

万理●主编

北京医院婴儿室专家、主任医师

科学 育儿

每天一课

符合科学 注重细节
育儿全面指导



搜狐母婴
baobao.sohu.com

隆重推荐

88765
www.88765.org.cn

独家支持

书香世家®
LORE ERA

中国人口出版社
China Population Publishing House
全国百佳出版单位

万理●主编

北京医院婴儿室专家、主任医师

科学 育儿

每天一课

中国人口出版社
China Population Publishing House
全国百佳出版单位

第1个月 护理新生儿

- 第1天 新生儿阿氏评分 / 10
- 第2天 新生儿的特殊生理状态 / 11
- 第3天 新生儿的先天反射活动 / 11
- 亲子小游戏 笑一笑 / 12
- 第4天 尽早让新生儿吸吮母乳 / 12
- 第5天 初乳对宝宝非常重要 / 13
- 亲子小游戏 听妈妈说话 / 13
- 第6天 科学喂养, 按需哺乳 / 14
- 第7天 新生儿脐带的护理 / 14
- 第8天 给新生儿洗澡有学问 / 15
- 第9天 正确包裹新生儿 / 16
- 第10天 选择纸尿裤还是尿布 / 17
- 亲子小游戏 看妈妈 / 17
- 第11天 学会给新生儿换尿布 / 18
- 第12天 新生儿的睡眠与睡姿 / 19
- 亲子小游戏 看一看 / 19
- 第13天 新生儿寝具的选择 / 20
- 第14天 正确选择婴儿床 / 21
- 亲子小游戏 说悄悄话 / 21
- 第15天 如何为新生儿选择衣服 / 22
- 第16天 新生儿居室环境的要求 / 23
- 第17天 新生儿的口腔护理 / 23
- 第18天 清洁新生儿的眼、耳、鼻 / 24
- 第19天 喂奶的时间和次数 / 25
- 第20天 怎样提高母乳的质量 / 26
- 第21天 如何判断母乳不足 / 27
- 第22天 母乳不足时如何喂养 / 27
- 亲子小游戏 听铃声 / 28
- 第23天 母乳喂养有哪些误区 / 28
- 第24天 新生儿吐奶正常吗 / 29
- 亲子小游戏 追着看 / 30
- 第25天 新生儿护理的七种误区(1) / 30
- 第26天 新生儿护理的七种误区(2) / 31
- 第27天 新生儿简易的健身方法 / 31
- 亲子小游戏 拉拉看 / 32
- 第28天 如何给新生儿按摩 / 32
- 第29天 与新生儿建立亲密关系 / 33
- 第30天 第1个月智能发育测试 / 34

第2个月 快速成长发育

- 第31天 第2个月宝宝发育指标 / 36
- 第32天 给满月宝宝进行健康检查 / 37
- 第33天 宝宝需要哪些营养素 / 37
- 第34天 为宝宝选择四季穿的衣物 / 38
- 第35天 抱宝宝的正确姿势 / 39
- 第36天 喂奶的正确姿势 / 40
- 第37天 给婴儿剪指甲和清理头垢 / 41
- 第38天 如何给婴儿洗手和脸 / 41
- 亲子小游戏 一动就响 / 42
- 第39天 如何给婴儿洗头 / 42
- 第40天 怎样护理好宝宝的皮肤 / 43
- 亲子小游戏 踢被子 / 43
- 第41天 及早给宝宝看黑白图片 / 44
- 第42天 如何让宝宝获得良好睡眠 / 45

