



新生儿 婴儿 护理全书

李利 主编

每位新手妈妈，
都有无比艰难的那一年，
好在有此书在身边。



新生儿婴儿
护理全书

李利 主编

 中国轻工业出版社

图书在版编目(CIP)数据

新生儿婴儿护理全书 / 李利主编. -- 北京 : 中国轻工业出版社, 2018.1

ISBN 978-7-5184-1660-8

I . ①新… II . ①李… III . ①新生儿 - 护理 - 基本知识
②婴儿 - 护理 - 基本知识 IV . ① R174

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 255295 号

责任编辑 : 高惠京 责任终审 : 劳国强 责任监印 : 张京华
策划编辑 : 龙志丹 责任校对 : 李 靖 整体设计 : 木 禾

出版发行 : 中国轻工业出版社 (北京东长安街 6 号, 邮编 : 100740)

印 刷 : 北京博海升彩色印刷有限公司

经 销 : 各地新华书店

版 次 : 2018 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

开 本 : 889 × 1194 1/20 印张 : 8

字 数 : 200 千字

书 号 : ISBN 978-7-5184-1660-8 定价 : 39.80 元

邮购电话 : 010-65241695

发行电话 : 010-85119835 传真 : 85113293

网 址 : <http://www.chlip.com.cn>

E-mail : club@chlip.com.cn

如发现图书残缺请与我社邮购联系调换

170639S7X101ZBW



新生儿每天应该吃多少奶？

新生儿每天应该拉几次？

婴儿睡眠有无规律？

什么时候给宝宝添加辅食？

宝宝喜欢咬东西，应该阻止吗？

……

吃喝拉撒睡，育儿无小事。育儿过程中有无数件事情困扰着新手父母，宝宝有一点风吹草动，父母们都会紧张得不得了。其实你们遇到的每一个问题，都不是特殊情况，是宝宝生长发育的必经阶段。

请放轻松，跟着有着二十多年育儿经验的专家，一起来面对养育宝宝的道路上出现的“障碍”吧。发现问题其实是好事，说明新手父母们都很细心，密切关注着宝宝生长的一举一动，只是有时候还没有找到解决问题的好办法，那就耐心地听听专家的建议吧。



第一章 新生儿

新生儿刚出生时的表现	14
阿普加评分	14
呼吸	15
头	15
凶门	15
皮肤	15
生殖器官	15
脐带	15

新生儿特有的先天反射和生理现象	16
吮吸反射	16
觅食反射(又名寻乳反射)	16
巴宾斯基反射	16
行下步反射(又名踏步反射)	16
掌抓握反射(又名达尔文反射)	16
摩罗反射(又名惊跳反射)	17
胎脂	17
胎记	17
蛙形腿	17
“马牙”或“螳螂嘴”	17
乳房肿胀	17



新生儿黄疸	18
生理性黄疸	18
病理性黄疸	18
母乳性黄疸	18
新生儿生理性体重下降	19
体重下降的原因	19
新生儿体重增长规律	19
新生儿的喂养 · 母乳喂养	20
哺乳妈妈的选择和挑战	20
母乳是宝宝天然的抵抗力	20
分娩后初次哺乳宜“三早”	21
新生儿每天应该吃多少奶	22
看尿量来判断	22

用奶瓶喂母乳算进食量	22
宜按需哺乳	23
当母乳不够时	23
不要让宝宝含着乳头睡觉	23
妈妈和宝宝都舒服的哺乳姿势	24
摇篮式	24
交叉摇篮式	24
半卧式	24
侧卧式	24
足球式	25
鞍马式	25
至少保证母乳喂养 6 个月	25
宝宝的溢奶问题	26
宝宝溢奶怎么办	26
宝宝呛奶时怎么办	26
给宝宝拍嗝的方法	27
溢奶原因	27



