

J IATING BIBEI BAIKE

孕前准备 · 科学受孕 母体变化 · 妊娠保健
胎儿发育 · 孕期胎教 孕期衣食住行 · 助产运动
产后恢复 · 科学育儿 小儿养生 · 疾病防治



怀孕知识 百科

主编 / 张湖德

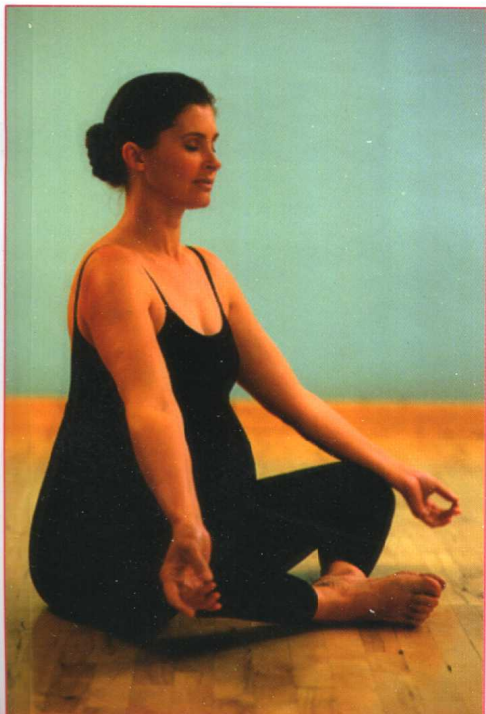
中央人民广播电台医学顾问

让生活走向健康与完美

赠VCD

- 全面、科学、实用
- 咨询、解疑、指导
- 健康、和谐、美满

中国人口出版社



怀孕知识百科

让生活走向健康与完美

中国人口出版社

JIA YING BI BEI BAI KE

怀孕知识百科

(第 二 版)

主 编：张湖德

副主编：张友伍 胡 捷 车延平 高延培

李 丽 张彩红 陈秀桂 王建华

编 委：刘福奇 李秩伦 韩臣子 桑秀桐

刘 伟 阮淑萍 李玉荣 周 俭

王珣琦 梁美珍 杨美娟 任允铃



ALC49/02

中国人口出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

怀孕知识百科/张湖德主编. - 2 版. - 北京: 中国人口出版社, 2002.12
ISBN 7-80079-767-8

I. 怀… II. 张… III. ①妊娠期—妇幼保健②围产期—妇幼保健
③分娩—基本知识④新生儿—妇幼保健⑤分娩—基本知识⑥新生儿—妇幼保健
IV. R715.3 R174

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 095606 号

怀孕知识百科 (第二版)

张湖德 主编

出版发行	中国人口出版社
印 刷	北京星月印刷厂
开 本	787×1092 1/16
印 张	43.5
字 数	720 千字
版 次	2002 年 12 月第 2 版 2002 年 12 月第 1 次印刷
印 数	1~5 000 册
书 号	ISBN 7-80079-767-8/R·272
定 价	48.00 元

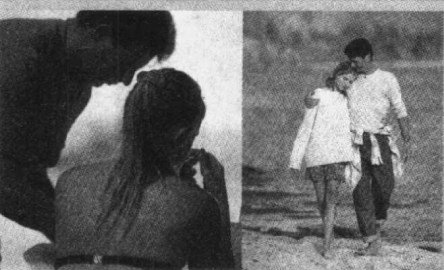
社 长	陶庆军
电子信箱	chinapphouse@163.net
电 话	(010)83519390
传 真	(010)83519401
地 址	北京市宣武区广安门南街 80 号中加大厦
邮政编码	100054

版权所有 侵权必究 质量问题 随时退换



RANG SHENG HUO
ZOU XIANG JIAN KANG
YU WAN MEI





目 录

第一部分 怀孕必知

第一章 优生的基础

- 3 一、优生的物质基础是“精气”
- 4 二、优生的关键在于肾
- 5 三、精亏、肾衰是影响优生的主要因素

第二章 怎样才能优生

- 6 一、先从受孕说起
- 8 二、只有少生才能优生
- 8 三、还是“择优而生”好
- 9 四、要选择好对象
- 10 五、应适龄婚育
- 11 六、不要忘记婚前遗传咨询
- 12 七、婚前检查不可少
- 14 八、女性婚前检查的具体内容
- 16 九、要避免性传播疾病
- 18 十、孕前准备
- 19 十一、孕前必须要肾气充沛
- 20 十二、受孕时情绪要稳定
- 21 十三、选择好受孕环境
- 24 十四、受孕前的食谱

