

北京妇幼专家权威打造 优生优育指导必备读本

最新双色版

YuEr BaiKe
ZhiShi SuCha

育儿百科

知识速查



佟伟◎编著



- 方便快捷的查阅手段
- 进入为人父母的角色
- 做好宝宝降临的准备
- 了解科学的喂养知识
- 掌握易行的育儿方法
- 培养聪明健康的宝宝



河北出版传媒集团公司
河北科学技术出版社

育儿百科

知识速查

佟伟◎编著



YuEr BaiKe
ZhiShi SuCha



河北出版传媒集团公司
河北科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

育儿百科知识速查 / 佟伟编著. -- 石家庄: 河北
科学技术出版社, 2011. 4

ISBN 978-7-5375-4421-4

I. ①育… II. ①佟… 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(2011)第054339号

育儿百科知识速查

出版发行 / 河北出版传媒集团公司

河北科学技术出版社

地址 / 河北省石家庄市友谊北大街330号

邮编 / 050061

组织策划 / 王辛卯

责任编辑 / 张健

封面设计 / 胡椒设计

美术编辑 / 阮成

印刷 / 北京佳顺印务有限公司

开本 / 770×955 1×16

印张 / 23

字数 / 460千

版次 / 2011年5月第1版

印次 / 2011年5月第1次印刷

定价 / 29.80元



目录 Contents

PART 1

适应为人父母的新角色

第一章

做好为人父母的心理准备

做父母其实并不复杂

- 002/顺其自然，从容自信
- 002/不要被别人的话吓倒
- 003/想想自己的父母
- 003/在过程中积累经验
- 003/保持夫妻间的亲密关系

控制产前恐惧和焦虑

- 004/产前焦虑的原因
- 004/转移注意力
- 004/正视分娩的恐惧
- 004/掌握相关知识

勇敢面对新的生活

- 005/弄清生育子女的目的
- 005/学会接受现实中的孩子
- 005/平等地去对待孩子
- 006/尽到父亲的职责
- 006/给孩子起个合适的名字

慎重选择分娩的医院

- 007/地理位置的选择
- 007/综合性医院的特点
- 007/专科医院的特点
- 007/私人医院的特点

了解各项医疗费用

- 008/诊疗费用
- 008/检查费用
- 008/分娩费用
- 008/住院费用

第二章

做好宝宝出生前的物质准备

居住环境的设置

- 009/最好留有专用的房间
- 009/控制好温湿度
- 010/婴儿床的摆放位置
- 010/室内的光照要求
- 010/柔和的音乐

010/明快的色彩

010/保持室内空气新鲜

婴儿床的选择

- 011/保证床围栏的高度
- 011/选择婴儿床的大小
- 011/婴儿床用料要安全
- 011/装饰材料应无害

床上用品的挑选

- 012/被子的挑选
- 012/褥子的挑选
- 012/枕头的挑选
- 012/床单的挑选

如何选购婴儿衣物

- 013/选择婴儿衣物的质地
- 013/选择婴儿衣物的样式
- 013/选择婴儿衣物的颜色
- 013/选择婴儿衣物的大小
- 013/睡衣和睡袋的选择
- 013/帽子的选择