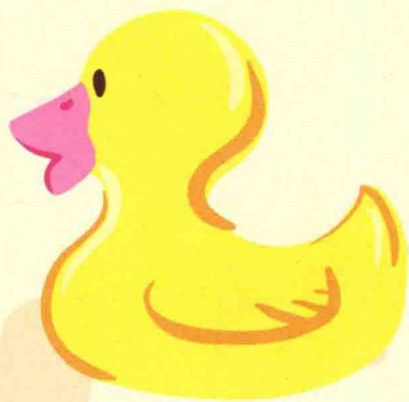
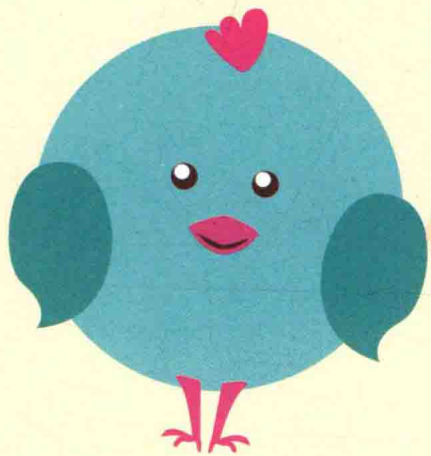


母亲身体不适时的母乳喂养	28	选中了奶粉，请别随意更换	33
乳腺炎期间成功兼顾哺乳	28	冲泡奶粉注意冲调比例	33
乳腺脓肿情况下的喂奶方式	28	新生儿护理常见问题	34
剖宫产妈妈的正确喂奶姿势	29	新生儿的三种睡姿	34
防止发生乳头混淆	29	新生儿睡觉不要枕头	34
新生儿的喂养·混合喂养	30	从头到脚的护理	36
不得不混合喂养的情况	30	保护好宝宝的隐私处	38
宝宝没有吃饱的表现	30	小心护理宝宝的脐带	39
避免不必要的混合喂养	31	从宝宝的“便便”看健康	40
新生儿的喂养·人工喂养	32	新生儿衣服的选择	42
不能母乳喂养也别着急	32	纸尿裤和纯棉尿布大PK	43
人工喂养的宝宝要定期称重	32	第一次抱宝宝	44
新生儿每次能喝多少配方奶	33	让宝宝感到舒服的抱姿	45
		早产儿、巨大儿和多胎胞的护理	46
		四季护理新生儿的注意事项	48
		读懂宝宝的哭	49
		关注宝宝大脑发育	50
		宝宝的大脑如何工作	50
		抓住宝宝大脑发育黄金期	50
		促进婴儿大脑发育	51

第二章

1-2 个月的宝宝

宝宝的生活	54
宝宝的作息越来越有规律	54
要多和宝宝交流	56
重视宝宝的第一次体检	58
母婴关系决定孩子的未来	59
宝宝的喂养	60
需要给宝宝补钙了	60
给宝宝正确补钙	61
宝宝的猛长期	62
宝宝整晚吃吃停停	62
应对宝宝消化不良	63
宝宝拒绝吃奶	63



宝宝的护理	64
宝宝腹泻	64
宝宝的“攒肚”问题	65
切莫给宝宝过早把尿	66
护理好宝宝的湿疹和尿布疹	67
宝宝打嗝好难受	68
宝宝爱放屁	69
关注宝宝大脑的发育	70
越玩越聪明的游戏	70
满 2 个月的宝宝的智能发育	71

第三章

2-3 个月的宝宝

宝宝的生活	74
帮宝宝建立良好的睡眠习惯	74



警惕婴儿猝死综合征	75
不是所有宝宝都能一觉睡到天亮	76
宝宝几个月才可以竖抱	77
宝宝的喂养	78
日常喂养需要注意的问题	78
预防宝宝过敏	79
宝宝的护理	80
保护牙齿从宝宝出生时做起	80
让宝宝远离鹅口疮	81
别跟宠物太亲密	82
安抚爱哭的宝宝	83
宝宝动不动就出汗	84

