



北京儿童医院院长倪鑫推荐

超值
白金版

彩色图文版

主编 金玉莲

SHIYONG

JIATING

YUER

BAIKE

实用家庭 (0~6岁) 育儿百科

ARTIME
时代出版

时代出版传媒股份有限公司
安徽科学技术出版社

北京儿童医院院长倪鑫推荐

超值
白金版

彩色图文版

主编 金玉莲

SHIYONG

JIATING

YUER

BAIKE

实用家庭 育儿百科

ARTIME
时代出版

时代出版传媒股份有限公司
安徽科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

实用家庭育儿百科/金玉莲主编. —合肥:安徽科学技术出版社, 2014. 9

ISBN 978-7-5337-6384-8

I. ①实… II. ①金… 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 164618 号

实用家庭育儿百科

主编 金玉莲

出版人: 黄和平

选题策划: 黄和平

责任编辑: 吴玲

责任校对: 程苗

责任印制: 廖小青

封面设计: 王艳

出版发行: 时代出版传媒股份有限公司 <http://www.press-mart.com>

安徽科学技术出版社 <http://www.ahstp.net>

(合肥市政务文化新区翡翠路 1118 号出版传媒广场, 邮编: 230071)

电话: (0551)63533323

印制: 合肥华云印务有限责任公司 电话: (0551)63418899

(如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与印刷厂商联系调换)

开本: 710×1010 1/16

印张: 30

字数: 538 千

版次: 2014 年 9 月第 1 版

2014 年 9 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5337-6384-8

定价: 49.80 元

版权所有, 侵权必究

主 编 金玉莲

名誉主编 倪 鑫

副 主 编 冷志勤 阮珊三 白继庚 黄松明

编 者 (以姓氏拼音为序)

白继庚	毕良学	卞基凤	曹永胜	陈爱武	陈必全
陈 婧	陈露露	陈雨青	成 琦	成 钊	承大松
程 杰	程乐梅	程玉春	迟海燕	戴立英	丁 力
董文旭	董 扬	窦 莹	段明霞	段贤伦	方识进
傅燕娜	高 群	葛宏松	郭 军	何远知	胡海燕
胡克非	胡艳艳	华 山	黄 超	黄丽华	黄松明
黄晓碧	黄 璇	江家云	江亮亮	江 荣	蒋 艳
解启莲	金丹群	金利萍	金秀萍	金玉莲	开红霞
冷志勤	李传应	李 红	李俊侠	李司南	李 婷
李先红	李 艳	李 阳	林宏华	林 丽	刘光辉
刘 翔	刘 项	刘亦芳	龙 云	卢林阳	卢贤映
马金凤	倪 虹	倪进兵	宁 波	潘月蓉	彭 博
戚士芹	祁晓慧	齐 玲	秦桂萍	秦 臻	屈丽君
阮珊三	尚启云	尚寅耀	舒中宇	宋从磊	苏 娱
孙 军	汪海涛	汪 俭	王国琴	王 婷	王向荣
王 亚	王 燕	王运功	王 震	魏 文	温祖芳
吴 蓓	吴 成	吴计划	徐宝珍	徐达良	徐 靖
徐学翠	许 喆	杨 斌	杨广娥	杨贵明	杨荣强
杨 婷	杨 阳	杨泽玉	叶 桓	叶小飞	叶学良
叶玉华	余 东	余祖琳	袁 辉	袁 晟	张翠云
张大海	张 功	张 健	张茂燕	张 敏	张业平
张志明	张智慧	赵 胜	赵 燕	赵忠礼	郑 洪
钟 林	周陶成	朱利娟	朱文庆		

插 图 丁 慧

秘 书 梁立科 李姗姗 吕剑梅

金玉莲 教授、主任医师、硕士生导师。现任安徽省儿童医院院长、党委书记,安徽省人民政府参事,中国医院管理协会理事,安徽省儿童医疗协会会长,安徽省医学会副会长,安徽医院管理协会副会长,安徽省妇幼保健协会副会长,中国共产党安徽省第九次代表大会党代表。