选购婴儿尿布

014/棉尿布的优缺点

014/一次性尿布的优缺点

购买婴儿护肤用品

015/购买婴儿洗发水

015/购买婴儿沐浴露

015/购买婴儿润肤霜

购买喂奶器具

016/购买奶瓶

016/购买奶嘴

016/购买必备的消毒器具

选择婴儿奶粉

017/奶粉要适合宝宝的肠胃

017/选择优质奶粉的方法

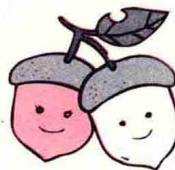
017/进行手感、颜色和口感判断

做好住院的准备

018/产前的充分休息

018/临产前的饮食营养

018/准备产妇必备的物品

PART 2**迎接小天使的降临 (0~1周)****第一章****在新生命降临的那一刻****新生儿出生时的应急处理**

020/立刻清除异物

020/对脐带的处理

020/进行眼部清洁

确定新生儿的健康状况

021/身体异常检查

021/健康状况检查

021/斜颈检查

021/口腔内检查

021/头部检查

021/耳朵检查

022/股关节检查

022/肛门检查

022/生殖器检查

022/先天性代谢检查

022/新生儿黄疸检查

新生儿的生理状况

023/头部较大

023/体重变化

023/身高状况

023/体温指标

023/第一次胎便

023/脸部浮肿

024/口腔加厚

024/脱皮现象

024/脱发症状

024/啼哭现象

024/奇妙的笑

025/产后乳房的保健

026/喂养母乳的益处

各阶段母乳营养的区别

027/初乳

027/过渡乳

027/成熟乳

027/前乳

027/后乳

喂养需要掌握的要领

028/掌握婴儿需要的乳量

028/掌握开始喂奶的时间

哺乳中应注意的事项

029/不可忽视夜间喂奶

029/保持清洁卫生

029/母亲疲劳时要给宝宝预备

好食物

029/以轻松的心情喂奶

029/掌握正确的喂乳方法

第二章**新生儿的母乳喂养****母乳喂养的特点**

025/母乳分泌的开始

哺乳期乳房异常与预防

- 030/乳头皲裂
- 030/乳房充盈过度
- 030/输乳管阻塞
- 030/乳腺炎
- 030/乳房囊肿

第三章

新生儿的人工喂养

不宜母乳喂养的情况

- 031/不宜母乳喂养的婴儿原因
- 031/不宜母乳喂养的妈妈原因

乳类产品的选择

- 032/选择配方奶
- 032/选择鲜牛奶
- 032/选择全脂奶粉

每天喂奶量的控制

- 033/完全人工喂养
- 033/一般人工喂养

混合喂养的最佳方案

- 034/一次只喂一种奶
- 034/注意夜间的喂养
- 034/人工喂养的注意事项

宝宝的第一次

- 035/第一次啼哭
- 035/第一次拥抱
- 035/第一次吸吮
- 036/第一次喝水
- 036/第一次喝奶粉
- 036/第一次换洗与穿戴
- 036/第一次排便
- 036/第一次换尿布
- 037/第一次睁眼
- 037/第一次洗澡
- 038/第一次抚摸
- 038/第一次的室外活动
- 038/第一次接种卡介苗

PART 3

平安度过关键期（第2周至第1个月）

第一章

身体发育特点

身体发育状况

- 040/身长
- 040/体重
- 040/头围
- 041/胸围
- 041/前囟
- 041/牙齿
- 041/皮下脂肪厚度
- 041/体形
- 041/睡眠