第43天 教宝宝练习抬头 / 46

亲子小游戏 抬头 / 46

第44天 奶水不足如何“催奶” / 47

第45天 哺乳时应注意哪些问题 / 48

第46天 哪些情况不宜哺乳 / 48

亲子小游戏 抓一抓 / 49

第47天 部分母乳喂养和人工喂养 / 49

第48天 人工喂养宝宝的四个要点 / 50

第49天 给宝宝喂配方奶的正确方法 / 51

第50天 喂牛奶有哪些误区 / 51

第51天 如何纠正宝宝乳头错觉 / 52

亲子小游戏 用脚蹬 / 53

第52天 开始给宝宝补充维生素 / 53

第53天 如何选择奶瓶和奶嘴 / 54

第54天 夜间喂奶的注意事项 / 54

第55天 户外活动时需注意什么 / 55

亲子小游戏 听见了吗 / 56

第56天 婴儿可以进行日光浴吗 / 56

亲子小游戏 藏猫猫 / 57

第57天 和宝宝做婴儿被动操(1) / 57

第58天 和宝宝做婴儿被动操(2) / 58

第59天 宝宝预防接种时间参照表 / 59

第60天 第2个月智能发育测试 / 60

第3个月 宝宝会抬头了

第61天 第3个月宝宝发育指标 / 62

第62天 怎样保护婴儿的眼睛 / 63

第63天 怎样保护婴儿的听力 / 63

第64天 给宝宝测身高、体重、头围 / 64

亲子小游戏 拉过来 / 64

第65天 定期给宝宝做体检 / 65

第66天 如何防止宝宝睡偏头 / 65

亲子小游戏 外面真奇妙 / 66

第67天 预防宝宝长痱子 / 66

第68天 哺乳妈妈用药需小心 / 67

第69天 应对宝宝哭泣8个妙招 / 68

第70天 冲调配方奶粉的技巧 / 68

第71天 如何给宝宝科学补水 / 69

亲子小游戏 声音在哪里 / 69

第72天 给宝宝喂点果汁 / 69

第73天 可以给宝宝喂点菜水 / 70

亲子小游戏 握住 / 70

第74天 如何正确保存母乳 / 71

第75天 宝宝厌食牛奶怎么办 / 71

第76天 婴儿尿布疹的防治措施 / 72

第77天 让宝宝远离蚊虫叮咬 / 72

亲子小游戏 看口形 / 73

第78天 宝宝流口水正常吗 / 73

第79天 宝宝打嗝是怎么回事 / 74

第80天 婴儿昼夜颠倒如何纠正 / 75

第81天 含奶头睡觉危险多 / 75

第82天 学会辨别宝宝的哭声 / 76

亲子小游戏 荡起来 / 76

第83天 宝宝为什么会夜啼 / 77

第84天 给宝宝选择袜子的诀窍 / 77

第85天 培养宝宝的生活规律 / 78

第86天 婴儿需要什么样的枕头 / 79

第87天 和宝宝亲善相处 / 80

亲子小游戏 试着翻 / 80

第88天 教宝宝认识身边的事物 / 80

第89天 宝宝的感官训练 / 81

亲子小游戏 节奏感训练 / 81

第90天 第3个月智能发育测试 / 82

第4个月 开始添加辅食

第91天 第4个月宝宝发育指标 / 84

第92天 宝宝的味觉发育迅速 / 85

第93天 开始添加辅食了 / 85

亲子小游戏 拍拍打打 / 86

第94天 宝宝辅食的烹调要领 / 86

第95天 过早添加辅食有害无益 / 87

第96天 让宝宝皮肤水嫩的秘诀 / 88

第97天 从舌头看宝宝健康状况 / 89

亲子小游戏 “斗斗飞” / 89

第98天 训练宝宝用匙吃食物 / 90

第99天 让宝宝快乐进食的方法 / 90

第100天 从宝宝的指甲看健康 / 91

第101天 给宝宝补钙要适量 / 92

亲子小游戏 不倒翁 / 92

第102天 宝宝生病慎用抗生素 / 93

第103天 怎样给宝宝喂药 / 93

第104天 预防小儿缺铁性贫血 / 94

第105天 宝宝在家游泳注意事项 / 95

第106天 母婴交流的4种方法 / 96

第107天 宝宝开始咿呀学语 / 97

亲子小游戏 “再见” / 97

第108天 掌握宝宝的睡眠规律 / 97

第109天 宝宝出汗多正常吗 / 98

第110天 锻炼宝宝手眼协调能力 / 99

亲子小游戏 球跑了 / 99

第111天 宝宝开始认人了 / 99

第112天 宝宝的安全防护不可少 / 100

第113天 选购适合宝宝的玩具 / 101

第114天 用彩色图片教宝宝认识事物 / 101

第115天 体能训练,让宝宝坐得稳 / 102

亲子小游戏 手指游戏 / 102

第116天 认知训练,开阔宝宝眼界 / 103

亲子小游戏 听音乐 / 103

第117天 游戏,让智能快速发育 / 104

第118天 如何训练宝宝翻身 / 104

第119天 如何训练宝宝坐 / 105

亲子小游戏 递来递去 / 105

第120天 第4个月智能发育测试 / 106

第5个月 宝宝会翻身了

第121天 第5个月宝宝发育指标 / 108

第122天 训练宝宝的身体协调能力 / 109

第123天 开始区别亲人和陌生人 / 109

第124天 宝宝的语言表达更丰富了 / 110

第125天 如何应对宝宝吮手指 / 110

亲子小游戏 往外拿 / 111

第126天 添加辅食的种类和喂法 / 111

第127天 纠正宝宝的不良饮食习惯 / 112

亲子小游戏 走来走去的玩具 / 113