金玉莲教授长期从事医疗卫生管理工作和医疗卫生体制改革的研究。1993 年任宁国市卫生局局长、党委书记、党组书记期间,开创了中国农村医疗卫生事业体制改革的先河,率先在宁国实行农村合作医疗和乡村一体化管理,在安徽省第一个实现初级卫生保健“全覆盖”,此举受到了国务院的表彰和《人民日报》的赞誉,竖起了安徽省农村医疗卫生体制改革的一面旗帜,宁国成为全国先进典型,一度出现了全省 65 个县轮流来参观学习的盛况;她在先后担任安徽省肺科医院院长和安徽省儿童医院院长期间,临危受命带领两所百废待兴的省级医院华丽转型,建设发展成为现代化的花园式医院;她在防治结核病、抗击非典、防治手足口病、“三聚氰胺”问题奶粉等重大突发性公共卫生事件中都顶在风口浪尖,为保护人民的生命安全做出了突出的贡献;她胸怀全省,率先在全国成立首家安徽省儿童医疗协会,制定了《安徽省十二五儿童医疗救治体系建设指导意见》,启动全国首家儿童 120 院前急救转运系统,构建覆盖全省的省市县乡村五级联动的儿童医疗救治网络体系,在她带领下的安徽省儿童医院在全国率先成为北京儿童医院集团首批合作医院之一。

金玉莲教授先后荣获:2003 年全国巾帼建功模范院长、全国抗击非典先进个人、安徽省防治非典型肺炎工作优秀共产党员;2005 年、2007 年第五、第六届中国“十大女杰”提名奖;2006 年全国先进科技工作者、全国结核病防治工作先进个人、“江淮十大女杰”;2008 年中国改革开放 30 年“百名女性新闻人物”;2009 年全国卫生应急工作先进个人、安徽省卫生系统优秀院长;2010 年全国医药卫生系统先进个人、全国优秀医院院长;2011 年全国巾帼建功标兵;2012 年全国卫生系统先进工作者;2013 年全国五一劳动奖章获得者。

金玉莲教授近年来在国内外杂志上发表的主要论文有 25 余篇。由她任第一作者在《Neural Regeneration Research》(《神经再生杂志》)发表 SCI 论文 1 篇,



主持国家级科研课题 3 项。2013 年由她担任课题负责人的安徽省科技攻关项目《安徽省儿童重大突发公共卫生事件应急救治体系及相关技术研究》、安徽省软科学研究计划项目《安徽省基层儿科人力资源现状和培养体系构建战略研究》先后立项。近年由金玉莲教授主编的著作有:《结核病人与呼吸系统疾病的诊治》、《儿科疑难病例精选》(荣获第 24 届华东地区科技出版社优秀科技图书二等奖)、《基层儿科医师诊疗大全》。

近 3 年来媒体刊发关于金玉莲教授的报道约 50 篇次,主要有新华社以《安徽医改“女先锋”》为题发动态清样。新华社发通稿《安徽医改“女先锋”金玉莲:生命不息前行不止》,中国青年报、安徽日报、新安晚报、安徽市场报、江淮晨报等各大媒体以及搜狐网等网络媒体纷纷给予刊发。中国妇女报整版《金玉莲的三十年:“每一站”都尽情绽放》。健康报头版《金玉莲:有一股拼命三郎的劲头》。新华网《金玉莲:跃动在 33 年奋斗路上的医者大爱》。凤凰网领航中国《一切为了人民的健康,坎坷路上的医者大爱》。



随着社会、经济的飞速发展,人们所关注的育儿已经不仅仅是解决吃喝拉撒的简单问题,如今,家庭和社会最为期待的是儿童的科学喂养、科学呵护、科学培育以及有效预防意外伤害等与健康成长密切相关的问题。为此,安徽省儿童医院金玉莲院长牵头组织了一批具有丰富临床经验的医疗、预防、保健和护理方面的专家编著了这本《实用家庭育儿百科》。

安徽省儿童医院是全省唯一一所集医疗、预防、保健、康复、急救以及教学、科研为一体的大型综合性儿童专科医院。医护人员在完成日常繁重的医疗任务的同时,又承担着公共卫生突发性事件(如问题奶粉、手足口病的暴发流行、儿童铅中毒)和各种传染性疾病的救治任务,他们是儿童健康的守护神。

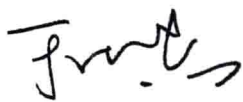
2010年医院成立20周年之际,金玉莲院长带领她的团队出版了《儿科疑难病例精选》一书,得到了普遍好评。现在又应广大家长的需求,精心编写了这本《实用家庭育儿百科》。本书编写者从事儿科工作多年,临床经验丰富,他们精选了平时家长就诊时常常咨询和关心的804个问题深入浅出地予以解答,同时也借鉴了国内外育儿保健方面的最新进展和成熟经验,是一本理论与实际紧密结合实用性强的育儿宝典。