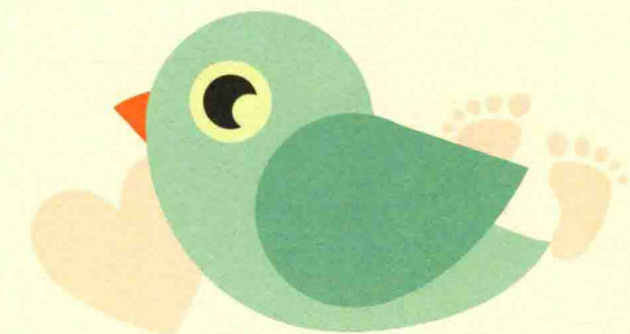
小心预防铅中毒	85
宝宝枕秃很正常	86
宝宝外出一定要坐儿童安全座椅	87
关注宝宝大脑的发育	88
不能缺失的父爱	88
多带宝宝出去走走	89
满3个月的宝宝的启智训练	90
满3个月的宝宝的智能发育	91

第四章

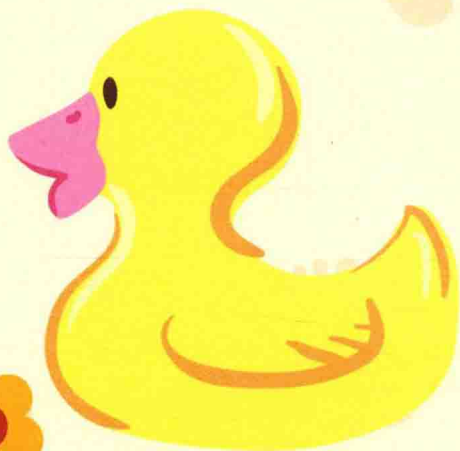
4-6个月的宝宝

宝宝的生活	94
不让小宝宝看电视	94
宝宝户外活动安全第一	95
宝宝的喂养	96
宝宝添加辅食的信号	96
辅食添加的顺序	96
早产儿添加辅食的时间	97
建议先少量添加纯米粉	97
添加辅食后宝宝腹泻了	98

添加辅食后宝宝便秘了	98
辅食添加的比例	99
宝宝对辅食不感兴趣	100
添加辅食后宝宝不爱吃奶	100
辅食不是越碎越好	101
预防缺铁性贫血	102
增强宝宝的免疫力	103
宝宝的护理	104
宝宝喜欢妈妈做抚触	104
开始长牙了	106
妈妈宝宝都要面对分离焦虑	107
关注宝宝的大脑发育	108
满4个月的宝宝的启智训练	108
满5个月的宝宝的启智训练	109
满6个月的宝宝的启智训练	110
满6个月的宝宝的智能发育	111
第五章	
7-9个月的宝宝	
宝宝的生活	114
家中的安全隐患	114



给宝宝准备一双学步的鞋子	115
不要过早学走路	115
不要把宝宝放在学步车里	115
宝宝更黏妈妈了	116
在游戏中锻炼身体	117
宝宝的喂养	118
迅速生长的阶段	118
母乳喂养的宝宝辅食添加每天不超过2次	119
不要久吃流质辅食	119
给宝宝换着花样吃	120



满7个月的宝宝的启智训练	128
满8个月的宝宝的启智训练	129
满9个月的宝宝的启智训练	130
满9个月的宝宝的智能发育	131

第六章

10~12个月的宝宝

不必刻板要求每一餐都营养均衡	121
不宜过多给宝宝吃冷饮	121
不要盲目给宝宝补充人工营养素	121
营造温馨、和谐的进餐氛围	121
宝宝的护理	122
宝宝大便干燥的应对	122
宝宝便秘的食疗方法	123
宝宝爱吃手	124
宝宝睡眠六不宜	125
关注宝宝的大脑发育	126
会爬的宝宝更健康聪明	126
教宝宝爬行	127
爬行前的准备练习	127