第三章 影响妊娠的危险因素

- 28 一、弓形体病

- 28 二、使用电脑对优生的影响
- 29 三、用化妆品的禁忌
- 29 四、要慎用洗涤剂
- 30 五、预防病毒感染
- 30 六、谨防高热
- 31 七、风疹对胎儿的影响
- 31 八、打预防针要小心
- 32 九、注意衣原体的感染
- 33 十、吸烟对胎儿的损害
- 33 十一、水果罐头不宜多吃
- 34 十二、不要嗜饮浓茶
- 34 十三、妊娠与接吻
- 34 十四、生殖器官手术
- 34 十五、丈夫们的过失
- 35 十六、酸儿辣女不可信
- 35 十七、“七活八不活”没有根据
- 36 十八、孕妇吃兔肉生下的孩子会长兔唇吗

第四章 病患者的孕育

- 37 一、病毒性肝炎患者的孕育
- 38 二、甲亢患者的孕育
- 38 三、癫痫患者的婚育
- 40 四、肾脏病患者的妊娠



40 五、当第一胎有遗传病时第二胎如何生

42 六、要注意孕妇哮喘给胎儿的危害

42 七、出现哪些情况妇女不宜怀孕

43 八、在身体疲劳时不要怀孕

44 九、在蜜月旅游中受孕不利于优生

44 十、酒后勿怀孕

45 十一、关于在避孕过程中怀孕胎儿是否畸形的问题

46 十二、停服避孕药多久后怀孕好

46 十三、新婚夫妇不要睡电热毯

47 十四、还是“澳抗”转阴后再怀孕好

47 十五、婚后不宜很快怀孕

48 十六、春节期间不要怀孕

48 十七、父亲用药亦可致畸胎

49 十八、要注意电视对孕育的影响

49 十九、父亲高龄对优生不利

50 二十、未婚先孕坏处多

50 二十一、要慎重考虑推迟生育

51 二十二、性高潮与妊娠

52 二十三、父母血型不合与妊娠

53 二十四、月经误期并非皆怀孕

53 二十五、精神病患者的孕育

54 二十六、色盲患者的优生

54 二十七、注意孕妇的子宫环境影响

孩子智商

第五章 孕前尤要加强性保健

56 一、性健康是优生的前提

57 二、要懂得中医的性保健

58 三、性生活宜“八益”，忌“七损”

60 四、性生活中应警惕的几种意外损伤

60 五、性生活前后热水浴不好

61 六、正确看待性生活中的“喜新厌旧”

62 七、未婚男子洗桑拿宜谨慎

62 八、男子汉要注意补锌

63 九、要注意包皮过长会有损健康

64 十、性生活要“七不宜”