感觉发育状况

- 042/视觉
- 042/听觉
- 042/嗅觉
- 043/味觉
- 043/触觉
- 043/温度感
- 043/痛觉

第二章

合理的营养饮食

新生儿混合喂养

- 044/混合喂养的方法

- 044/喂奶的间隔

- 044/饮食中加糖要适量

人工喂养需适量补充水分

- 045/每天给孩子喂多少水合适
- 045/喂水的时间和次数
- 045/新生儿需要喂什么样的水

注意营养素的需求

- 046/热量
- 046/蛋白质
- 046/脂肪
- 046/碳水化合物
- 046/矿物质
- 046/维生素

046/水

重视早产儿的喂养

047/母乳与代乳品

047/早产儿的喂养时间

047/早产儿的喂养次数

047/早产儿的喂奶量

为什么婴儿有时不吃母乳

048/宝宝不喜欢香皂味的乳头

048/过早用奶瓶让宝宝有乳头错觉

048/要按需而不是按钟吃饭

048/妈妈感冒了也别给宝宝停奶

第三章

必备的日常呵护

训练良好的睡眠习惯

049/新生儿的睡眠时间

049/不正确的睡眠姿势

正确穿衣与脱衣

050/穿衣服的方法

050/脱衣服的方法

面部及皮肤的护理

051/对新生儿皮肤的日常护理

051/宝宝夏季的皮肤护理

051/宝宝冬季的皮肤护理

宝宝指甲的护理

052/选购婴儿指甲剪

052/剪指甲的方法

预防眼睛的斜视

053/婴儿眼睛斜视的原因

053/预防斜视的方法

观察宝宝的囟门

054/囟门大小

054/闭合时间

054/饱满情况

第四章

疾病的预防护理

接种乙肝疫苗

055/放心接种乙肝疫苗

055/接种乙肝疫苗的时间和程序

055/接种乙肝疫苗的反应

呼吸异常的处理

056/呼吸困难

056/呼吸暂停

056/出现呼吸暂停的原因

057/如何处理呼吸暂停

057/窒息的原因

057/如何处理窒息

057/如何预防新生儿窒息

皮肤疾病的防治

058/产生痱子的原因及表现

058/防治痱子的措施

058/痱子的护理方法

湿疹的表现

059/湿疹的原因

059/湿疹的预防和护理

消化不良与腹泻的预防

060/生理性腹泻

060/新生儿腹泻的原因

060/感染性腹泻的表现

061/致病性大肠杆菌引起的腹泻

061/秋季腹泻

061/致命性的腹泻

061/腹泻时喂奶需注意

宝宝发热的处理

062/发热的类型

062/发热的原因

062/治疗发热的目的

062/对高热的处理

肺炎的防治

063/新生儿肺炎的类型

063/肺炎的表现

063/肺炎的预防

063/肺炎的治疗

第五章

智能培育与开发

语言能力训练

064/无声的语言

065/回声引导发声

065/交际能力训练

065/随声舞动

065/熟悉环境

情感能力训练

066/抚摸传递亲子情

066/悄悄话促进母子情深

视觉能力训练

067/看光亮
067/看玩具
067/看图画

新生儿被动操

068/上肢运动
068/下肢运动
068/胸部运动

068/腰部运动

068/颈部运动

068/臀部运动

PART 4

满脸微笑地面对宝宝（2个月）



第一章

身体发育特点

语言能力训练

070/身長
070/体重
070/头围
070/胸围
070/牙齿
070/囟门
070/皮下脂肪厚度
070/体形

感知觉发育状况

071/视觉发育
071/听觉发育
071/感觉发育
071/心理发育

第二章

合理的营养饮食

喂食婴儿配方乳

072/婴儿配方乳的特点
072/选购配方乳的方法
073/用配方乳喂养要注意卫生
073/配方乳的免疫力
073/把握喂食规律

需要重点补充的营养素

074/热量
074/维生素D
074/DHA和AA

母亲生病或上班时的喂养

075/母亲生病时的喂养
075/上班时的喂养
075/如何保存多余的母乳

第三章

必备的日常呵护

注意宝宝的排便

076/养成良好的排便习惯
076/观察排便是否正常
076/排绿便的原因

洗澡的步骤

077/洗澡的准备工作
077/洗澡过程
077/结束阶段

打嗝的处理

078/打嗝的原因
078/打嗝的预防方法
078/缓解打嗝的方法

小儿吐奶现象

079/吐奶的现象
079/吐奶的原因
079/吐奶的处理方法

给宝宝按摩

- 080/给宝宝按摩的准备工作
- 080/全身运动按摩
- 080/胸膛和躯干按摩
- 081/胳膊和双手按摩
- 081/腹部按摩
- 081/腿部和脚部按摩
- 081/背部按摩
- 081/脸部按摩