宝宝的生活	134
教宝宝正确漱口	134
戒除安抚奶嘴	134
为宝宝定期做健康体检	134
玩具要清洗、消毒	135
别给宝宝玩手机	135
宝宝专有小药箱	135
宝宝的喂养	136
不用着急断奶	136
采用正确的方法断奶	136
让宝宝和大人一起吃饭	137
宝宝是否过胖或过瘦	137
鼓励宝宝自己吃饭	138
宝宝是左撇子	139



附录

哺乳妈妈月子餐和宝宝经典辅食餐

满 11 个月的宝宝的启智训练	149
满 12 个月的宝宝的启智训练	150
满 12 个月的宝宝的智能发育	151
适合宝宝吃的零食	139
宝宝的护理	140
防止宝宝吞食异物	140
宝宝的“恋物癖”	140
不要给宝宝穿开裆裤	141
乘坐公共汽车要注意安全	141
解析宝宝打人的四大真相	142
宝宝独特的气质	143
关注宝宝的大脑发育	144
多锻炼宝宝的小手	144
有趣的手指游戏	145
宝宝开始步入行走敏感期	146
宝宝是天生的艺术家	147
满 10 个月的宝宝的启智训练	148
哺乳妈妈月子餐	152
宝宝经典辅食餐	154





新生儿婴儿
护理全书

李利 主编

 中国轻工业出版社



新生儿每天应该吃多少奶？

新生儿每天应该拉几次？

婴儿睡眠有无规律？

什么时候给宝宝添加辅食？

宝宝喜欢咬东西，应该阻止吗？

……

吃喝拉撒睡，育儿无小事。育儿过程中有无数件事情困扰着新手父母，宝宝有一点风吹草动，父母们都会紧张得不得了。其实你们遇到的每一个问题，都不是特殊情况，是宝宝生长发育的必经阶段。

请放轻松，跟着有着二十多年育儿经验的专家，一起来面对养育宝宝的道路上出现的“障碍”吧。发现问题其实是好事，说明新手父母们都很细心，密切关注着宝宝生长的一举一动，只是有时候还没有找到解决问题的好办法，那就耐心地听听专家的建议吧。



第一章 新生儿

新生儿刚出生时的表现 14

阿普加评分 14

呼吸 15

头 15

凶门 15

皮肤 15

生殖器官 15

脐带 15

新生儿特有的先天反射和生理现象 16

吮吸反射 16

觅食反射 (又名寻乳反射) 16

巴宾斯基反射 16

行下步反射 (又名踏步反射) 16

掌抓握反射 (又名达尔文反射) 16

摩罗反射 (又名惊跳反射) 17

胎脂 17

胎记 17

蛙形腿 17

“马牙”或“螳螂嘴” 17

乳房肿胀 17



新生儿黄疸	18
生理性黄疸	18
病理性黄疸	18
母乳性黄疸	18
新生儿生理性体重下降	19
体重下降的原因	19
新生儿体重增长规律	19
新生儿的喂养 · 母乳喂养	20
哺乳妈妈的选择和挑战	20
母乳是宝宝天然的抵抗力	20
分娩后初次哺乳宜“三早”	21
新生儿每天应该吃多少奶	22
看尿量来判断	22

用奶瓶喂母乳算进食量	22
宜按需哺乳	23
当母乳不够时	23
不要让宝宝含着乳头睡觉	23
妈妈和宝宝都舒服的哺乳姿势	24
摇篮式	24
交叉摇篮式	24
半卧式	24
侧卧式	24
足球式	25
鞍马式	25
至少保证母乳喂养 6 个月	25
宝宝的溢奶问题	26
宝宝溢奶怎么办	26
宝宝呛奶时怎么办	26
给宝宝拍嗝的方法	27
溢奶原因	27