本书的重点放在学龄前儿童,尤其是0~3岁,这是儿童成长发育最重要、最关键的时期。内容涉及从孕前父母的注意事项到准妈妈的各项准备工作,从如何喂养到具体营养指导,从儿童体格和行为特点到如何进行早期教育,从环境要求到日常照护,从预防接种到各年龄段可能碰到的异常情况,从如何就医到安全用药,从如何预防小儿意外伤害到家庭基本急救知识,从小儿常见疾病诊治知识到居家护理要点,都通过问答形式进行了简明扼要的叙述和解答。

育儿是一门深奥的学问,它没有一个万能的公式遵循,需要我们在育儿实践中不断摸索和积累。但阅读本书您能获得可信赖的答案和建议,让年轻的父母更有信心,遇到问题能从容应对。相信在这本书的陪伴下,您的育儿过程将少走一些弯路,您的宝贝将少受疾病困扰,更加健康快乐地茁壮成长!

培育一个健康、聪明、快乐的儿童是我们共同的心愿,让我们共同努力。

安徽省卫生和计划
生育委员会主任



2014年7月

孩子是上天赐予父母一生中最珍贵的礼物！一个可爱天使的降临，带给我们的是感动、是幸福、是希望，同时也是责任、是承诺、是为人父母的重担！经过整整十个月的期盼，当年轻的父母第一次把这个粉嫩的小生命抱在了怀里，开心激动的同时，难题也接踵而至，怎样做好从新生儿到婴幼儿平稳过渡的日常护理保健、如何安排适合宝宝的食谱和活动、如何进行宝宝常见病的防治等一系列的问题让初为父母的爸爸妈妈无数次感到无助、茫然和疲累；如何能让宝宝正常发育、健康成长，这一严峻的问题伴随着宝宝呱呱坠地后的一举一动、一颦一笑无时无刻不牵动着父母的心，牵绊着全家人的希望。如何指导家长们养出一名健康聪明的宝宝，是我从医多年来孜孜不倦的追求！

所以，我凝聚安徽省儿童医院多位儿科医学专家多年来对生命的感知和思考，对儿童健康事业真挚无私的爱和奉献，早期育儿和科学育儿的宝贵临床经验和做法，编撰这本经典实用、便于查阅的《实用家庭育儿百科》，为宝宝们的茁壮成长提供一系列科学合理的饮食计划，细致全面的日常照护，周密详尽的生长观察，科学实用的疾病预防和初步诊治，让父母们给宝宝营造一个远离危险，远离伤害，远离疾病，远离痛苦，幸福快乐、安全舒适的成长环境！

本书涵盖的年龄段从宝宝出生前、新生儿期、婴儿期、幼儿期一直到上小学前，这是儿童生长发育最重要、最关键的阶段。内容丰富，从如何喂养到营养指导，从生长发育到早期教育，从环境要求到日常护理，从如何就医到安全用药，从常见疾病诊治的基本知识到如何进行家庭护理，从小儿意外伤害的预防到家庭基本急救常识一一给予介绍。全书虽全部由医学专家撰写，但不是根据教科书简单改写，而主要以问答的形式、通俗的语言就家长特别关注和育儿过程中常遇到的一些问题，例如发热、腹泻、肠炎等，还有一些社会关注的问题，如手足口病、问题奶粉引起肾结石、铅中毒等进行深入浅出的解答。

本书所配的300余幅插图全部出自聋哑姑娘丁慧之手，她历时3个月，克服了很多困难，用她独特的聪慧、才华和爱心让这本书更加生动、活泼、易读。

我们深信，广大读者一定会从中吸取实用的育儿知识和经验，让家长在束手无策时找到解决问题的“钥匙”，从而少走弯路、偏路。本书尤其适合年轻父母和家庭其他成员、幼师、社区及政府有关妇幼保健人员、医务人员阅读。

在本书编撰过程中,安徽省有关领导给予了高度关注和热情支持。安徽省卫生和计划生育委员会于德志主任在百忙之中为本书作序,体现了对我院广大从事儿童健康事业医护人员的关心和对全省2000万儿童的厚爱,是对我们的极大鼓舞和支持,我们表示衷心的感谢和深深的敬意!同时,北京儿童医院集团倪鑫院长以及集团成员单位给予了大力支持、安徽省卫生和计划生育委员会原科技处黄连帅处长给予了具体指导和帮助,在此一并表示衷心的感谢。

谨以此书献给我们最可爱的宝宝们,献给初为父母的爸爸妈妈们!让我们共同努力,成就宝宝美好、卓越的未来!

