

妈咪学堂
· 权威指导 ·

区慕洁 0~3岁 婴幼儿养育权威指导

著名早教专家50年教育实践的倾情奉献



区慕洁/主编

中国优生科学协会理事
所著早教图书获全国
“五个一工程”奖

其早教理论和早教方法
深深影响了一代人

畅销版

科学 实用 全面 细致
对新手父母最为关心的育儿问题
按年龄段进行细致的解答
给父母最亲切、科学的指导
让宝宝的能力得到全面开发

中国妇女出版社

区慕洁 0~3岁 婴幼儿养育权威指导

区慕洁/主编



中国妇女出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

区慕洁 0~3 岁婴幼儿养育权威指导 / 区慕洁主编.

—北京: 中国妇女出版社, 2013. 6

(妈咪学堂. 权威指导系列)

ISBN 978 - 7 - 5127 - 0695 - 8

I. ①区… II. ①区… III. ①婴幼儿—哺育

IV. ①TS976. 31

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 092226 号

区慕洁 0~3 岁婴幼儿养育权威指导

作 者: 区慕洁 主编

责任编辑: 赵延春

封面设计: 吴晓莉

插 图: 章禺、卡森插画工作室

责任印制: 王卫东

出版发行: 中国妇女出版社

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

印 刷: 北京联兴华印刷厂

开 本: 170 × 240 1/16

印 张: 30

字 数: 500 千字

版 次: 2013 年 7 月第 1 版

印 次: 2013 年 7 月第 1 次

书 号: ISBN 978 - 7 - 5127 - 0695 - 8

定 价: 39.80 元

版权所有·侵权必究

(如有印装错误, 请与发行部联系)



前言

当妈妈抱着自己刚出生的宝宝从医院回家，心情一定十分兴奋和激动，并下决心一定要把自己爱的结晶——最亲爱的宝宝养育成最健康、优秀的宝宝。亲人早已把家里布置得十分舒适，迎接新成员的到来。

宝宝的一声啼哭，唤醒了所有人的美梦，大家开始手忙脚乱，妈妈忙着喂奶，姥姥忙着换尿布，爸爸忙着收拾从医院带回来的东西，奶奶忙着给大家沏茶倒水……从此宁静的二人世界宣布结束，小小的新成员成为家庭的核心，大家不约而同地围着他转。随着小宝宝的成长，每天都会有新的问题，家中每一个人都会有不同的想法，到底应当听谁的意见呢？哪一种想法最合理，对宝宝的成长最有利，最能被大家接受呢？

近几年，我经常有机会参加全国各地的家长会，不断有来自各方的新手妈妈、新手爸爸，头一次当上奶奶、爷爷或者姥姥、姥爷的人提出许多问题，其中宝宝头三年的养育问题提得最多。宝宝出生后的头一年最需要在营养和护理上的帮助，到了第二和第三年教养方面的问题就会多起来。这些问题基本上具有不同月龄和年龄的特点，有必要按着婴幼儿的所需把问题集中起来，给广大家长提供方便。因为照看宝宝不太方便到处求问别人，如果没有必要，家长一般也不太愿意经常到医院找医生咨询，这种带有咨询性质的家长会也不一定能经常定时召开，如果家长手头有一本能解决问题的书就会方便得多。因此我将手头的资料按月或者相近的月龄组分类排列，方便家长随时查找答案，解决具

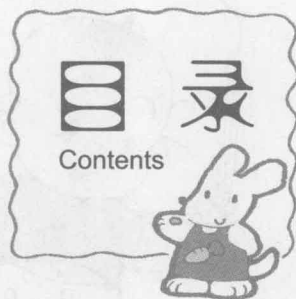


体问题。

在这里要感谢给我提出问题的家长，感谢他们同我分享育儿的快乐，感谢他们对我的信任。也要感谢有些杂志几年来不断帮助我收集家长们的问题，感谢组织家长会的亲子园和其他有关单位，让我有机会面对家长给他们作答。希望这本书能帮助更多新手父母树立科学的育儿观念，使宝宝不但身体健康、智能优秀，而且能独立、自理、自律、自强，成为爱父母、爱家庭、爱祖国，能团结、能奉献的好宝宝，将来成为合格的接班人。也祝愿所有的父母欣赏自己的宝宝，在育儿的过程中得到快乐，共同进步。愿所有的宝宝能快乐、健康成长！