适当的户外活动

- 082/户外活动的时间和次数
- 082/谨防户外活动造成伤害

给宝宝选择玩具

- 083/适合2个月宝宝的玩具
- 083/选择安全的玩具
- 083/注意玩具的卫生

第四章

疾病的预防护理

及时服用小儿麻痹糖丸

- 084/宝宝服用小儿麻痹糖丸的时间
- 084/如何正确服用糖丸
- 084/服用药丸后的反应

预防维生素D的缺乏

- 085/维生素D缺乏症的表现
- 085/维生素D缺乏症的预防
- 085/维生素D缺乏症的治疗

防治蚊虫叮咬

- 086/避开蚊虫侵扰的预防措施
- 086/宝宝被蚊虫叮咬后怎么办

避免宝宝脱水

- 087/引起宝宝脱水的原因
- 087/脱水的主要症状
- 087/冬季要谨防婴儿脱水
- 087/判断婴儿是否脱水的简单方法

注意婴儿腹股沟疝

- 088/腹股沟疝产生的原因
- 088/如何治疗婴儿腹股沟疝

服药的正确方法

- 089/切忌用茶水服药
- 089/让宝宝乖乖服药的窍门

第五章

智能培育与开发

宝宝性别的差异性

- 090/由生理差异引起男女性格差异
- 090/后天培养造成男女心理性格差异

感觉能力训练

- 091/抓玩具
- 091/握手指

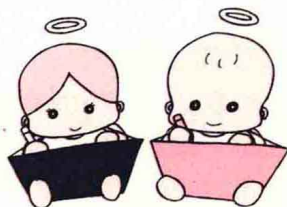
动作能力训练

- 092/抬头练习
- 092/侧翻练习
- 092/手部动作训练



PART 5

给予更加细心的呵护（3个月）



第一章

身体发育特点

身体发育状况

- 094/ 身高
- 094/ 体重
- 094/ 头围
- 095/ 胸围
- 095/ 囟门
- 095/ 皮下脂肪厚度
- 095/ 体形

感知觉发育状况

- 096/ 视觉发育
- 096/ 适宜的光和色的刺激
- 097/ 听觉发育
- 097/ 感觉发育
- 097/ 心理发育

第二章

合理的营养饮食

本月的饮食喂养特点

- 098/ 增加辅食
- 098/ 应对婴儿拒绝辅食的方法
- 099/ 需要添加的辅食
- 099/ 辅食的制作方法

微量元素的补充

- 100/ 关于微量元素的几个误区
- 100/ 3个月的宝宝需要含铁丰富的食物
- 100/ 补充铁元素的方法
- 101/ 补钙过量的危害
- 101/ 不是每个年龄段的孩子都要补钙
- 101/ 正确把握补钙的量
- 101/ 选择性购买“二合一”钙剂
- 102/ 少给宝宝服用含磷或含镁的复合钙剂
- 102/ 生活中丢失钙的坏习惯
- 102/ 宝宝缺锌要当心
- 102/ 哪些误区诱发孩子缺锌
- 103/ 补充维生素的3大误区
- 103/ 不可盲目补充碘
- 103/ 补硒对宝宝眼睛有好处

第三章

必备的日常呵护

注意保护婴儿的眼睛和耳朵

- 104/ 眼睛的保健重点
- 104/ 保护婴儿的耳朵

调整宝宝的睡眠

- 105/ 建立睡眠规律的方法
- 105/ 调整睡眠黑白颠倒



背和抱有利于宝宝的体形发育

106/背宝宝的好处

106/抱宝宝的正确姿势

带宝宝去户外活动

107/春季户外活动

107/夏季户外活动

107/秋季户外活动

107/冬季户外活动

第四章

疾病的预防护理

及时接种疫苗

108/服用第二粒小儿麻痹糖丸

108/注射三联针

108/不宜打“百白破”三联针的宝宝

防治缺碘症

109/什么是碘缺乏症

109/导致碘缺乏症的原因

109/碘缺乏症的危害

109/碘缺乏症的防治

缺铁性贫血

110/婴儿缺铁的危害

110/如何预防婴儿缺铁性贫血

110/小儿缺铁性贫血简易食补三则

通过舌头看疾病

111/正常的舌头

111/舌系带过短要及时手术

111/宝宝发热时的舌头

112/宝宝积食时的舌头

112/宝贝的小舌头像地图

113/宝宝的舌头光滑无苔

113/夏季宝宝小舌头生疮时的应对

关注婴儿的夜啼

114/夜啼的主要发病原因

114/纠正夜啼的方法

第五章

智能培育与开发

注意情商的早期开发

115/情商的几个主要方面

116/情商开发从婴儿开始

116/情商受父母影响最大

语言能力训练

117/找声源

117/和婴儿“对话”