安徽省儿童医院院长、党委书记

教授、主任医师

安徽省人民政府参事

安徽省儿童医疗协会会长



2014年7月

第一篇 迎接宝宝篇

一、孕前准备 / 2

- 001 为什么要重视孕前准备? / 2
- 002 孕前检查项目有哪些? / 2
- 003 孕前检查需要注意什么? / 3
- 004 孕育宝宝前准爸爸需要注意哪些? / 3
- 005 孕育宝宝前准妈妈需要注意哪些? / 4

二、临产前准爸爸该做些什么 / 5

- 006 您是否已经记住这些电话号码? / 5
- 007 确定是否陪产及分娩方式? / 5
- 008 给宝宝取好名字了吗? / 5
- 009 准爸爸该做哪些准备? / 6
- 010 给准爸爸的建议有哪些? / 6

三、准妈妈该做些什么 / 7

- 011 怎样为宝宝做抚摸胎教? / 7

- 012 如何克服分娩前的焦虑心理? / 8

- 013 准妈妈该如何对待工作? / 8

- 014 给准妈妈的建议有哪些? / 9

四、用品的准备 / 9

- 015 去医院前需准备哪些物品? / 9

- 016 需要给新生儿宝宝准备的物品有哪些? / 10

- 017 怎样选择宝宝的奶瓶、奶嘴等奶具用品? 如何消毒? / 10

- 018 如何给新生儿宝宝选择衣服? / 11

- 019 如何选择尿布? / 11

五、环境的准备 / 11

- 020 什么样的环境更有利于宝宝的生长发育? / 11

- 021 准备的婴儿床等寝具安全吗? / 12

第二篇 婴儿篇

一、新生儿(出生至28天) / 14

(一)生长和发育 / 14

- 022 新生宝宝的体格发育指标有

哪些? / 14

- 023 新生儿宝宝有哪些生理特点? / 14

- 024 新生儿宝宝能看见、能听

见吗? /15

025 新生儿喜欢被抚触吗? /15

026 新生儿有哪些生理反射? /16

(二) 喂养和营养 /16

027 母乳喂养的好处有哪些? /16

028 何时开始给新生儿喂奶? /17

029 产后前几天的母乳是否
应该喂给新生儿? /17

030 母乳不足怎么办? /17

031 哪些宝宝需要用配方奶粉? /18

032 怎样选购配方奶粉? /18

033 特殊体质宝宝如何选择
奶粉? /18

034 新生儿能喝鲜牛奶吗? /19

035 乙肝病毒携带者如何哺乳? /19

036 宝宝吃吃停停怎么办? /19

037 正确的哺乳姿势是什么? /19

(三) 早期教育 /20

038 什么是最好的教育? /20

039 教育应该从什么时候开始? /20

040 早期教育应遵守什么原则? /21

041 怎样读懂新生宝宝的啼哭? /22

042 应该给宝宝看什么色彩的
图案? /22

043 怎样为新生儿宝宝创造一个
有声世界? /23

044 怎样为新生儿宝宝做触觉
训练? /23

045 怎样和新生儿宝宝进行交流? /23

(四) 日常照护 /24

046 新生儿对生活环境有哪
些要求? /24

047 哪些生活习惯对新生儿宝
不利? /24

048 如何预防新生儿宝宝吐奶? /24

049 如何观察宝宝的大、小便? /25

050 如何护理新生儿宝宝娇嫩的
皮肤? /25

051 给新生儿宝宝洗澡应注意哪
些问题? /26

052 如何给新生儿宝宝洗澡? /26

053 如何护理宝宝头顶的胎垢? /27

054 如何做好宝宝眼、耳、鼻的
清洁护理? /27

055 如何给新生儿宝宝做脐部
护理? /28

056 给宝宝剪指甲应注意什么? /28

057 如何给宝宝一个舒服的
“襁褓”? /28

058 需要给宝宝包“蜡烛包”吗? /29

059 如何为新生儿宝宝抚触? /29

060 哪种睡眠体位对宝宝最好? /30

(五) 预防接种 /30

061 为什么新生儿宝宝要接种
卡介苗、乙肝疫苗? /30

(六) 常见异常情况 / 31

- 062 宝宝发热是怎么回事? / 31