区慕洁





0~1岁养育指导

0~1个月

生理指标/2

发育状况/3

喂养方法/5

1. 宝宝体重下降,该加配方奶吗/5
2. 哺乳期间需要给宝宝补充其他营养吗/5
3. 宝宝体重增长过快,要少喂母乳吗/5
4. 妈妈没下奶时给宝宝用奶瓶喂水好吗/6
5. 宝宝溢奶怎么办/6
6. 母乳不足是混合喂养好,还是只喂奶粉好/6

护理要点/7

1. 宝宝嘴唇干怎么办/7
2. 宝宝睡觉时是否应绑住双手/7
3. 怎样防止宝宝把东西塞到嘴里/8
4. 灯放在什么位置不伤宝宝的眼睛/8
5. 宝宝的肚脐渗水怎么办/8

6. 把小宝宝抛起来会伤着他吗/9

7. 冬末春初换季时怎样照顾好宝宝/9

8. 宝宝为什么会长湿疹/9

9. 给新生儿戴小手套好不好/10

10. 在家里怎样给小宝宝洗澡/10

11. 宝宝染上鹅口疮怎么办/11

12. 宝宝脸上长小红点该怎么处理/11

13. 能带未满月的宝宝外出吗/11

14. 新生儿能晒太阳吗/12

15. 宝宝多少天可以抱出去晒太阳/12

16. 怎样抱宝宝最好/12

大小便问题/13

1. 宝宝大便黑绿色是怎么回事/13

2. 宝宝的尿布为什么有一圈浅红色的尿迹/13

3. 女婴阴道出血是怎么回事/13

锻炼方法/14

1. 什么时候开始练习俯卧抬头/14





2. 怎样锻炼宝宝的精细动作/14
3. 怎样使宝宝的左右手协调/15
4. 让宝宝练习直立会伤着腿吗/15
5. 怎样让宝宝练习游泳/15

啼哭的应对/16

1. 怎样分辨宝宝的哭声/16
2. 怎样应对宝宝的哭闹/16
3. 为什么宝宝总是哭着让爸爸抱/16

睡眠注意事项/17

1. 宝宝睡眠昼夜颠倒怎么办/17
2. 冬季在睡眠方面应注意什么/17
3. 怎样调整宝宝的睡眠时间/17
4. 怎样防止宝宝睡偏头/18

玩具的使用/18

1. 新生儿适合玩什么玩具/18
2. 怎样发挥玩具的作用/18

潜能开发/19

1. 应该给宝宝听什么音乐/19
2. 新生儿有模仿能力吗/19
3. 给宝宝听胎教时的音乐好吗/20

亲子沟通/20

1. 怎样扮演好父亲的角色/20
2. 怎样说服婆婆让宝宝游泳/20
3. 育婴师与家人有分歧怎么办/21

预防保健及其他/21

1. 宝宝的乳头为什么能挤出白色的乳汁/21
2. 黄疸没有退尽能注射卡介苗吗/21

1~2个月

生理指标/23

发育状况/23

喂养方法/24

1. 给一个多月大的宝宝一天喂多少水合适/24
2. 宝宝吃奶时中途会休息一下吗/24
3. 宝宝体重增加较慢怎么办/25
4. 为什么拍嗝后宝宝仍然漾奶/25
5. 宝宝总打嗝怎么办/25
6. 是否应给宝宝制定喂奶时间/25
7. 除了服用鱼肝油还有其他补钙方法吗/26

护理要点/26

1. 宝宝流口水如何护理/26
2. 怎样预防宝宝斜视和弱视/26
3. 怎样防止宝宝经常把袜子弄掉/27
4. 应当经常给宝宝洗澡吗/27
5. 怎样预防宝宝洗澡时着凉/27
6. 如何预防秋季干燥/27
7. 怎样预防宝宝罗圈腿/28
8. 怎样才能不让宝宝长痱子/28
9. 冬季外出应注意什么/28
10. 怎样护理宝宝的鼻腔/29
11. 怎样让宝宝洗澡时不害怕/29