第128天 让宝宝远离污染的食品 / 113

第129天 把食物嚼碎后喂孩子好吗 / 114

亲子小游戏 骑大马 / 114

第130天 怎样给宝宝喂菜泥、水果泥 / 114

第131天 宝宝暂不能吃调味品 / 115

第132天 宝宝应该喝什么样的水 / 116

亲子小游戏 5个小朋友 / 116

第133天 如何避免宝宝发胖 / 117

亲子小游戏 拔算珠 / 117

第134天 上班族妈妈如何母乳喂养 / 118

第135天 大便变化关乎宝宝健康 / 118

第136天 如何防治宝宝营养不良 / 119

第137天 宝宝应远离“二手烟” / 120

亲子小游戏 扔进去 / 120

第138天 儿童哮喘的家庭护理 / 121

第139天 婴儿湿疹重在家庭护理 / 122

第140天 小儿便血要追根究底 / 122

亲子小游戏 向前爬 / 123

第141天 宝宝排尿多是什么原因 / 123

第142天 小儿腹胀的家庭防治 / 124

第143天 谨防发生肠套叠 / 124

亲子小游戏 拍拍手 / 125

第144天 形形色色的小儿感冒 / 125

第145天 怎样给宝宝测量体温 / 126

第146天 宝宝撕纸要多鼓励 / 126

亲子小游戏 看看里面是什么 / 127

第147天 教宝宝说“再见” / 127

第148天 训练宝宝的手指 / 128

第149天 读懂宝宝的手语 / 129

第150天 第5个月智能发育测试 / 130

第6个月 宝宝乳牙萌出

第151天 第6个月宝宝发育指标 / 132

第152~153天 宝宝可以吃米饭了吗 / 133

亲子小游戏 撕纸 / 133

第154~155天 给宝宝添加肉类辅食 / 134

第156~157天 宝宝乳牙开始萌出 / 135

第158~159天 怎样保护宝宝的乳牙 / 136

第160~161天 宝宝为什么会掉发 / 136

亲子小游戏 掏出来 / 137

第162~163天 引发宝宝说话的欲望 / 137

第164~165天 宝宝为什么喜欢扔玩具 / 138

第166~167天 宝宝咳嗽是怎么回事 / 139

第168~169天 宝宝为何易发生气管异物 / 139

亲子小游戏 钻山洞 / 140

第170~171天 宝宝气管异物的急救和预防 / 140

第172~173天 正确选择小儿非处方药 / 141

第174~175天 宝宝流鼻涕要正确处理 / 142

第176~177天 小儿呕吐需要重视 / 143

第178~179天 及早发现宝宝发育迟缓 / 144

亲子小游戏 照镜子 / 144

第180天 第6个月智能发育测试 / 145

第7个月 宝宝开始认生

第181天 第7个月宝宝发育指标 / 147

第182~183天 可以添加固体食物了 / 148

亲子小游戏 开抽屉取物 / 148

第184~185天 饮食习惯，从现在开始培养 / 148

第186~187天 吃饭，宝宝有自己的方式 / 149

第188~189天 巧手妈妈自制磨牙棒 / 150

第190~191天 使用安抚奶嘴的利弊 / 150

亲子小游戏 爸爸的声音 / 151

第192~193天 宝宝的依恋情感逐渐转换 / 151

第194~195天 教宝宝指认身体部位 / 152

第196~197天 宝宝可以看电视吗 / 153

第198~199天 训练宝宝自己排便 / 153

亲子小游戏 黑和白 / 154

第200~201天 宝宝误服药片怎么办 / 154

第202~203天 如何防治宝宝夏季腹泻 / 155

第204~205天 谨防小儿急性喉炎 / 155

亲子小游戏 吹吹风 / 156

第206~207天 如何进行手部训练 / 156

第208~209天 宝宝辅食的黑名单 / 157

第210天 第7个月智能发育测试 / 158

第8个月 爬行开拓新视界

第211天 第8个月宝宝发育指标 / 160

第212~213天 宝宝为什么爱咬指甲 / 161

亲子小游戏 拍拍脚掌 / 161

第214~215天 训练宝宝的语言和理解能力 / 162

第216~217天 爬行, 促进宝宝身心发育 / 162

第218~219天 训练宝宝爬行 / 163

第220~221天 给宝宝最健康的零食 / 164

第222~223天 婴儿入睡后打鼾怎么办 / 165

第224~225天 体弱的宝宝应精心照顾 / 165

第226~227天 如何防止宝宝秋季上火 / 166

第228~229天 宝宝为什么会手脚发凉 / 167

亲子小游戏 旋转 / 167

第230~231天 尽早发现宝宝的天赋 / 167

第232~233天 宝宝手部灵活动作训练 / 168

亲子小游戏 手指在这里 / 169

第234~235天 培养良好的生活习惯 / 169

第236~237天 预防宝宝呼吸道感染 / 170

第238~239天 该不该给宝宝吃强化食品 / 171

第240天 第8个月智能发育测试 / 172

第9个月 努力站起来

第241天 第9个月宝宝发育指标 / 174

第242~243天 增强宝宝的视听能力 / 175

第244~245天 训练宝宝扶物站立 / 175

