼儿是铅危害最主要的受害者	/ 217
怎么预防铅中毒	/ 218

第九章 宝宝九月养育指南 220

9 个月的宝宝特点是什么	/ 220
怎么喂养 9 个月的宝宝	/ 222
蛋黄和菠菜是补血佳品吗	/ 223
吃水果多多益善吗	/ 223
为什么适量吃赖氨酸食品宝宝长得快	/ 224
为什么婴儿期的宝宝要适量吃脂肪	/ 225
哪些宝宝易缺锌	/ 226
如何确定宝宝缺锌	/ 226
怎么给宝宝补锌	/ 227
缺锌对身体有哪些危害	/ 228
过多补锌对身体有哪些危害	/ 229
含锌较多的食物有哪些	/ 229

- 为什么宝宝趴着睡觉好处多 / 230
- 为什么宝宝的呼吸需要监护 / 231
- 引起婴幼儿呼吸暂停或窒息的原因是什么 / 232

第十章 宝宝十月养育指南 234

- 10 ~ 12 月婴儿的生理发育是什么 / 234
- 10 ~ 12 月婴儿的心理发育特点是什么 / 238
- 为什么要多与宝宝进行语言交流 / 240
- 为什么要鼓励宝宝多模仿父母 / 241
- 为什么要鼓励宝宝探索 / 242
- 宝宝这时的记忆力如何 / 243
- 怎样塑造宝宝良好的个性 / 243
- 怎样培养宝宝的独立性 / 244
- 左撇子有害处吗 / 244
- 怎样培养婴儿对画本的兴趣 / 245
- 怎样随时教宝宝语言 / 245
- 步行的练习必要吗 / 246
- 还不会攀附站立该怎么办 / 246
- 孩子还不开口讲话是不是有问题 / 247
- 不会爬直接学走路的婴儿是否算异常 / 247
- 怎样促进宝宝的语言发育 / 248
- 为什么要让孩子充分爬行 / 248
- 什么疾病导致宝宝出牙晚 / 249
- 让孩子自己穿脱衣服行吗 / 250
- 怎样让婴儿接受新添加的食物 / 250

让孩子开步的诀窍是什么	/ 251
为什么爱玩的孩子聪明	/ 253
适合孩子的玩具是什么	/ 253
如何做好断乳准备	/ 255
为什么不能在断奶后断掉一切乳品	/ 255
断奶有哪些要诀	/ 256
米粉类辅食有哪些	/ 259
小罐头类辅食有哪些	/ 260
断奶对宝宝和妈妈的健康有作用吗	/ 261
如何为 10~12 个月宝宝制作美味	/ 261
10 个月~1 岁的宝宝的社交本能有哪些	/ 263
为什么谨防食品造成窒息	/ 263
为什么谨防玩具造成窒息	/ 264
爸爸妈妈谁对孩子的影响大	/ 266
宝宝为什么老“瞌睡”	/ 267

第十一章 宝宝十一月养育指南 268

11 个月的宝宝有什么特点	/ 268
怎么喂养 11 个月的宝宝	/ 269
为什么宝宝不要过度活动	/ 270
宝宝烫伤怎么办	/ 271
婴儿磕碰脑袋后怎么办	/ 272
为什么不要嚼饭喂宝宝	/ 273
宝宝误饮、误食后怎么办	/ 273
幼儿急疹怎么办	/ 274

如何给宝宝滴耳药	/ 275
如何正确涂眼药膏	/ 275
如何给宝宝滴鼻药	/ 276
如何给宝宝滴眼药	/ 276
为什么宝宝出牙晚不能盲目补钙	/ 276
怎么预防宝宝腹泻	/ 277
为什么宝宝的大便可以初步判断腹泻原因	/ 278
小儿饥饿性腹泻是什么	/ 279
婴儿腹泻的食物疗法有哪些	/ 280
如何预防小儿佝偻病	/ 281
哪些幼儿易患佝偻病	/ 282
怎样辨认出疹	/ 283
宝宝难喂怎么办	/ 284
周岁内的宝宝言语有什么特点	/ 286

第十二章 宝宝十二月养育指南 288

12 个月的宝宝有什么特点	/ 288
怎么喂养 12 个月的宝宝	/ 289
怎样练走路	/ 290
什么是宝宝的自我意识	/ 291
爱追赶大孩子怎么办	/ 291
乳牙萌出过晚怎么办	/ 292
怎样喂养断奶的宝宝	/ 292
孩子不想吃饭有什么原因	/ 295
周岁宝宝饮食需哪些品种	/ 295
周岁还不开口讲话是异常吗	/ 296