感知能力训练

118/分辨形状

118/感知练习

118/抓握物品

认知能力训练

119/藏猫猫

119/寻找目标

动作能力训练

120/抓和蹬

120/翻身练习



PART 6

了解宝宝的情感需求 (4个月)

第一章

身体发育特点

身体发育状况

- 122/身长
- 122/体重
- 122/头围
- 122/胸围

感知觉发育状况

- 123/视觉发育状况
- 123/听觉发育状况
- 123/嗅觉发育状况
- 123/心理发育状况

第二章

合理的营养饮食

增加辅食的方法

- 124/适时添加辅食
- 124/添加辅食应循序渐进
- 125/添加辅食应从稀到稠
- 125/添加的辅食应从细小到粗大
- 125/添加辅食应从少量到多量
- 125/如遇不适要停止喂食辅食
- 126/吃流质或泥状食品的时间

不宜过长

126/不要急于让辅食替代

乳品

126/辅食要鲜嫩、卫生、

口味好

126/培养宝宝进食中的愉

快心理

126/宝宝添加辅食的顺序

添加辅食的禁忌

127/食物要新鲜

127/不要喂食成人奶粉

127/注意糖分的控制

127/口味要以清淡为主

辅食的制作

128/鲜果汁

128/果泥

128/菜水和菜泥

128/土豆泥、胡萝卜泥

128/豆腐蛋羹

128/猪肝泥

129/菜粥

129/香蕉粥

129/营养面条

129/橘子乳糕

129/蛋黄奶

129/水果藕粉

129/红枣泥

129/水果面包粥

增加蛋白质的摄入

130/婴儿蛋白质的需要量

130/避免蛋白质摄取不足

130/没有必要添加蛋白粉

131/吃得好不等于营养好

131/不要一味追求高蛋白质

131/乳制品是摄入蛋白质的主要来源

食用高脂肪食品

132/脂肪的作用

132/婴儿对脂肪的需要

132/母乳脂肪可快速适应宝宝生长



第三章

必备的日常呵护

4个月宝宝的睡眠

- 133/培养好的睡眠习惯
- 133/睡眠的好坏影响宝宝健康
- 134/给宝宝选择合适的枕头
- 134/给宝宝选择枕头的误区
- 134/选择合适枕头的方法

为宝宝配置睡袋

- 135/抱被式的小睡袋
- 135/铺满小床的大睡袋
- 135/背心式的睡袋

安全使用婴儿车

- 136/选购婴儿车的注意事项
- 136/使用婴儿车时的安全

小心宝宝吞食异物

- 137/吸入异物后的症状
- 137/预防吸入异物的要点
- 137/吞食异物后的处理办法

提高婴儿抗寒能力

- 138/干布摩擦锻炼
- 138/抗寒适应能力的锻炼

培养宝宝独立玩耍

- 139/为什么宝宝会黏人
- 139/培养宝宝独立玩耍



第四章

疾病的预防护理

及时接种疫苗

- 140/第三次服用小儿麻痹糖丸
- 140/第二次注射三联针

给婴儿服用中药需当心

- 141/谨慎服用清热解毒的中药
- 141/中成药服用不当会产生副作用

婴儿便秘的护理

- 142/婴幼儿便秘的类型
- 142/导致婴儿便秘的主要原因
- 143/合理饮食可预防婴儿便秘
- 143/养成良好的排便习惯
- 143/吃母乳便秘的原因及对策
- 144/人工喂养便秘的原因及对策

