



孕产精品书系

PREGNANT AND POST PARTUM



怎样宝贝 你的新生儿

(台湾)张惠◇著

YANG BAOBI
NI DE
XINSHENGER

新生宝宝每月会有什么新表现?
如何应付婴儿期的特殊问题?
怎样利用条件反射培养宝宝的良好习惯?
如何对付难缠的宝宝?
知道怎样护理喂养宝宝才更科学吗?

中国妇女出版社



孕产精品书系

WANGJIAO JIAOYU JIAOYU



怎样宝贝 你的新生儿

ZENYANG BAOBEI

NIDAI XINSHENGER (台湾) 张惠◇著

中国妇女出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

怎样宝贝你的新生儿/张惠著. —北京: 中国妇女出版社, 2005. 6

ISBN 7-80203-151-6

I. 怎... II. 张... III. ①新生儿—哺育②新生儿—护理 IV. R174

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 054114 号

著作权合同登记图字: 01-2005-3365

怎样宝贝你的新生儿

作 者: [台湾] 张惠

策划编辑: 一禾

责任编辑: 一禾

封面设计: 吴晓莉

版式设计: 吴晓莉

责任印制: 王卫东

出 版: 中国妇女出版社出版发行

地 址: 北京东城区史家胡同甲 24 号 邮政编码: 100010

电 话: (010) 65133160 (发行部) 65133161 (邮购)

网 址: www.womenbooks.com.cn

经 销: 各地新华书店经销

印 刷: 北京集惠印刷有限公司

开 本: 850 × 1168 1/32

印 张: 10.625

字 数: 170 千字

版 次: 2005 年 6 月第 1 版

印 次: 2005 年 6 月第 1 次

印 数: 1-6000 册

书 号: ISBN 7-80203-151-6/R·5

定 价: 18.80 元

版权所有 侵权必究 (如有印装错误, 请与发行部联系)

目录

和宝宝一起成长 1

生命最初的十二个月

宝宝出生的第一个星期 4

第一个月的智能反应 7

爱笑的第二个月 10

动动脑的第三个月 13

东张西望的第四个月 16

小手伸向世界的第五个月 18

游戏中学习的第六个月 20

一秒钟也停不下来的第七个月 22

爱模仿的第八个月 24

开始独立的第九个月 26

喜欢冒险的第十个月 28

小跟屁虫的第十一个月 30

人生一大步的第十二个月 32

目
录





宝宝饮食须知

吃鱼使孩子更聪明	36
维他命 A 可预防感冒	38
维他命 C 有助于健康健美	39
维他命 D 有助于强壮骨骼	41
多喝牛奶可补充钙质	43
饮料、可乐不宜多喝	45
点心适可而止	46
对头脑有益的营养素	48

应付难缠宝宝

解决厌奶婴儿的七大对策	52
爱吸吮手指头的宝宝	54
夜猫族宝宝的处理方法	56
活泼宝宝的安全守则	57
仰睡、趴睡、侧睡哪个好	59
超重宝宝减肥计划	61
告别尿布湿疹与尿布	64
手舞足蹈的婴儿体操	67

和宝宝做游戏

听觉的感动	94
视觉的吸引	100
触觉的新鲜体验	105
亲子乐融融	108
玩具的选择与安全	112

宝宝常患的疾病及应对

腹泻	118
呕吐	120
痉挛	122
发烧	124
发疹	125
感冒	129
便秘	131
眼睛的疾病	133
耳朵的疾病	135

宝宝意外急救

急救处理原则	140
烫伤	142
窒息	145





怎样宝贝你的新生儿

ZENYANG BAOBEI
NIDE XINSHENGER

外伤	148
骨折	151
撞击	154
触电	155
中毒	156
鼻血	160

附录一：一岁内婴儿的健康检查要点

附录二：好妈咪妙用锦囊

附录三：新生宝宝的喂养

新生儿的生理特点	180
母乳喂养是宝宝的最佳选择	185
母乳中有哪些珍贵营养成分	189
初乳为什么最宝贵	190
初乳太稀该喂孩子吗	191
影响母乳分泌的原因是什么	192
哺乳期应禁用或慎用哪些药物	196
母乳喂养的时间怎么安排好	198
怎样知道妈妈奶水不足	200
哺乳妈妈该注意哪些问题	201
为什么哺乳时妈妈还得注意自己的饮食	203

什么是正确的喂奶姿势	205
怎样保证妈妈有足够的乳汁	207
哺乳期妈妈应该吃什么	210
如何判断产妇哺乳是否适当	212
产妇有病时为什么不要给宝宝喂奶	215
不能正常哺乳时怎样挤奶保存母乳	216
产妇乳房出现“奶核”怎么办	218
产妇是否应按需哺乳	219
怎么知道宝宝是否吃饱了	220
漾奶和吐奶有什么不同	222
混合喂养要注意什么问题	224
怎样进行人工喂养	226
喂宝宝牛奶要注意哪些问题	227
为什么用米汤稀释牛奶比水好	230
如何选择奶粉和其他代乳品	231
用奶瓶喂宝宝要注意什么问题	234
宝宝的奶瓶该怎样消毒	236