65 十一、夫妻间不要性操纵

66 十二、女性性交腹痛要寻因

67 十三、应怎样看待女性手淫

68 十四、减少性欲差异的验方

70 十五、吸烟有损性功能

70 十六、性生活所致白带异常的防治

72 十七、包皮嵌顿的治疗

72 十八、同房次数多少对精子有影响

73 十九、丈夫宜了解妻子的性周期

73 二十、要了解什么是女性的性高潮

74 二十一、关于阴茎与性功能



B A I K E

目录

- 75 二十二、阴茎勃起对身体有害吗
- 75 二十三、孕前不宜使用化妆品
- 75 二十四、孕前宜注意无性婚姻
- 76 二十五、孕前要注意易引起夫妻不和的因素
- 77 二十六、避孕套破了怎么办
- 77 二十七、孕前要加强月经期保健
- 80 二十八、警惕有害职业因素对月经的影响
- 81 二十九、孕前宜注意对带下病的防治
- 86 三十、精液过少怎么办
- 87 三十一、孕前就要注意保养肾
- 87 三十二、孕前宜服强身健体的中药
- 90 三十三、要注意外阴瘙痒对怀孕的影响
- 90 三十四、性交时要关心性器官的卫生
- 91 三十五、新婚期营养保健宜采取的方法
- 92 三十六、增强性功能的食养
- 99 三十七、丈夫要注意的性爱误区
- 99 三十八、古代房中家谈性交姿势
- 102 三十九、何谓“男有三至”
- 102 四十、著名医学家张景岳谈男女“十机”
- 104 四十一、必须反对“性解放”

- 106 四十二、婚外恋是夫妻关系的恶性肿瘤
- 108 四十三、性压抑不利于健康
- 109 四十四、要注意性传播疾病的信号
- 110 四十五、不要讳疾忌医
- 111 四十六、不可忽视性病恐怖症
- 112 四十七、心绞痛病人的性生活
- 112 四十八、要注意旅游中的性保健
- 114 四十九、当发现妻子婚前失身以后
- 115 五十、夫妻之间怎样相互调和矛盾
- 116 五十一、娘家人劝架要注意什么
- 116 五十二、夫妻之间的心理相容
- 117 五十三、夫妻之间宜贵在理解
- 118 五十四、夫妻俩脾气皆不好时怎样相处
- 119 五十五、当妻子无端怀疑时怎么办
- 120 五十六、色情录像对已婚夫妻也有危害
- 120 五十七、要讲究与妻子谈话的艺术
- 122 五十八、要了解爱人的内心
- 123 五十九、要做合格的性伴侣
- 123 六十、女人要使丈夫更恋家
- 124 六十一、妻子应懂得丈夫最讨厌自己做的几件事
- 125 六十二、爱情是心理健康的良药
- 126 六十三、夫妻间朦胧情更浓
- 126 六十四、夫妻小别胜新婚
- 127 六十五、夫妻间应讲点“废话”
- 127 六十六、夫妻间不妨有点“有效的争”



吵”

- 128 六十七、夫妻和谐的要素
- 129 六十八、爱情与健康
- 131 六十九、傍晚不要议论家里事
- 131 七十、精神性性高潮缺乏症的防治

第六章 不孕症的防治

- 133 一、不孕的病因
- 136 二、不孕症的治疗
- 138 三、不孕症的预防与康复

第七章 避孕

- 148 一、避孕方法
- 152 二、与避孕有关的问题
- 154 三、避孕失败后的补救法
- 155 四、使用节育器后的保健
- 156 五、关于妇女绝育心理综合征

第二部分 妊娠保健

第一章 祖国医学的胎养学说

- 161 一、母病则子病
- 161 二、气血阴阳平衡
- 162 三、内脏气机条达
- 162 四、逐月养胎

第二章 胎儿的发育

- 163 一、胚与胎是两个不同阶段
- 164 二、对胚胎形态的观察

第三章 孕期的生理特点

- 166 一、妊娠时生殖系统的变化
- 167 二、全身其他系统的变化
- 168 三、新陈代谢的变化

第四章 妊娠的确定

第五章 胎教

- 174 一、胎教的兴起
- 174 二、胎儿意识上的超能力
- 175 三、胎儿大脑处在学习中
- 176 四、胎教中的科学
- 177 五、国外胎教实例
- 178 六、胎教教程一例
- 178 七、丈夫要当好胎教的配角
- 179 八、祖国医学中关于胎教的措施

第六章 妊娠期的胎儿保健

- 181 一、胎儿在腹，全仗母亲护养
- 181 二、胚胎发育中的经络
- 182 三、孕妇一定要会数胎动
- 183 四、不要让胎儿患佝偻病
- 183 五、要注意孕妇情绪对胎动的影响
- 184 六、家庭里要学会监护胎儿
- 185 七、孕妇增加体重对胎儿有益
- 185 八、要谨防胎儿窘迫
- 187 九、要十分警惕产前胎头浮动
- 187 十、胎儿保健不可缺宫内诊断