呼吸道传染病的预防

- 145/呼吸道传染病的传播途径
- 145/呼吸道传染病的表现
- 146/呼吸道传染病的防治
- 146/呼吸道传染病的预防方法

婴儿肠套叠

- 147/了解婴儿肠套叠
- 147/及时发现肠套叠

婴儿夜盲症的防治

- 148/导致夜盲的原因
- 148/夜盲症的防治方法

第五章

智能培育与开发

语言能力训练

- 149/抓握玩具
- 149/看画片

视觉能力训练

- 150/飞呀飞
- 150/托得高
- 150/玩藏脸游戏

听觉能力训练

- 151/欢乐的铃声
- 151/听音找物

动作能力训练

- 152/用手撑起
- 152/拉坐



PART 7

让宝宝感受多彩的世界（5个月）

第一章

身体发育特点

身体发育状况

- 154/身长
- 154/体重
- 155/头围
- 155/胸围
- 155/囟门
- 155/皮下脂肪厚度
- 155/牙齿
- 155/体形

感知觉发育状况

- 156/视觉发育
- 156/听觉发育
- 156/感觉发育
- 156/心理发育

第二章

合理的营养饮食

宝宝的饮食安排

- 157/一日饮食安排参考
- 157/给宝宝喝粥

婴儿厌食牛奶的应对

- 158/饮食过量导致厌奶
- 158/厌奶期的表现

第三章

必备的日常呵护

保护婴儿的乳牙

- 159/母乳喂养有利于保护乳牙
- 159/出牙前的保护措施
- 160/注意出牙时的饮食
- 160/尽早护理第一颗乳牙
- 160/控制含糖食物的摄入
- 160/多喝母乳有利于乳牙的生长
- 160/训练咀嚼能力

防止宝宝蹬被子

- 161/别让被子太厚重
- 161/注意睡眠时的舒适度
- 161/警惕疾病原因所致

宝宝的安全问题

- 162/防止触摸危险物品
- 162/防止意外摔伤
- 162/防止异物吞入

第四章

疾病的预防护理

预防婴儿脑震荡

- 163/切勿摇晃婴儿

- 163/照顾婴儿时要控制烦躁情绪

婴儿感冒的防治

- 164/感冒的症状
- 164/感冒的持续时间
- 164/感冒的治疗
- 165/感冒后的护理

婴儿痢疾的防治

- 166/婴儿痢疾的特点
- 167/痢疾的症状
- 167/痢疾的治疗方法

第五章

智能培育与开发

语言能力训练

- 168/模仿发音
- 168/叫名回头

视觉能力训练

- 169/看远处的物体
- 169/自己玩
- 169/寻物游戏

动作能力训练

- 170/直立
- 170/适宜本月婴儿的体操



PART 8

激发宝宝的快乐情绪 (6个月)

第一章

身体发育特点

身体发育状况

173/ 身高
173/ 体重
173/ 头围
173/ 胸围
173/ 牙齿
173/ 骨骼

感知觉发育状况

174/ 视觉发育状况
174/ 听觉发育状况
174/ 语言发育状况
174/ 感觉发育状况

第二章

合理的营养饮食

断奶前的过渡方法

175/ 做好断奶前的准备
176/ 改变不正确的断奶方式
176/ 选择合适的断奶时机
176/ 月经不是断奶的理由
177/ 换乳期食品的营养搭配
177/ 换乳食品的选择

177/ 成品泥糊状食品

177/ 家庭制作泥糊状食品

宝宝的饮食安排

178/ 安排好宝宝一天的饮食
178/ 一日饮食安排参考

婴儿大脑发育营养的保证

179/ 大脑发育需要的营养素
179/ 健脑辅食的制作

小食品的制作方法

180/ 鹌鹑蛋奶
180/ 草莓麦片粥

宝宝的饮食禁忌

181/ 婴儿不宜多喝果汁
181/ 婴儿不宜喝豆奶
181/ 不要用嘴喂婴儿辅食

第三章

必备的日常呵护

练习用匙给婴儿喂食物

182/ 培养宝宝用匙吃饭
182/ 用匙喂食时的注意事项

婴儿吮吸手指的习惯

183/ 婴幼儿吮吸手指的原因
183/ 矫治婴儿吮吸手指的习惯

处理婴儿口水多的方法

184/ 流口水的原因
184/ 宝宝流口水的护理

正确看待婴儿对物品的依赖

心理

185/ 宝宝对物品的依赖是自然过程
185/ 父母要注意自己的育儿方式

第四章

疾病的预防护理

宝宝发烧的应对

186/ 宝宝发烧的原因
186/ 宝宝发烧的对策

注意预防婴儿贫血

187/ 婴儿血红蛋白(HB)正常值
187/ 缺铁性贫血的起因
187/ 婴儿贫血的治疗方法



第五章

智能培育与开发

语言能力训练

- 188/模仿发音
- 189/称呼与人对号
- 189/听声拿玩具
- 189/听儿歌做动作
- 189/咿咿呀呀地“说话”