新生宝宝的护理

妈妈要作好艰苦奋斗的准备	240
怎样给宝宝一个舒适的空间	241





怎样宝贝你的新生儿
ZENYANG BAOWEI
NIDE XINSHENGER

如何护理宝宝的脐带	243
如何选择和更换尿布	244
如何给新生宝宝洗澡	247
如何对付宝宝吐奶	251
宝宝独睡好还是与妈妈同睡好	252
新生宝宝吃手怎么办	254
给新生宝宝包蜡烛包好吗	255
如何对付爱哭闹的宝宝	257
怎样护理宝宝的眼、耳、鼻、口	259
什么叫婴儿抚触	262
进行婴儿抚触的好处何在	264
宝宝哪种睡姿好	266
如何辨别宝宝的大小便是否正常	267
怎样给宝宝做保健按摩操	268
如何进行新生宝宝的早期反射能力训练	272
如何对新生宝宝进行早期情智开蒙	274
为什么对新生宝宝多加关爱很重要	277
如何利用条件反射培养新生宝宝的良好习惯	280
为什么对新生宝宝进行预防接种很重要	282
如何进行新生宝宝预防接种	285

新生儿宝宝接种后会有什么反应	290
----------------------	-----

了解新生宝宝的特殊体征

未成熟儿有什么特征	294
产瘤是怎么回事	296
新生儿宝宝怎么会生理性体重下降	297
什么叫“脱水热”	298
新生儿宝宝黄疸是怎么回事	299
宝宝出生后无尿正常吗	302
新生儿宝宝为什么会乳腺肿胀和阴道出血	303
什么叫“螳螂子”	304
宝宝怎么会有马牙、板牙	305
新生儿宝宝皮肤上怎么会有红斑和色素斑	307
“斗鸡脚”怎么办	308

新生儿宝宝其他常见疾病

新生儿宝宝怎么会有头颅血肿	313
怎么对付新生儿宝宝窒息与颅内出血	314
新生儿宝宝怎样的吐奶属不正常	316
新生儿宝宝出现呼吸异常怎么办	318
脐风与脐炎有什么危险	319
婴儿出现脐疝怎么办	321





怎样宝贝你的新生儿
ZENYANG BAObEI
NIDE XINSHENGER

新生儿为什么易患尿布湿疹	122
怎么处理新生儿宝宝白口疮	123
新生儿宝宝硬肿症是怎么回事	125
新生儿宝宝出现奶癣怎么办	126
新生儿宝宝患脓疱疮有危险吗	128
新生儿宝宝上呼吸道感染为什么不可轻视	129

和宝宝一起成长

有个汽车广告曾说过一句话：“我是当爸爸以后，才开始‘学’做爸爸的。”的确，许多为人父母者，都是在孩子呱呱落地后，才从手忙脚乱中慢慢累积起育儿经验的。

如果平时能多吸收一些育儿知识，至少在宝宝啼哭不休、常常尿床或比手画脚时，能够解读出宝宝的心思，知道你的小宝贝在传达些什么讯息、需要什么。

另外，若是宝宝在身体健康上有异常的状况，为人父母者也不会因为没有概念，或一时疏忽而让宝宝受到病魔的煎熬。

本书共分为五个单元，包括“宝宝饮食须知”，提醒您宝宝必需的营养；“应付难缠宝宝”，教给您一些育儿的妙招；“和宝宝游戏”，提供您许多启发宝宝感官能力的活动；“宝宝常患的疾病”，以简单扼要的文字来说明每一种疾病的特征；“宝宝意外急救”，告诉您如何处理宝宝遭遇的突发性的伤害；同时还为您描绘出宝宝“生命最初的十二个月”的特点、智力状况和相应的养育方法。



生命最初的十二个月

宝宝出生的第一个星期

第一个月的智能反应

爱笑的第二个月

动动脑的第三个月

东张西望的第四个月

小手伸向世界的第五个月

游戏中学习的第六个月

一秒钟也停不下来的第七个月

爱模仿的第八个月

开始独立的第九个月

喜欢冒险的第十个月

小跟昆虫的第十一个月

人生一大步的第十二个月



生命最初的十二个月

● ● ● ● ● ●



宝宝出生的第一个星期



手中抱着软绵绵、只有一丁点儿的小宝宝，听着他出奇大的哭叫声，母亲心里真是百感交集，既欢喜又惊慌。看着宝宝的种种反应，深深感到造物者“鬼斧神工”的奥妙，却又担心凡夫俗子如己者，无法胜任照顾新生儿的重大责任。

初为人父人母者面对刚出生的新生儿，心里确实会有许许多多的紧张和忧虑。因为出生不到一星期的宝宝，是有不少“异常”现象的，例如：

- 呼吸呈不规则状
- 脉搏速度快
- 体温稍高
- 排出糊条状、黑色或稀薄的粪便
- 脸、胸、腹部皮肤有泛黄的现象

遇到上述的状况，没有一个爸爸、妈妈不会心惊胆

战。其实，刚生下的婴儿呼吸大都呈不规则状态，平均一分钟为 40 ~ 50 次，是成人的二至三倍，但会逐渐趋于稳定；脉搏通常是一分钟 130 ~ 140 次，但在哭泣等激动状态下，则跳动会更频繁。

由于新生儿的体温调节机能尚未发育成熟，所以受外界环境气温的影响颇大，但一般都在摄氏 37 度左右，若温度高得离谱时，千万别误以为是新生儿的正常现象，一定要请教医生。

新生儿出生后两三天，会有排糊条状黑色粪便及皮肤泛黄的现象。前者只要开始吃母乳或牛奶后，就会渐渐变成黄色；后者则因人而异，通常一星期，至多两星期就会有所改善，并慢慢而自然地恢复到常态。





宝宝出生的第一个星期

M E M O (成长记录)	
一星期大的宝宝	
特征	· 除了吃奶之外，几乎整天都在睡觉。 · 体温偏高。 · 以哭泣来表达感受。 · 轻触嘴唇即有吸吮的反应。 · 手有抓握的反射动作。
附注	· 宝宝的胃容量约只有 25 ~ 50 毫升而已，容量小且收缩力弱，易发生吐奶现象。因此，在喂奶后要适当竖抱一会儿，并让宝宝充分打嗝。