- 063 吐奶是怎么回事? / 31
- 064 为什么宝宝的呕吐物会带血? / 32
- 065 新生儿黄疸是怎么回事? / 33
- 066 宝宝鼻塞怎么办? / 34
- 067 为什么宝宝呼吸时会喘鸣? / 34
- 068 宝宝哭时嘴歪是怎么回事? / 35
- 069 为什么新生宝宝身上会有黄白色小疹子? / 35
- 070 宝宝口腔中有白色斑点是怎么回事? / 36
- 071 为什么新生宝宝会出现乳房肿大? / 36
- 072 “马牙”与“螳螂嘴”是怎么回事? / 37
- 073 宝宝出现阴囊水肿该怎么办? / 37
- 074 宝宝为什么会出现阴道流血? / 38
- 075 唇腭裂是怎么回事? / 39
- 076 胎记是怎么产生的? / 39
- 077 宝宝头部出现包块该怎么办? / 40
- 078 宝宝出现斜颈该怎么办? / 40
- 079 宝宝胃食管反流有什么危害? / 41

080 宝宝出生后不排便该怎么办? / 41

081 宝宝骶尾部出现包块是怎么回事? / 42

082 宝宝肛周脓肿该怎么处理? / 43

二、1~3个月 / 43

(一) 生长和发育 / 43

083 1~3个月宝宝体重、身长的增长规律是什么? / 43

084 宝宝前卤门如何变化? / 44

085 1~3个月宝宝的心理行为发展指标有哪些? / 44

(二) 喂养和营养 / 45

086 怎样让母乳多起来? / 45

087 宝宝如何传达饱与饿的信息? / 46

088 宝宝不好好吃奶怎么办? / 46

089 喂奶时间多长适宜? / 47

090 宝宝不喝水怎么办? / 47

091 母乳不足,可以放弃母乳喂养吗? / 47

092 宝宝需要添加辅食吗? / 47

093 怎样给宝宝添加鱼肝油? / 48

(三) 早期教育 / 48

094 怎样训练宝宝抬头、翻身? / 48

095 怎样训练宝宝的抓握能力? / 48

096 怎样训练宝宝的语言能力? / 49

097 宝宝“吮手”怎么办? / 49

(四) 日常照护 / 50

- 098 宝宝房间适宜的温湿度是多少? / 50
- 099 冬季宝宝接触新鲜空气会感冒吗? / 50
- 100 宝宝户外活动时需要注意哪些问题? / 51
- 101 宝宝吐奶怎么办? / 51
- 102 什么是宝宝最好的饮料? / 51
- 103 宝宝大便频繁正常吗? / 52
- 104 如何预防尿布疹? / 52
- 105 如何去除宝宝头部的胎脂? / 53
- 106 如何通过哭声判断宝宝的需求? / 53
- 107 如何调整宝宝的睡眠颠倒? / 54
- 108 抱着宝宝入睡好不好? / 54
- 109 什么样的抱姿是正确的? / 54
- 110 宝宝的正常体温是多少? / 55

(五) 预防接种 / 55

- 111 怎样服用脊髓灰质炎疫苗? / 55
- 112 百白破疫苗预防哪些疾病? / 55
- 113 接种疫苗常出现的反应有哪些? / 56
- 114 遇到疫苗反应如何处理? / 56
- 115 什么叫结核菌素试验? / 56

(六) 常见异常情况 / 57

- 116 宝宝发热怎么办? / 57
- 117 宝宝便秘怎么办? / 57

118 宝宝出生后不能自行排便怎么办? / 58

119 宝宝总是流泪,有时眼角有分泌物是怎么回事? / 58

120 宝宝吐奶加重怎么办? / 59

121 如何诊断宝宝乳糖不耐受? / 59

122 宝宝患湿疹怎么办? / 60

123 什么是捂闷综合征? / 61

125 宝宝发绀是怎么回事? / 62

125 宝宝出现心脏杂音正常吗? / 62

126 婴儿猝死是怎么发生的? / 63

三、4~6个月 / 63

(一) 生长和发育 / 63

- 127 4~6个月宝宝的体格发育指标有哪些? / 63
- 128 小儿头围增长有什么规律吗? / 64
- 129 4~6个月宝宝的心理行为发展指标有哪些? / 64