12. 宝宝有佝偻病该怎么办/29

13. 让宝宝在电视旁边好吗/30

14. 经常抱宝宝到户外好不好/30

15. 宝宝脸上长小点, 服用七星茶好吗/30

大小便问题/31

1. 怎样预防宝宝出现红屁股/31

2. 用纸尿裤应注意什么/31

3. 宝宝出生多少天可以练习把尿/31

4. 宝宝好几天大便一次, 是否正常/31

5. 宝宝小便时为什么会啼哭/32

锻炼方法/32

1. 怎样使宝宝活动时两边对称/32

2. 在阳台上晒太阳有效果吗/33

3. 做婴儿体操时宝宝乱动还有效果吗/33

4. 宝宝两个月时应该做哪些动作/33

5. 宝宝四肢总不停地动是否有多动症/34

啼哭的应对/34

1. 宝宝不让爸爸抱怎么办/34

2. 该不该多抱宝宝/34

睡眠注意事项/35

1. 宝宝头睡偏了怎么办/35

2. 宝宝半夜吃完奶还要玩怎么办/35

3. 宝宝睡觉身体突然抖动是怎么回事/35

4. 宝宝睡不安稳怎么办/36

5. 宝宝夜里睡觉爱蹬被子怎么办/36

6. 怎样能让宝宝白天少睡、晚上多睡呢/36

7. 宝宝睡软床好还是木板床好/37

8. 宝宝睡眠时间不足怎么办/37

玩具的使用/37

1. 给宝宝选择什么颜色的玩具好/37

2. 应该给宝宝买什么玩具/38

潜能开发/38

1. 本月怎样刺激宝宝发出声音/38

2. 要给1~2个月的宝宝多安排活动吗/38

3. 何时教宝宝认物最适合/39

4. 本月应教宝宝模仿哪些动作/39

5. 应当给宝宝做哪些早教项目/39

亲子沟通/40

1. 工作繁忙的爸爸如何与女儿建立感情/40

2. 和老人在育儿方法上存在分歧怎么办/40

预防保健及其他/41

1. 是否需要注射免费疫苗之外的疫苗呢/41

2. 没有注射乙肝疫苗需要补种吗/41

2~3个月

生理指标/42

发育状况/42

喂养方法/43

1. 配方奶更有营养吗/43

2. 宝宝不愿意用奶瓶怎么办/44

3. 宝宝不够胖, 要添加辅食吗/44

4. 宝宝不愿意吃奶怎么办/44

5. 可以边喂奶边看电视吗/45

6. 母乳喂养需要定时吗/45

7. 妈妈在哺乳期可以吃螃蟹吗/45

8. 宝宝大便有奶瓣正常吗/45

9. 宝宝凶门大, 需要补钙吗/45

10. 宝宝白天睡不好, 需要补钙吗/46

11. 哺乳妈妈能吃西瓜吗/46

12. 宝宝体重增加太快怎么办/47

护理要点/47

1. 洗澡水多少度合适/47

2. 宝宝头上有红疹子怎么办/47



3. 怎样防止洗澡时呛水和耳朵进水/47
4. 宝宝哭闹需要马上安慰他吗/48
5. 宝宝总让大人抱着走怎么办/48
6. 怎样给宝宝喂药/48
7. 可以竖抱宝宝吗/49
8. 怎样制止宝宝吃手指/49
9. 宝宝长湿疹怎么办/49
10. 怎样防止宝宝翻身掉下/50
11. 冬天外出时怎样给宝宝保暖/50
12. 妈妈患感冒时怎样使宝宝不受影响/50
13. 晚上应该给宝宝把尿吗/51
14. 宝宝总流口水是怎么回事/51
15. 宝宝皮肤过敏怎么办/51
16. 宝宝睾丸鞘膜积液怎么办/51
17. 怎样清理宝宝的鼻腔/51
18. 宝宝眼睛干涩可以点眼药水吗/52
19. 经常开车带宝宝去远处玩好吗/52
20. 怎样避免宝宝耳背发炎/52
21. 冬天宝宝睡觉时该穿什么/52
22. 可以带宝宝到处走吗/52

大小便问题/53

1. 怎样给宝宝换尿布/53
2. 宝宝大便变绿是怎么回事/53
3. 宝宝头发稀疏正常吗/53

锻炼方法/54

1. 做什么游戏能使宝宝颈部有力量/54
2. 怎样让宝宝双手均衡发展/54
3. 怎样锻炼宝宝的运动能力/54
4. 宝宝不喜欢游泳怎么办/55
5. 怎样帮助宝宝练习翻身/55
6. 冬天宝宝穿什么方便活动/55