亲子小游戏 咕噜滚一滚 / 176

第246~247天 怎样教宝宝认识五官 / 176

第248~249天 正确对待宝宝的依恋情感 / 177

亲子小游戏 声音的高低起伏 / 177

第250~251天 宝宝的补钙食物大盘点 / 178

第252~253天 可以在家养小宠物吗 / 178

第254~255天 不要给宝宝抠耳朵 / 179

第256~257天 勤给宝宝洗洗脚 / 179

第258~259天 宝宝每天需要多少水 / 180

第260~261天 如何培养宝宝的自信心 / 181

第262~263天 训练宝宝的语言能力 / 181

亲子小游戏 抬起来 / 182

第264~265天 让宝宝学会分享 / 182

第266~267天 突发幼儿急疹的护理 / 183

第268~269天 小儿佝偻病的防治 / 184

第270天 第9个月智能发育测试 / 185

第10个月 自我意识萌发

第271天 第10个月宝宝发育指标 / 187

第272~273天 让宝宝拥有自我空间 / 188

亲子小游戏 荡秋千 / 188

第274~275天 宝宝的自我意识萌发 / 188

第276~277天 解决宝宝睡眠不踏实 / 189

亲子小游戏 认知室内物品 / 189

第278~279天 给宝宝听音乐, 培养乐感 / 190

第280~281天 如何应对宝宝磨牙 / 190

亲子小游戏 越过枕头山吧 / 191

第282~283天 警惕宝宝营养过剩 / 191

第284~285天 什么时候断奶好 / 192

亲子小游戏 手指的屈伸 / 192

第286~287天 多给宝宝吃蔬菜 / 193

第288~289天 宝宝便秘怎么办 / 194

第290~291天 给宝宝保暖很重要 / 195

第292~293天 宝宝的动作训练 / 195

第294~295天 宝宝的语言训练 / 196

第296~297天 培养宝宝的阅读兴趣 / 197

第298~299天 为宝宝挑选学步鞋 / 198

亲子小游戏 玩水 / 198

第300天 第10个月智能发育测试 / 199

第11个月 站立是独立的开端

第301~302天 第11个月宝宝发育指标 / 201

第303~304天 科学地给宝宝断奶 / 202

亲子小游戏 指令操作 / 202

第305~306天 如何让宝宝感受快乐 / 203

第307~308天 帮助宝宝克服恐惧感 / 203

第309~310天 教宝宝学站立 / 204

第311~312天 宝宝学走路的误区 / 204

亲子小游戏 木琴演奏 / 205

第313~314天 宝宝使用学步车好吗 / 205

第315~316天 营造安全的家居环境 / 206

第317~318天 宝宝多吃甜食的危害 / 206

第319~320天 宝宝患口腔溃疡怎么办 / 207

亲子小游戏 谁吹出来的气 / 207

第321~322天 训练宝宝的注意力 / 208

第323~324天 独立性培养：鼓励是关键 / 208

第325~326天 正确引导宝宝说话 / 209

亲子小游戏 用棍子够玩具 / 209

第327~328天 准备一个家庭常备药箱 / 210

第329~330天 第11个月智能发育测试 / 211

第12个月 迈出人生第一步

第331~332天 第12个月宝宝发育指标 / 213

第333~334天 教宝宝学走路的方法 / 214

第335~336天 “八字脚”是怎么回事 / 214

亲子小游戏 钓鱼游戏 / 215

第337~338天 宝宝的语言快速发展 / 215

第339~340天 训练宝宝的自我意识 / 216

亲子小游戏 摸脚尖 / 216

第341~342天 宝宝不能再穿开裆裤 / 217

第343~344天 宝宝断奶后的饮食 / 217

第345~346天 预防“断奶综合征” / 218

第347~348天 训练宝宝自己用汤匙吃饭 / 219

亲子小游戏 拔河比赛 / 219

第349~350天 宝宝出水痘了怎么办 / 220

第351~352天 影响宝宝健康成长的因素 / 220

亲子小游戏 玩铁筒 / 221

第353~354天 从睡眠状态看宝宝健康(1) / 221

第355~356天 从睡眠状态看宝宝健康(2) / 222

第357~358天 带宝宝外出的必备用品 / 223

亲子小游戏 画图和写字 / 223

第359~360天 第12个月智能发育测试 / 224

第1个月 护理新生儿



经过了十个月的盼望与期待，那可爱的粉嘟嘟的小脸映入你的眼帘，无论是男孩还是女孩，你已然顾不上，惊喜的微笑中带着泪花，这是你们的杰作，来自身体与灵魂的结合。

索引

本月内容
分类查阅

● 生理特点

- 新生儿阿氏评分 / 10
- 新生儿的特殊生理状态 / 11
- 新生儿的先天反射活动 / 11

● 科学喂养

- 尽早让新生儿吸吮母乳 / 12
- 初乳对宝宝非常重要 / 13
- 科学喂养，按需哺乳 / 14
- 喂奶的时间和次数 / 25
- 怎样提高母乳的质量 / 26
- 如何判断母乳不足 / 27
- 母乳不足时如何喂养 / 27
- 母乳喂养有哪些误区 / 28
- 新生儿吐奶正常吗 / 29