188 十一、肥胖孕妇的胎儿保健

189 十二、要注意小儿的先天性心脏病

190 十三、胎儿唇腭裂的防治措施

191 十四、要注意多胎妊娠

192 十五、要放心地监护胎儿

第七章 妊娠饮食保健

194 一、现代营养学对孕妇饮食的基本要求

196 二、中医营养学关于妇女妊娠饮食的观点

200 三、妊娠饮食保健要注意的问题

第八章 妊娠运动保健

208 一、孕期的合理锻炼项目

210 二、孕妇进行运动要先检查身体

211 三、孕妇进行锻炼需要注意的问题

212 四、孕妇的健美

第九章 妊娠期的性保健

216 一、妊娠剧吐与性

217 二、妊娠时性交要注意清洁

217 三、妊娠期什么情况不宜过性生活

217 四、孕妇患病时的性生活

第十章 妊娠用药宜忌

219 一、孕期并非皆忌药

220 二、主要致畸药物及其对胎儿、新生儿的有害作用

221 三、孕妇使用抗菌药的方法

222 四、要注意可致胎儿先天性耳聋的药物

223 五、阿司匹林孕妇不宜用

223 六、孕妇不用清凉油为好

223 七、妊娠泌尿系感染时怎么用药

224 八、妊娠时服用中药对胎儿的肤色会有影响吗

225 九、妊娠哮喘时的用药

第十一章 妊娠的日常保健

227 一、要谨慎起居

229 二、要劳逸结合

229 三、孕妇衣着

229 四、孕妇更要注意口腔的卫生

230 五、孕产妇要重视夏季的保健

231 六、孕妇要有正确的姿势

231 七、孕妇沉湎于麻将不利于胎儿优生

232 八、可常享受“音乐浴”