(二) 喂养和营养 / 65

- 130 为什么要给宝宝添加辅食? / 65
- 131 怎样添加辅食? / 65
- 132 宝宝添加辅食后,还需要继续吃奶吗? / 66
- 133 宝宝吃蜂蜜好不好? / 66
- 134 为什么不能过早添加蛋黄? / 66
- 135 为什么要用汤匙喂宝宝? / 67
- 136 宝宝拒绝吃辅食怎么办? / 67

137 宝宝为什么会突然厌奶? /68

138 4~6个月宝宝的营养美食有哪些? /68

(三)早期教育 /70

139 怎样训练宝宝的翻滚、独坐能力? /70

140 怎样训练宝宝拇指的能力? /71

141 怎样逗宝宝“说话”? /71

142 怎样和宝宝玩“藏猫猫”的游戏? /72

(四)日常照护 /72

143 哪些植物不宜放在宝宝的卧室里? /72

144 夏季如何避免蚊虫叮咬宝宝? /72

145 如何增强宝宝的体质? /73

146 如何训练宝宝用勺进食? /73

147 口水多怎么办? /74

148 宝宝哭闹时能用奶嘴安抚吗? /74

149 宝宝鼻腔、耳内有分泌物该怎么处理? /75

150 宝宝添加辅食后应如何观察大便? /75

151 宝宝的小便训练应从何时开始? /76

152 如何保证宝宝睡眠充足? /76

153 如何选择适合宝宝的婴

儿车? /77

154 怎样防止宝宝坠床? /77

155 怎样选择适合宝宝的衣服? /78

156 怎样预防宝宝被烫伤? /78

157 爷爷奶奶照顾宝宝的利弊有哪些? /79

(五)预防接种 /79

158 宝宝这个年龄段应接种哪些疫苗? /79

(六)常见异常情况 /80

159 宝宝感冒怎么办? /80

160 宝宝气喘怎么办? /80

161 宝宝消化不良怎么办? /81

162 宝宝过胖怎么办? /81

163 宝宝出现肠绞痛怎么办? /82

四、7~9个月 /83

(一)生长和发育 /83

164 7~9个月宝宝的体格发育指标有哪些? /83

165 宝宝何时出乳牙? 出牙顺序有什么规律? /83

166 这个年龄段的宝宝为什么容易生病? /84

167 7~9个月宝宝的心理行为发展指标有哪些? /84

(二)喂养和营养 /85

168 应该给这个阶段的宝宝添加什么辅食? /85

169 哪些食物含铁比较丰富? /86

170 宝宝吃蔬菜有什么好处? /86

171 水果能代替蔬菜吗? /87

172 怎样给宝宝更换奶粉? /87

173 怎样逐渐给宝宝停夜间奶? /88

174 怎样正确给宝宝使用磨牙棒? /88

175 7~9个月宝宝的营养美食有哪些? /89

(三) 早期教育 /91

176 怎样训练宝宝爬行? /91

177 宝宝喜欢“扔”东西是怎么回事? /92

178 如何让宝宝学习理解语言? /92

179 如何让宝宝理解“不”? /92

(四) 日常照护 /93

180 如何培养宝宝的饮水习惯? /93

181 宝宝患面部湿疹后如何护理? /93

182 如何观察宝宝的小便? /94

183 冬季如何给宝宝穿衣才算适度? /94

184 如何培养宝宝良好的睡眠习惯? /95

185 夏季在空调房间如何预防宝宝感冒? /95

186 如何为发热的宝宝进行物理降温? /96

187 如何利用“三浴”增强宝宝的抵抗力? /96

(五) 预防接种 /97

188 为什么宝宝必须在8个月
后接种麻疹减毒活疫苗? /97

189 哪些情况不适合接种
麻疹减毒活疫苗? /97

190 哪些宝宝不宜打预防针? /97

191 预防接种后就不会得病
了吗? /98

(六) 常见异常情况 /98

192 幼儿急疹是怎么回事? /98

193 宝宝发热时抽搐是怎么
回事? /99

194 宝宝得了口腔疱疹怎么办? /100

195 宝宝咳嗽与气喘应该怎么
治疗? /100

196 宝宝出现“地图舌”是怎么
回事? /101

197 宝宝生了痱子应该怎么办? /101

五、10~12个月 /101