● 日常护理

- 新生儿脐带的护理 / 14
- 给新生儿洗澡有学问 / 15

- 正确包裹新生儿 / 16
- 选择纸尿裤还是尿布 / 17
- 学会给新生儿换尿布 / 18
- 新生儿的睡眠与睡姿 / 19
- 新生儿寝具的选择 / 20
- 正确选择婴儿床 / 21
- 如何为新生儿选择衣服 / 22
- 新生儿居室环境的要求 / 23
- 新生儿的口腔护理 / 23
- 清洁新生儿的眼、耳、鼻 / 24
- 新生儿护理的七种误区(1) / 30
- 新生儿护理的七种误区(2) / 31

● 体能与智力发育

- 新生儿简易的健身方法 / 31
- 如何给新生儿按摩 / 32
- 与新生儿建立亲密关系 / 33
- 第1个月智能发育测试 / 34

万理●主编

北京医院婴儿室专家、主任医师

科学 育儿

每天一课

中国人口出版社
China Population Publishing House
全国百佳出版单位

图书在版编目 (CIP) 数据

科学育儿每天一课/万理主编. —北京: 中国人口出版社, 2014.5

ISBN 978-7-5101-2515-7

I. ①科… II. ①万… III. ①婴幼儿—哺育—基本知识
IV. ①TS976.31

中国版本图书馆CIP数据核字 (2014) 第105812号



最科学、最实用的
育儿同步读本

科学育儿每天一课

万理 主编

出版发行	中国人口出版社
印刷	北京世汉凌云印刷有限公司
开本	710×1020 1/16
印张	14
字数	140千字
版次	2014年11月第1版
印次	2014年11月第1次印刷
书号	ISBN 978-7-5101-2515-7
定价	29.80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	北京市西城区广安门南街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

第1个月 护理新生儿

- 第1天 新生儿阿氏评分 / 10
- 第2天 新生儿的特殊生理状态 / 11
- 第3天 新生儿的先天反射活动 / 11
- 亲子小游戏** 笑一笑 / 12
- 第4天 尽早让新生儿吸吮母乳 / 12
- 第5天 初乳对宝宝非常重要 / 13
- 亲子小游戏** 听妈妈说话 / 13
- 第6天 科学喂养, 按需哺乳 / 14
- 第7天 新生儿脐带的护理 / 14
- 第8天 给新生儿洗澡有学问 / 15
- 第9天 正确包裹新生儿 / 16
- 第10天 选择纸尿裤还是尿布 / 17
- 亲子小游戏** 看妈妈 / 17
- 第11天 学会给新生儿换尿布 / 18
- 第12天 新生儿的睡眠与睡姿 / 19
- 亲子小游戏** 看一看 / 19
- 第13天 新生儿寝具的选择 / 20
- 第14天 正确选择婴儿床 / 21
- 亲子小游戏** 说悄悄话 / 21
- 第15天 如何为新生儿选择衣服 / 22
- 第16天 新生儿居室环境的要求 / 23
- 第17天 新生儿的口腔护理 / 23
- 第18天 清洁新生儿的眼、耳、鼻 / 24
- 第19天 喂奶的时间和次数 / 25
- 第20天 怎样提高母乳的质量 / 26
- 第21天 如何判断母乳不足 / 27
- 第22天 母乳不足时如何喂养 / 27
- 亲子小游戏** 听铃声 / 28
- 第23天 母乳喂养有哪些误区 / 28
- 第24天 新生儿吐奶正常吗 / 29
- 亲子小游戏** 追着看 / 30
- 第25天 新生儿护理的七种误区(1) / 30
- 第26天 新生儿护理的七种误区(2) / 31
- 第27天 新生儿简易的健身方法 / 31
- 亲子小游戏** 拉拉看 / 32
- 第28天 如何给新生儿按摩 / 32
- 第29天 与新生儿建立亲密关系 / 33
- 第30天 第1个月智能发育测试 / 34

第2个月 快速成长发育

- 第31天 第2个月宝宝发育指标 / 36
- 第32天 给满月宝宝进行健康检查 / 37
- 第33天 宝宝需要哪些营养素 / 37
- 第34天 为宝宝选择四季穿的衣物 / 38
- 第35天 抱宝宝的正确姿势 / 39
- 第36天 喂奶的正确姿势 / 40
- 第37天 给婴儿剪指甲和清理头垢 / 41
- 第38天 如何给婴儿洗手和脸 / 41
- 亲子小游戏** 一动就响 / 42
- 第39天 如何给婴儿洗头 / 42
- 第40天 怎样护理好宝宝的皮肤 / 43
- 亲子小游戏** 踢被子 / 43
- 第41天 及早给宝宝看黑白图片 / 44
- 第42天 如何让宝宝获得良好睡眠 / 45

