

全国知名妇幼保健专家倾情打造

权威专家最新奉献

编| 妇幼保健专家
著| 张苗苗 郑国权

图说妈咪宝贝系列

TuShuo
YuEr XiJie

图说 育儿 细节



★ 不一样的时期, 不一样的照料
★ 不一样的培育, 不一样的未来

河北科学技术出版社

TuShuo
YuEr XiJie

图说 育儿 细节

编 | 妇幼保健专家
著 | 张苗苗 郑国权

河北科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

图说育儿细节/张苗苗,郑国权编著.

—石家庄:河北科学技术出版社,2008.12

ISBN 978 - 7 - 5375 - 3950 - 0

I. 图… II. ①张…②郑… III. 婴幼儿—哺育—图解
IV. TS976.31 - 64

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 176413 号

出版发行/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

责任编辑/王辛卯 王丽欣

封面设计/胡椒工作室

美术编辑/慈向群

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/2009 年 1 月第 1 版

印 次/2009 年 1 月第 1 次印刷

定 价/36.80 元

前言

CONTENTS

经过十月怀胎，孩子呱呱坠地了。新生的宝宝成了家庭的中心，全家人都要围着孩子转。因为孩子的一颦一笑都牵动着父母的神经，孩子哭了，父母担心；孩子病了，父母操心；孩子痛了，父母痛心……

对于初为人父母者来说，育儿更是一个全新的浩大工程，在孩子的成长过程中，孩子的衣、食、睡、洗，事无巨细都要父母操心。更别说成长中的孩子会突然出现这样或那样的状况，每一个突发的状况都会让新手父母手忙脚乱，紧张不已。正因为育儿工作是如此的琐碎，许多父母总抱怨“带孩子真累！”

如果你的手边有一本《图说育儿细节》，也许你就不会有累的感觉，甚至你会发现孩子成长过程中有很多值得骄傲的事。孩子的第一次微笑，孩子的第一次排便，孩子的第一次叫“妈妈”，孩子的第一次迈步，都会让你激动不已。第一次喂乳，第一次为孩子把便，第一次为孩子换尿布，第一次替孩子洗澡，第一次为孩子穿衣服……我们都用图解的方式进行讲解，让你轻松入手，把宝宝照顾得无微不至，让孩子快乐地成长。

本书从细节入手，不只是让你们照顾好孩子的日常生活，更要培养孩子的好习惯、生活自理能力，还要培养孩子乐观的个性、健全的人格，让孩子在父母的关爱中成长，在互动游戏中开发智力。能如此，则为孩子的未来铺上了一条金光大道。

编者



CONTENTS

..... 从细处着手——准备迎接宝宝的降生

2

- 分娩前准妈妈的心理准备 2
- 分娩前准妈妈的生活准则 3
- 生产用品的准备 4

6

- 分娩前准爸爸的责任 6
- 消除妻子的心理顾虑 7
- 具体的准备工作 8

10

- 新生儿睡具的准备 10
- 卧室 10

床 铺	11
被 褥	11
枕 头	12
• 新生儿卫生用品	12
尿布(30 块)	12
棉垫(6 块)	13
洗澡用品、药品	14
• 新生儿衣物	14
• 哺乳用品	15

视 觉·····	26
嗅 觉·····	26
味 觉·····	26
大 便·····	27
排 尿·····	27
睡 眠·····	27
· 心理发育 ·····	28
新生儿与大人的沟通·····	28
新生儿笑的发育·····	28

科学育儿

29

· 培养母子感情 ·····	29
看宝宝的眼睛·····	29
多进行早期身体接触·····	30
母亲气味的重要影响·····	30
必须注意声音的传导·····	30
· 正确抱孩子 ·····	30
抱起仰卧的宝宝·····	31
抱起侧卧的宝宝·····	32
抱起俯卧的宝宝·····	33
· 放下抱着的婴儿 ·····	33
· 给宝宝穿衣服的方法 ·····	34
· 给新生儿垫尿布的方法 ·····	36
· 正确包裹孩子 ·····	37
· 新生儿脐带的护理 ·····	38
· 宝宝眼、耳、口、鼻的护理·····	39
眼睛护理·····	39
耳部护理·····	40
口腔护理·····	40
鼻腔护理·····	41
· 纯母乳喂养好 ·····	41

母乳喂养的益处	42
做好母乳喂养的准备	42
正确进行初乳喂养	42
• 母乳喂养要点	43
• 正确抱持婴儿哺乳	46
母乳喂养小秘诀	47
随心所欲的喂哺姿势	48
• 喂奶后帮宝宝排气	49
• 训练婴儿良好的睡眠习惯	51
正确的睡眠姿势	51
小儿夜哭	51
• 新生儿接种	52
卡介苗	52
乙肝疫苗	52

专家咨询

53

• 怎样清洁新生儿头上的乳痂及身上的胎脂	53
乳 痂	53
胎 脂	53
• 新生儿生殖器官如何清洁	54
清洁男孩外阴部的方法	54
清洁女孩外阴部的方法	56
• 婴儿拒绝吸奶是怎么回事	58
• 母乳不足可以继续喂乳吗	59
• 母亲生病时可以母乳喂养吗	60
乳母患乙肝	60
乳母患有乳腺炎	61
母乳受到污染	61
• 怎样早期发现新生儿疾病	62
通过新生儿的大便辨别疾病	62
通过新生儿的哭声辨别疾病	63