233 九、妊娠后如何做家务好

第十二章 妊娠疾病的防治

234 一、缺铁性贫血的防治

235 二、皮肤瘙痒的防治

235 三、要防肾结石

236 四、腹痛病的防治

238 五、妊娠时的血小板减少

239 六、妊娠呕吐时要防低钾症

241 七、腰痛的防治

242 八、要重视孕妇的妊娠晚期反应

243 九、胎漏、胎动不安的治疗



245 十、小便不通的防治

246 十一、妊娠心烦的防治

247 十二、水肿的防治

248 十三、黄疸的防治

249 十四、要当心前置胎盘

250 十五、牙病防治

251 十六、异位妊娠的防治

252 十七、急性阑尾炎的防治

253 十八、妊娠高血压综合征的防治

255 十九、胎位不正的防治

256 二十、妊娠宫腔积血的消除

257 二十一、孕妇患疟疾的防治

第十三章 妊娠一月时的保健

258 一、妊娠一月时胎儿的发育

258 二、妊娠一月时母体的变化

259 三、妊娠一月时的养生

第十四章 妊娠二月时的保健

273 一、妊娠二月时胎儿的发育

273 二、妊娠二月时母体的变化

274 三、妊娠二月时的养生

第十五章 妊娠三月时的保健

284 一、妊娠三月时胎儿的发育

284 二、妊娠三月时母体的变化

285 三、妊娠三月时的养生

第十六章 妊娠四月时的保健

295 一、妊娠四月时的胎儿发育

295 二、妊娠四月时母体的变化

296 三、妊娠四月时的保健

第十七章 妊娠五月时的保健

305 一、妊娠五月时胎儿的生长发育

305 二、妊娠五月时母体的变化

305 三、妊娠五月时的保健

第十八章 妊娠六月时的保健

316 一、妊娠六月时胎儿的生长发育

316 二、妊娠六月时母体的变化

317 三、妊娠六月时的保健

第十九章 妊娠七月时的保健

325 一、妊娠七月时胎儿的生长发育

325 二、妊娠七月时母体的变化

326 三、妊娠七月时的保健

第二十章 妊娠八月时的保健

337 一、妊娠八月时胎儿的生长发育

337 二、妊娠八月时母体的变化

338 三、妊娠八月时的保健

第二十一章 妊娠九月时的保健

346 一、妊娠九月时胎儿的生长发育

346 二、妊娠九月时母体的变化

346 三、妊娠九月时的保健

第二十二章 妊娠十月时的保健



353 一、妊娠十月时胎儿的生长发育

353 二、妊娠十月时母体的变化

353 三、妊娠十月时的保健

第三部分 正常分娩

第一章 分娩对孕妇及胎儿的影响

364 一、分娩对孕妇的主要影响

364 二、分娩对胎儿的影响

第二章 要做好产前准备

365 一、要有良好的心理

366 二、临产前的饮食要精心安排

367 三、临产前的注意事项

367 四、要了解临产时的临床表现

第三章 自然分娩的经过和正确处理

369 一、第一产程的经过和处理

370 二、第二产程的经过和处理

371 三、第三产程的经过和处理

371 四、家庭接生

第四章 关于剖宫产

372 一、选择剖宫产要谨慎

373 二、剖宫产的适应证

374 三、若是选择剖宫产

第五章 异常分娩

375 一、难产

377 二、流产

379 三、早产

380 四、过期产

第四部分 产后养生

第一章 产褥期保健

383 一、产褥期妇女的生理特点

385 二、产褥期保健

396 三、产后防病

410 四、产褥期食谱

第二章 哺乳期保健

417 一、乳房保健

420 二、产后性生活

426 三、产后饮食调养

433 四、产后健美

438 五、哺乳期的食谱

第三章 产后不良体质的调理

445 一、妇女阴虚体质的调理

446 二、妇女阳虚体质的调理

447 三、妇女血虚体质的调理

447 四、妇女气虚体质的调理

448 五、妇女血瘀体质的调理

449 六、妇女痰湿体质的调理

449 七、妇女气郁体质的调理

第五部分 小儿保健

第一章 小儿养生

455 一、要注意保护小儿的脐

455 二、初生去毒

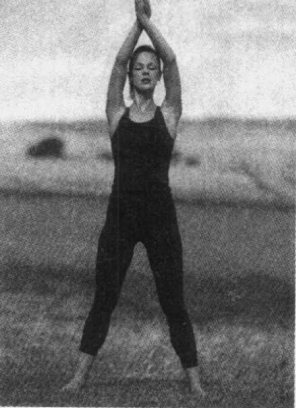
456 三、初生洗浴



- 457 四、初生保暖
- 457 五、宝宝的斜颈要尽早纠正
- 458 六、无声的环境对小儿优生不利
- 459 七、“刺激”对婴儿有利
- 459 八、怎样给小儿准备枕头
- 460 九、要当心乳母用药会影响小儿健康
- 461 十、母亲把小儿抱在胸左侧好
- 462 十一、注意婴儿的啼哭
- 462 十二、注意婴儿口腔清洁
- 463 十三、注意婴儿的呼吸
- 463 十四、更换婴儿尿布的方法
- 463 十五、小儿要慎用外用药
- 464 十六、母亲的吻对小儿并非有益
- 465 十七、怎样保证给小儿一双明亮的眼睛
- 466 十八、婴儿出牙期的保健
- 467 十九、不要让小儿喝运动后的乳汁
- 467 二十、要高度警惕婴儿缺水
- 468 二十一、有些开水小儿不宜喝
- 468 二十二、一些小儿拒吮奶的原因
- 469 二十三、一岁前的婴儿喝点什么好
- 469 二十四、宝宝夏季宜食的水果羹
- 470 二十五、小儿宜常食的几种蛋肴
- 471 二十六、婴儿食炼乳不宜
- 472 二十七、二月内的婴儿按需哺喂母

乳好

- 472 二十八、小儿服用维生素不宜太多
- 473 二十九、儿童服白糖不如红糖好
- 473 三十、小儿吃水果并非多多益善
- 474 三十一、小儿山楂食疗方
- 474 三十二、小儿异便与偏食
- 475 三十三、当小儿厌食时应采取的几点措施
- 475 三十四、母亲嚼食喂小儿不好
- 476 三十五、不要总担心宝贝不好好吃
- 476 三十六、白开水与小儿健康
- 477 三十七、小儿为何吃得好还会营养不良
- 477 三十八、小儿饮水的学问
- 478 三十九、小儿免疫低下,要注意维生素A的补充
- 478 四十、小儿常食核桃可健脑
- 479 四十一、小儿多喝冷饮有害
- 479 四十二、病多的孩子宜多吃素
- 480 四十三、小儿不宜进补
- 480 四十四、小儿不宜多吃酱油
- 481 四十五、怎样给婴儿喂蛋黄
- 481 四十六、小儿缺脂亦影响身体健康
- 482 四十七、蛋白质摄入不宜过量
- 482 四十八、早产儿要及时补充铁