第43天 教宝宝练习抬头 / 46

亲子小游戏 抬头 / 46

第44天 奶水不足如何“催奶” / 47

第45天 哺乳时应注意哪些问题 / 48

第46天 哪些情况不宜哺乳 / 48

亲子小游戏 抓一抓 / 49

第47天 部分母乳喂养和人工喂养 / 49

第48天 人工喂养宝宝的四个要点 / 50

第49天 给宝宝喂配方奶的正确方法 / 51

第50天 喂牛奶有哪些误区 / 51

第51天 如何纠正宝宝乳头错觉 / 52

亲子小游戏 用脚蹬 / 53

第52天 开始给宝宝补充维生素 / 53

第53天 如何选择奶瓶和奶嘴 / 54

第54天 夜间喂奶的注意事项 / 54

第55天 户外活动时需注意什么 / 55

亲子小游戏 听见了吗 / 56

第56天 婴儿可以进行日光浴吗 / 56

亲子小游戏 藏猫猫 / 57

第57天 和宝宝做婴儿被动操(1) / 57

第58天 和宝宝做婴儿被动操(2) / 58

第59天 宝宝预防接种时间参照表 / 59

第60天 第2个月智能发育测试 / 60

第3个月 宝宝会抬头了

第61天 第3个月宝宝发育指标 / 62

第62天 怎样保护婴儿的眼睛 / 63

第63天 怎样保护婴儿的听力 / 63

第64天 给宝宝测身高、体重、头围 / 64

亲子小游戏 拉过来 / 64

第65天 定期给宝宝做体检 / 65

第66天 如何防止宝宝睡偏头 / 65

亲子小游戏 外面真奇妙 / 66

第67天 预防宝宝长痱子 / 66

第68天 哺乳妈妈用药需小心 / 67

第69天 应对宝宝哭泣8个妙招 / 68

第70天 冲调配方奶粉的技巧 / 68

第71天 如何给宝宝科学补水 / 69

亲子小游戏 声音在哪里 / 69

第72天 给宝宝喂点果汁 / 69

第73天 可以给宝宝喂点菜水 / 70

亲子小游戏 握住 / 70

第74天 如何正确保存母乳 / 71

第75天 宝宝厌食牛奶怎么办 / 71

第76天 婴儿尿布疹的防治措施 / 72

第77天 让宝宝远离蚊虫叮咬 / 72

亲子小游戏 看口形 / 73

第78天 宝宝流口水正常吗 / 73

第79天 宝宝打嗝是怎么回事 / 74

第80天 婴儿昼夜颠倒如何纠正 / 75

第81天 含奶头睡觉危险多 / 75

第82天 学会辨别宝宝的哭声 / 76

亲子小游戏 荡起来 / 76

第83天 宝宝为什么会夜啼 / 77

第84天 给宝宝选择袜子的诀窍 / 77

第85天 培养宝宝的生活规律 / 78

第86天 婴儿需要什么样的枕头 / 79

第87天 和宝宝亲善相处 / 80

亲子小游戏 试着翻 / 80

第88天 教宝宝认识身边的事物 / 80

第89天 宝宝的感官训练 / 81

亲子小游戏 节奏感训练 / 81

第90天 第3个月智能发育测试 / 82

第4个月 开始添加辅食

第91天 第4个月宝宝发育指标 / 84

第92天 宝宝的味觉发育迅速 / 85

第93天 开始添加辅食了 / 85

亲子小游戏 拍拍打打 / 86

第94天 宝宝辅食的烹调要领 / 86

第95天 过早添加辅食有害无益 / 87

第96天 让宝宝皮肤水嫩的秘诀 / 88

第97天 从舌头看宝宝健康状况 / 89

亲子小游戏 “斗斗飞” / 89

第98天 训练宝宝用匙吃食物 / 90

第99天 让宝宝快乐进食的方法 / 90

第100天 从宝宝的指甲看健康 / 91

第101天 给宝宝补钙要适量 / 92

亲子小游戏 不倒翁 / 92

第102天 宝宝生病慎用抗生素 / 93

第103天 怎样给宝宝喂药 / 93

第104天 预防小儿缺铁性贫血 / 94

第105天 宝宝在家游泳注意事项 / 95

第106天 母婴交流的4种方法 / 96

第107天 宝宝开始咿呀学语 / 97

亲子小游戏 “再见” / 97

第108天 掌握宝宝的睡眠规律 / 97

第109天 宝宝出汗多正常吗 / 98

第110天 锻炼宝宝手眼协调能力 / 99

亲子小游戏 球跑了 / 99

第111天 宝宝开始认人了 / 99

第112天 宝宝的安全防护不可少 / 100

第113天 选购适合宝宝的玩具 / 101

第114天 用彩色图片教宝宝认识事物 / 101

第115天 体能训练,让宝宝坐得稳 / 102

亲子小游戏 手指游戏 / 102

第116天 认知训练,开阔宝宝眼界 / 103

亲子小游戏 听音乐 / 103

第117天 游戏,让智能快速发育 / 104

第118天 如何训练宝宝翻身 / 104

第119天 如何训练宝宝坐 / 105

亲子小游戏 递来递去 / 105

第120天 第4个月智能发育测试 / 106

第5个月 宝宝会翻身了

第121天 第5个月宝宝发育指标 / 108

第122天 训练宝宝的身体协调能力 / 109

第123天 开始区别亲人和陌生人 / 109

第124天 宝宝的语言表达更丰富了 / 110