• 新生儿黄疸如何预防与护理	64
----------------------	----

益智游戏

66

• 新生儿听觉能力训练游戏	66
给宝宝听音乐	66
和宝宝讲话	66
• 新生儿视觉能力训练游戏	67
视觉训练	67
追视能力训练	67
• 新生儿动作能力训练游戏	68
抓握能力训练	68
触觉能力训练	68
• 新生儿的按摩体操	68

第三篇

..... 1~12个月——鼓励宝宝每一次新的尝试

孩子1~2个月引导宝宝接纳全新的世界

70

• 发育特点	70
生理发育	70
心理发育	71
• 科学育儿	72
婴儿的清洁卫生	72
给婴儿洗澡的方法	74
给婴儿洗澡应注意	77
夜间喂奶禁忌	79
宝宝人工喂养方案	80

冲配奶粉的方法·····	80
把大小便的技巧·····	82
婴儿鹅口疮的防治·····	83
婴儿要多晒太阳·····	83
• 专家咨询 ·····	84
母亲上班时怎样进行母乳喂养·····	84
婴儿腹泻时可以不喂乳吗·····	84
孩子经常吐奶怎么办·····	85
宝宝牛奶过敏怎么办·····	85
宝宝俯卧着睡觉危险吗·····	86
婴儿囟门凸起正常吗·····	86
小儿发热怎样进行家庭护理·····	87
• 益智游戏 ·····	89
视觉与听觉训练游戏·····	89
语言能力训练游戏·····	89
情感培养训练游戏·····	90
社交能力训练游戏·····	91

孩子2~3个月帮助宝宝适应外界环境

92

• 发育特点 ·····	92
生理发育·····	92
心理发育·····	93
• 科学育儿 ·····	94
2个月宝宝的睡眠须知·····	94
为婴儿正确穿衣·····	95
不要给婴儿戴手套·····	95
使用背带的方法·····	95
混合喂养的方法·····	97
宝宝人工喂养方案·····	97
适量喂用果汁·····	98
要给婴儿多喂水·····	99

给小儿测体温	117
服用第一丸小儿麻痹糖丸	118
小儿肺炎的家庭护理	118
• 益智游戏	119
语言能力训练游戏	119
社交能力训练游戏	120
认知能力训练游戏	120
触觉能力训练游戏	122
动作能力训练游戏	123

孩子 4~5 个月多和宝宝进行交流

124

• 发育特点	124
生理发育	124
心理发育	125
• 科学育儿	126
培养宝宝的睡眠习惯	126
怎样给 4 个月的宝宝穿衣	127
宝宝流口水的护理	127
不要强行制止婴儿哭	128
本月婴儿的喂养要点	128
坚持母乳喂养	129
给婴儿喂鱼泥	129
给婴儿喂大豆制品	130
添加辅食应注意的问题	131
预防烫伤	131
• 专家咨询	132
宝宝晚上不睡觉怎么办	132
婴儿可以常吃一些小中药吗	133
宝宝 4 个月的预防接种有哪些	133
脓疱病是怎么回事	133
宝宝肠套叠怎么办	134

听觉能力训练游戏	153
语言能力训练游戏	154
社交能力训练游戏	155
动作能力训练游戏	156

孩子6~7个月带孩子走出家门

157

• 发育特点	157
生理发育	157
心理发育	158
• 科学育儿	159
婴儿口水多的处理	159
培养婴儿良好习惯	159
本月婴儿的喂养	160
本月婴儿人工喂养方案	160
不要嘴对嘴喂婴幼儿	160
婴儿小食品做法	160
婴儿日光浴和盆浴的方法	161
• 专家咨询	163
如何预防宝宝贫血	163
缺铁性贫血宝宝如何喂养	164
含铁制剂可以用牛奶冲服吗	165
酸奶可以代替牛奶喂宝宝吗	165
• 益智游戏	166
生活自理能力的训练	166
听觉能力训练游戏	166
语言能力训练游戏	167
社交能力训练游戏	168
记忆能力训练游戏	169
动作能力训练游戏	170

• 发育特点	171
生理发育	171
心理发育	172
• 科学育儿	173
注意训练婴儿手的能力	173
及时断奶	173
宝宝人工喂养方案	174
婴儿小食品做法	175
不要给婴儿盖厚被	175
不要给婴儿穿得太暖	176
培养婴儿坐便盆的习惯	176
培养婴儿懂道理	176
小儿麻疹的防治	176
• 专家咨询	177
给婴儿喂牛奶过浓好吗	177
可以喂给婴儿高盐食品吗	177
婴儿爱出汗是怎么回事	178
如何预防小儿脊柱侧弯	178
• 益智游戏	179
听觉能力训练游戏	179
语言能力训练游戏	179
情感培育训练游戏	179
动作能力训练游戏	180

• 发育特点	182
生理发育	182
心理发育	183