(一) 生长和发育 /101

198 10~12个月宝宝的体格
发育指标有哪些? /101

199 10~12个月宝宝的心理
行为发展指标有哪些? /102

(二) 喂养和营养 /103

200 如何为宝宝断掉母乳? /103

- 201 宝宝断奶后还需要喝配方奶吗? /103
- 202 宝宝断奶后的食物应该如何安排? /103
- 203 如何让宝宝接受新食物? /104
- 204 宝宝不会吃固体食物怎么办? /105
- 205 怎样逐渐将辅食转为主食? /105
- 206 为什么补了钙还会缺钙? /106
- 207 配方奶中能加钙剂吗? /106
- 208 汤的营养好,还是肉的营养好? /107
- 209 10~12个月宝宝的营养美食有哪些? /107

(三)早期教育 /109

- 210 怎样训练宝宝行走? /109
- 211 学步车能帮宝宝练习走路吗? /110
- 212 宝宝为什么“黏母亲”? /110
- 213 宝宝认生怎么办? /110
- 214 怎样培养宝宝读书的习惯? /111

(四)日常照护 /111

- 215 宝宝生活的家庭环境需要注意哪些问题? /111

- 216 宝宝学步过程中有哪些注意事项? /112
- 217 宝宝学步摔伤了怎么办? /112
- 218 带宝宝外出旅行需注意哪些问题? /113
- 219 怎样培养宝宝自己入睡? /114
- 220 宝宝一天睡眠多少小时为宜? /114
- 221 宝宝不愿意饮水怎么办? /115
- 222 怎样做好宝宝口腔的清洁护理? /116
- 223 怎样给宝宝选择玩具? /116

(五)预防接种 /117

- 224 宝宝常用的非计划免疫疫苗有哪些? /117

(六)常见异常情况 /117

- 225 宝宝发热怎么办? /117
- 226 咳嗽的原因是什么? /118
- 227 秋季腹泻的常见原因有哪些? /119
- 228 宝宝10个月还没长牙怎么办? /119
- 229 宝宝厌食怎么办? /120
- 230 宝宝疝气是怎么回事? /121



第三篇 幼儿篇



一、1岁至1岁6个月 / 124

(一) 生长和发育 / 124

- 231 1岁至1岁6个月宝宝的体格发育指标有哪些? / 124
- 232 1岁至1岁3个月宝宝的心理行为发展指标有哪些? / 124
- 233 1岁4个月至1岁6个月宝宝的心理行为发展指标有哪些? / 125

(二) 喂养和营养 / 125

- 234 怎样合理安排1岁至1岁6个月宝宝的膳食? / 125
- 235 怎样培养宝宝自己吃饭? / 126
- 236 1岁至1岁6个月宝宝的营养美食有哪些? / 126

(三) 早期教育 / 128

- 237 宝宝开口说话需要哪些条件? / 128
- 238 怎样帮助宝宝开口说话? / 128
- 239 您的宝宝属于哪种气质类型? / 129
- 240 宝宝喜欢吮吸、啃咬指头怎么办? / 130

(四) 日常照护 / 130

- 241 哪些饮料适合宝宝? / 130
- 242 如何训练宝宝学会控制大

小便? / 131

- 243 为什么说宝宝常穿开裆裤不好? / 132
- 244 如何给宝宝洗澡? / 132
- 245 带宝宝外出有哪些注意事项? / 133
- 246 如何为此阶段的宝宝选择玩具? / 134
- 247 如何陪宝宝玩游戏? / 134

(五) 预防接种 / 135

- 248 这个阶段应接种哪些疫苗? / 135

(六) 常见异常情况 / 136

- 249 宝宝1岁还不会说话怎么办? / 136
- 250 宝宝1岁半还不会走路怎么办? / 136
- 251 暑热症是病吗? / 137
- 252 哭后憋气是怎么回事? / 138
- 253 急性喉炎是一种什么病? / 138

二、1岁6个月至2岁 / 139

(一) 生长和发育 / 139

- 254 1岁6个月至2岁宝宝的体格发育指标有哪些? / 139
- 255 1岁6个月至2岁宝宝的心理行为发展指标有哪些? / 139