第125天 如何应对宝宝吮手指 / 110

亲子小游戏 往外拿 / 111

第126天 添加辅食的种类和喂法 / 111

第127天 纠正宝宝的不良饮食习惯 / 112

亲子小游戏 走来走去的玩具 / 113

第128天 让宝宝远离污染的食品 / 113

第129天 把食物嚼碎后喂孩子好吗 / 114

亲子小游戏 骑大马 / 114

第130天 怎样给宝宝喂菜泥、水果泥 / 114

第131天 宝宝暂不能吃调味品 / 115

第132天 宝宝应该喝什么样的水 / 116

亲子小游戏 5个小朋友 / 116

第133天 如何避免宝宝发胖 / 117

亲子小游戏 拨算珠 / 117

第134天 上班族妈妈如何母乳喂养 / 118

第135天 大便变化关乎宝宝健康 / 118

第136天 如何防治宝宝营养不良 / 119

第137天 宝宝应远离“二手烟” / 120

亲子小游戏 扔进去 / 120

第138天 儿童哮喘的家庭护理 / 121

第139天 婴儿湿疹重在家庭护理 / 122

第140天 小儿便血要追根究底 / 122

亲子小游戏 向前爬 / 123

第141天 宝宝排尿多是什么原因 / 123

第142天 小儿腹胀的家庭防治 / 124

第143天 谨防发生肠套叠 / 124

亲子小游戏 拍拍手 / 125

第144天 形形色色的小儿感冒 / 125

第145天 怎样给宝宝测量体温 / 126

第146天 宝宝撕纸要多鼓励 / 126

亲子小游戏 看看里面是什么 / 127

第147天 教宝宝说“再见” / 127

第148天 训练宝宝的手指 / 128

第149天 读懂宝宝的手语 / 129

第150天 第5个月智能发育测试 / 130

第6个月 宝宝乳牙萌出

第151天 第6个月宝宝发育指标 / 132

第152~153天 宝宝可以吃米饭了吗 / 133

亲子小游戏 撕纸 / 133

第154~155天 给宝宝添加肉类辅食 / 134

第156~157天 宝宝乳牙开始萌出 / 135

第158~159天 怎样保护宝宝的乳牙 / 136

第160~161天 宝宝为什么会掉发 / 136

亲子小游戏 掏出来 / 137

第162~163天 引发宝宝说话的欲望 / 137

第164~165天 宝宝为什么喜欢扔玩具 / 138

第166~167天 宝宝咳嗽是怎么回事 / 139

第168~169天 宝宝为何易发生气管异物 / 139

亲子小游戏 钻山洞 / 140

第170~171天 宝宝气管异物的急救和预防 / 140

第172~173天 正确选择小儿非处方药 / 141

第174~175天 宝宝流鼻涕要正确处理 / 142

第176~177天 小儿呕吐需要重视 / 143

第178~179天 及早发现宝宝发育迟缓 / 144

亲子小游戏 照镜子 / 144

第180天 第6个月智能发育测试 / 145

第7个月 宝宝开始认生

第181天 第7个月宝宝发育指标 / 147

第182~183天 可以添加固体食物了 / 148

亲子小游戏 开抽屉取物 / 148

第184~185天 饮食习惯,从现在开始培养 / 148

第186~187天 吃饭,宝宝有自己的方式 / 149

第188~189天 巧手妈妈自制磨牙棒 / 150

第190~191天 使用安抚奶嘴的利弊 / 150

亲子小游戏 爸爸的声音 / 151

第192~193天 宝宝的依恋情感逐渐转换 / 151

第194~195天 教宝宝指认身体部位 / 152

第196~197天 宝宝可以看电视吗 / 153

第198~199天 训练宝宝自己排便 / 153

亲子小游戏 黑和白 / 154

第200~201天 宝宝误服药片怎么办 / 154

第202~203天 如何防治宝宝夏季腹泻 / 155

第204~205天 谨防小儿急性喉炎 / 155

亲子小游戏 吹吹风 / 156

第206~207天 如何进行手部训练 / 156

第208~209天 宝宝辅食的黑名单 / 157

第210天 第7个月智能发育测试 / 158

第8个月 爬行开拓新视界

第211天 第8个月宝宝发育指标 / 160

第212~213天 宝宝为什么爱咬指甲 / 161

亲子小游戏 拍拍脚掌 / 161

第214~215天 训练宝宝的语言和理解能力 / 162

第216~217天 爬行, 促进宝宝身心发育 / 162

第218~219天 训练宝宝爬行 / 163

第220~221天 给宝宝最健康的零食 / 164

第222~223天 婴儿入睡后打鼾怎么办 / 165

第224~225天 体弱的宝宝应精心照顾 / 165

第226~227天 如何防止宝宝秋季上火 / 166

第228~229天 宝宝为什么会手脚发凉 / 167

亲子小游戏 旋转 / 167

第230~231天 尽早发现宝宝的天赋 / 167

第232~233天 宝宝手部灵活动作训练 / 168