B A I K E

目录

- 482 四十九、春季儿童维生素不可少
- 483 五十、婴儿不宜吃生蜂蜜
- 483 五十一、儿童如何合理补钙
- 484 五十二、早产儿如何喂养
- 484 五十三、婴儿不宜食过浓奶粉
- 484 五十四、夏天不宜给小儿断奶
- 485 五十五、小儿美容始在母腹
- 485 五十六、为什么说维生素K是新生儿的保护神
- 486 五十七、含药的母乳婴儿不宜
- 487 五十八、一些家长要改儿童“以胖为美”为“以壮为美”
- 487 五十九、宝宝厌食与烟瘾有关
- 488 六十、要注意小儿被动高盐
- 488 六十一、小儿不宜多食冰淇淋
- 489 六十二、母乳喂养代替不了预防针
- 489 六十三、小儿吃母乳会引起的几种“病”
- 490 六十四、如何知道小儿的营养够不够
- 491 六十五、小儿不要边走路边吃东西
- 491 六十六、在生日蛋糕上插蜡烛好吗
- 492 六十七、小儿常吃些粗糙耐嚼食物好
- 492 六十八、要注意小儿的“异嗜症”
- 492 六十九、不要把“强化食品”强加给儿童
- 493 七十、小食品小儿不宜
- 494 七十一、小儿也存在“营养过剩”
- 494 七十二、幼儿宜少食爆米花
- 495 七十三、小儿怎样吃糖好
- 496 七十四、哪些疾病影响小儿食欲
- 497 七十五、关于孩子学说话
- 497 七十六、科学安排宝宝小床的方法
- 498 七十七、及时为婴儿洁牙
- 498 七十八、婴儿学习爬行好处多
- 499 七十九、要找一找儿童惧怕的原因
- 499 八十、要重视乳牙
- 499 八十一、宜注意幼儿二岁时的表现力
- 500 八十二、家庭现代化对儿童不宜
- 501 八十三、优美体型起自襁褓
- 501 八十四、婴幼儿怎样着装好
- 502 八十五、秋季婴幼儿的保健
- 502 八十六、婴儿看电视不宜
- 503 八十七、新生儿的乳房挤不得
- 503 八十八、不宜忽视小儿的挤眉弄眼
- 503 八十九、幼儿识字的学问
- 504 九十、幼儿认识空间方位的训练方法
- 505 九十一、宝宝的健康与睡姿有关
- 506 九十二、父母宜避免走入孩子打针的误区
- 506 九十三、不要扼杀了小儿的童真
- 507 九十四、幼儿口语表达能力的训练
- 508 九十五、指物学说话
- 508 九十六、宜给宝宝建一个健康档案
- 509 九十七、夏季小儿的养生