社交能力训练游戏

- 190/照镜子
- 190/捉迷藏

情感训练游戏

- 191/传递积木
- 191/坐“飞船”
- 191/从躲避到接受生人

听觉能力训练游戏

- 192/拉一拉，叮咚响

- 192/测听力的方法

认知能力训练

- 193/雪的世界
- 193/观雨
- 193/拿开玩具

动作能力训练

- 194/伸双臂求抱
- 194/翻身
- 194/适宜本月婴儿的体操

PART 9

给予更细心的关怀与照料 (7~12个月)

第一章

身体发育特点

身体发育状况

- 196/身长
- 196/体重
- 197/头围
- 197/胸围
- 197/前囟
- 197/牙齿
- 197/头发

感知觉发育状况

- 198/视觉发育
- 198/听觉发育
- 198/语言发育

- 199/知觉发育

- 199/心理发育状况

第二章

合理的营养饮食

掌握正确的断奶方法

- 200/选择断奶方式应因人而异
- 201/断奶要循序渐进
- 201/断奶小建议
- 202/断掉临睡前和夜里的奶
- 202/爸爸的作用不容忽视
- 202/预防断奶综合征

婴儿断奶后的喂养

- 203/断奶后的饮食安排

- 203/吃营养丰富和容易消化的食物

- 203/牛奶和奶制品

- 204/富含淀粉的食物

- 204/蔬菜和水果

- 204/鱼、肉和鸡蛋

- 204/其他食品

- 204/断奶后饮食中的误区

第三章

必备的日常呵护

断奶综合征的应对

- 205/断奶综合征的症状
- 206/断奶综合征的护理

出牙的常见问题

- 207/出牙期的症状
- 207/出牙期的注意事项

独立饮食的培养

- 208/让宝宝吃手抓食物
- 208/把勺子交给宝宝
- 208/父母的心态很重要
- 208/不要强迫宝宝多吃

卫生习惯的培养

- 209/饭前要洗手
- 209/吃东西要定时定量
- 209/每天都要洗脸、洗手
- 209/培养大小便的卫生习惯
- 209/其它方面的清洁卫生

帮助宝宝学走路

- 210/了解宝宝动作发展状况
- 210/适宜宝宝的辅助方式
- 211/学步辅助工具
- 211/学步时候的安全措施

冬季护理要点

- 212/冬天的皮肤护理
- 212/不适宜幼儿在冬季进补的食品
- 212/有助于抗寒的营养素
- 213/冬天预防宝宝长冻疮
- 213/冬季宝宝保暖要从脚部开始

第四章

疾病的预防护理

婴儿玫瑰疹的防治方法

- 214/玫瑰疹的症状
- 214/玫瑰疹的护理

婴儿癫痫症

- 215/癫痫的症状
- 215/癫痫的治疗方法
- 215/小儿癫痫症的治疗

预防婴儿猝死的方法

- 216/睡姿要正确
- 216/父母应禁烟
- 216/使用寝具要合理
- 216/母子要分床睡觉

婴幼儿结膜炎

- 217/结膜炎的症状
- 217/结膜炎的护理

第五章

智能培育与开发

语言能力训练

- 218/模仿发音
- 218/语言与动作联系
- 219/服从命令
- 219/念儿歌，讲故事，看图书
- 219/听口令

认知能力训练

- 220/认识身体部分
- 220/进行感知训练
- 220/寻找盖着的玩具
- 220/看图识物
- 221/接近陌生人
- 221/练习对“1”的认识
- 221/大和小的识别
- 221/模仿堆积木

行为能力训练

- 222/学用勺子
- 222/模仿大人动作
- 222/配合穿衣
- 222/有洞的纸箱