亲子小游戏 手指在这里 / 169

第234~235天 培养良好的生活习惯 / 169

第236~237天 预防宝宝呼吸道传染病 / 170

第238~239天 该不该给宝宝吃强化食品 / 171

第240天 第8个月智能发育测试 / 172

第9个月 努力站起来

第241天 第9个月宝宝发育指标 / 174

第242~243天 增强宝宝的视听能力 / 175

第244~245天 训练宝宝扶物站立 / 175

亲子小游戏 咕噜滚一滚 / 176

第246~247天 怎样教宝宝认识五官 / 176

第248~249天 正确对待宝宝的依恋情感 / 177

亲子小游戏 声音的高低起伏 / 177

第250~251天 宝宝的补钙食物大盘点 / 178

第252~253天 可以在家养小宠物吗 / 178

第254~255天 不要给宝宝抠耳朵 / 179

第256~257天 勤给宝宝洗洗脚 / 179

第258~259天 宝宝每天需要多少水 / 180

第260~261天 如何培养宝宝的自信心 / 181

第262~263天 训练宝宝的语言能力 / 181

亲子小游戏 抬起来 / 182

第264~265天 让宝宝学会分享 / 182

第266~267天 突发幼儿急疹的护理 / 183

第268~269天 小儿佝偻病的防治 / 184

第270天 第9个月智能发育测试 / 185

第10个月 自我意识萌发

第271天 第10个月宝宝发育指标 / 187

第272~273天 让宝宝拥有自我空间 / 188

亲子小游戏 荡秋千 / 188

第274~275天 宝宝的自我意识萌发 / 188

第276~277天 解决宝宝睡眠不踏实 / 189

亲子小游戏 认知室内物品 / 189

第278~279天 给宝宝听音乐, 培养乐感 / 190

第280~281天 如何应对宝宝磨牙 / 190

亲子小游戏 越过枕头山吧 / 191

第282~283天 警惕宝宝营养过剩 / 191

第284~285天 什么时候断奶好 / 192

亲子小游戏 手指的屈伸 / 192

第286~287天 多给宝宝吃蔬菜 / 193

第288~289天 宝宝便秘怎么办 / 194

第290~291天 给宝宝保暖很重要 / 195

第292~293天 宝宝的动作训练 / 195

第294~295天 宝宝的语言训练 / 196

第296~297天 培养宝宝的阅读兴趣 / 197

第298~299天 为宝宝挑选学步鞋 / 198

亲子小游戏 玩水 / 198

第300天 第10个月智能发育测试 / 199

第11个月 站立是独立的开端

第301~302天 第11个月宝宝发育指标 / 201

第303~304天 科学地给宝宝断奶 / 202

亲子小游戏 指令操作 / 202

第305~306天 如何让宝宝感受快乐 / 203

第307~308天 帮助宝宝克服恐惧感 / 203

第309~310天 教宝宝学站立 / 204

第311~312天 宝宝学走路的误区 / 204

亲子小游戏 木琴演奏 / 205

第313~314天 宝宝使用学步车好吗 / 205

第315~316天 营造安全的家居环境 / 206

第317~318天 宝宝多吃甜食的危害 / 206

第319~320天 宝宝患口腔溃疡怎么办 / 207

亲子小游戏 谁吹出来的气 / 207

第321~322天 训练宝宝的注意力 / 208

第323~324天 独立性培养：鼓励是关键 / 208

第325~326天 正确引导宝宝说话 / 209

亲子小游戏 用棍子够玩具 / 209

第327~328天 准备一个家庭常备药箱 / 210

第329~330天 第11个月智能发育测试 / 211

第12个月 迈出人生第一步

第331~332天 第12个月宝宝发育指标 / 213

第333~334天 教宝宝学走路的方法 / 214

第335~336天 “八字脚”是怎么回事 / 214

亲子小游戏 钓鱼游戏 / 215

第337~338天 宝宝的语言快速发展 / 215

第339~340天 训练宝宝的自我意识 / 216

亲子小游戏 摸脚尖 / 216

第341~342天 宝宝不能再穿开裆裤 / 217

第343~344天 宝宝断奶后的饮食 / 217

第345~346天 预防“断奶综合征” / 218

第347~348天 训练宝宝自己用汤匙吃饭 / 219

亲子小游戏 拔河比赛 / 219

第349~350天 宝宝出水痘了怎么办 / 220

第351~352天 影响宝宝健康成长的因素 / 220

亲子小游戏 玩铁筒 / 221

第353~354天 从睡眠状态看宝宝健康(1) / 221

第355~356天 从睡眠状态看宝宝健康(2) / 222

第357~358天 带宝宝外出的必备用品 / 223

亲子小游戏 画图 and 写字 / 223

第359~360天 第12个月智能发育测试 / 224