- 510 九十八、父母宜教宝贝懂得应付意外
- 511 九十九、擦屁股亦有讲究
- 511 一〇〇、不宜捏着小儿鼻子灌药
- 512 一〇一、小儿健身宜“三浴”
- 512 一〇二、打屁股与小儿肾衰
- 513 一〇三、春游——美化孩子的心灵
- 514 一〇四、谨防小儿花卉中毒
- 514 一〇五、儿童优良个性的塑造
- 515 一〇六、儿童期的生长痛
- 516 一〇七、小儿怕见医生宜采取的良策
- 516 一〇八、要给孩子喂点“泥”
- 517 一〇九、多食果冻于小儿不宜
- 517 一一〇、儿童营养食品的选择宜慎重
- 518 一一一、儿童的饮食宜合理搭配
- 518 一一二、减盐宜从小儿始
- 519 一一三、儿童的晚餐不宜少
- 520 一一四、小儿宜多食含组氨酸食物
- 520 一一五、要使孩子吸收更多的钙质
营养
- 521 一一六、宜重视小儿的鸡蛋病
- 521 一一七、小儿三岁前的营养需要
- 522 一一八、孩子成长需要的“营养”
- 523 一一九、预防心脏病宜从小儿饮食
做起
- 523 一二〇、小儿不宜多吃橘子
- 524 一二一、在餐桌前不要对小儿发火
- 524 一二二、不宜让孩子们饮酒
- 525 一二三、小儿保健的重心应在家庭
- 525 一二四、日本小儿比欧美小儿智力
指数高的原因
- 526 一二五、要为幼儿创造益智环境
- 527 一二六、注意铅对小儿智力的损害
- 528 一二七、杨振宁博士对教育“小神
童”的忠告
- 528 一二八、残疾儿童潜能的发掘方法
- 530 一二九、宜重视对儿童的早期教育
- 530 一三〇、生辰与智商有关
- 531 一三一、发达国家儿童智商增加的
原因
- 531 一三二、智力与遗传有关
- 531 一三三、智力培养的最佳时期
- 532 一三四、脑发育与营养
- 532 一三五、喜欢与大人交往的小儿聪明
- 533 一三六、智慧就在孩子自己手指上
- 533 一三七、家庭教育与人的素质形成
有关
- 534 一三八、注意小儿抽风对智力和行
为的影响
- 534 一三九、从小培养小儿的记忆力
- 535 一四〇、宜循序渐进启迪小儿智力



B A I K E

目 录

- 536 一四一、宜与小儿共同成长
- 537 一四二、发展智力宜选择在小儿游戏里
- 538 一四三、益于小儿智力发育的几种食品
- 538 一四四、宜让小儿大胆地提问题
- 539 一四五、家长要学会教子阅读
- 540 一四六、要给小儿吃好早餐
- 541 一四七、弱智儿童的一些早期表现
- 541 一四八、儿童智力与电视
- 542 一四九、家长要重视对儿童气质的培养
- 543 一五〇、要培养幼儿良好的饮食习惯
- 544 一五一、要帮孩子消除恐惧感
- 545 一五二、小儿为什么怕黑
- 545 一五三、教育孩子克服分离焦虑情绪的方法
- 547 一五四、当儿童患有自卑心理时
- 548 一五五、孩子入学的心理准备
- 548 一五六、打孩子会引起儿童心理变异
- 549 一五七、脆弱儿童综合征之谜
- 551 一五八、培养儿童心理健康的要点
- 552 一五九、儿童常见心理疾病漫谈
- 553 一六〇、带孩子上街的学问
- 554 一六一、宜警惕小儿身边的“铅魔”
- 555 一六二、幼儿不宜用成人护肤品
- 555 一六三、小儿穿鞋的学问
- 556 一六四、要注意橡皮对儿童思维的影响
- 557 一六五、要让孩子及早学游泳
- 558 一六六、儿童胆固醇增加与仿效外国饮食方式有关
- 558 一六七、小儿发育缓慢与服用保健品过多有关
- 558 一六八、小儿保健食品的选择
- 559 一六九、儿童增智不可缺碘
- 559 一七〇、高不饱和脂肪酸是婴幼儿大脑发育的营养物质
- 560 一七一、碱性食品有益儿童健脑
- 561 一七二、富含乙酰胆碱的食物可改善小儿智力
- 561 一七三、小儿不宜偏食“洋快餐”
- 562 一七四、给儿童“大补”易致“性早熟”
- 563 一七五、小儿宜常服的健脑益智药膳
- 568 一七六、增加小儿记忆力的方法
- 570 一七七、培养儿童的观察能力
- 571 一七八、智能缺陷儿童的培养方法
- 573 一七九、儿童天赋的早期发现
- 574 一八〇、大自然是智力开发的好课堂
- 575 一八一、幼儿学音乐可提高智力
- 575 一八二、色彩与儿童智商有关
- 575 一八三、宜重视培养和开发儿童的