啼哭的应对/55

1. 宝宝啼哭时要马上去照顾吗/55
2. 怎样安抚傍晚哭闹的宝宝/56

睡眠注意事项/56

1. 怎样防止烟花爆竹声对宝宝的刺激/56
2. 白天宝宝要人抱着睡怎么办/57
3. 白天宝宝多睡觉好还是多活动好/57

玩具的使用/57

1. 怎样用玩具锻炼宝宝的能力/57
2. 给宝宝经常更换玩具好吗/57
3. 给宝宝买的第一件玩具应该是什么/58

潜能开发/58

1. 可否让宝宝看书/58
2. 女婴是否比男婴语言发育早/59
3. 怎样教宝宝发音/59

亲子沟通/59

1. 爸爸普通话讲不好会影响宝宝吗/59
2. 可以吓唬不肯睡觉的宝宝吗/60

预防保健及其他/60

怎样给宝宝喂小儿麻痹糖丸/60

3~4个月

生理指标/61

发育状况/62

喂养方法/63

1. 母乳不足怎么办/63
2. 怎样让宝宝接受配方奶/63
3. 宝宝夜里吃奶次数多, 影响妈妈上班怎么办/63
4. 应该怎样给宝宝喂水/63
5. 怎样去除宝宝的内火/64



6. 宝宝吃奶太急怎么办/64

护理要点/64

1. 眼睫毛掉到眼睛里怎么办/64
2. 宝宝游泳受到惊吓怎么办/65
3. 哺乳妈妈感冒能吃药吗/65
4. 宝宝啼哭时肚脐鼓起来怎么办/65
5. 怎样给宝宝增减衣服/65
6. 怎样去掉安抚奶嘴/66
7. 宝宝的腋下常常发红怎么办/66
8. 患湿疹的宝宝用哪些护肤品比较好/66
9. 怎样避免宝宝反复感冒/66
10. 宝宝穿旧衣服好吗/66
11. 怎样预防宝宝被家具碰伤/67
12. 怎样预防宝宝眼睛感染/67
13. 宝宝腹泻怎么办/67
14. 怎样医治轮状病毒引起的腹泻/68

大小便问题/68

1. 怎样给宝宝把尿/68
2. 为什么宝宝夜里小便不哭闹/69

锻炼方法/69

1. 宝宝特别喜欢俯卧抬头, 这样好吗/69
2. 让宝宝练习迈步好吗/69
3. 横抱宝宝好还是竖抱好/69
4. 宝宝有点胖, 不愿意趴着怎么办/70
5. 怎样让宝宝愿意练习翻身呢/70

啼哭的应对/70

1. 宝宝啼哭时应马上去照看吗/70
2. 宝宝啼哭时是否应让他学会等待/71

睡眠注意事项/71

1. 夜里有必要把宝宝叫醒吃奶吗/71



2. 宝宝白天睡觉时需要特别暗和安静的环境吗/72

玩具的使用/72

1. 怎样跟3个月大的宝宝互动/72
2. 怎样用玩具跟3个月的宝宝做游戏/72
3. 怎样给宝宝选择无毒的塑料玩具/73
4. 宝宝不喜欢玩具怎么办/73

潜能开发/74

1. 宝宝3~4个月可以做哪些游戏/74
2. 如何用儿歌来提高宝宝的语言能力/74
3. 怎样培养宝宝开朗活泼的个性/75
4. 宝宝的发音和动作是通过模仿学会的吗/75

亲子沟通/76

1. 爸爸妈妈离开后宝宝会伤心吗/76
2. 经常抱着宝宝好吗/76

预防保健及其他/77

1. 疫苗是越贵越好吗/77
2. 给宝宝预防接种前应做哪些准备/77





4~5个月

生理指标/78

发育状况/79

喂养方法/80

1. 应该何时添加辅食/80
2. 怎样让宝宝愉快接受新添加的食物/80
3. 添加辅食的顺序和进度应怎样掌握/81
4. 大人在吃饭时让宝宝尝味道合适吗/81
5. 给4个月大的宝宝吃大人的菜好不好/81
6. 现在能给宝宝喂肉类食物吗/82
7. 宝宝吃肝粉后脸上发湿疹怎么办/82
8. 横着抱时宝宝不肯吃奶怎么办/82
9. 宝宝总流口水是怎么回事/82
10. 怎样让宝宝学会吞咽食物/83
11. 鸡蛋可以用牛奶和米糊调吗/83

护理要点/83

1. 患感冒时怎样保护宝宝的皮肤/83
2. 宝宝皮肤皴皮了可以用护肤品吗/84
3. 宝宝发烧需要去医院吗/84
4. 冬季如何让宝宝得到更多的锻炼/84
5. 宝宝长脓包怎么办/84
6. 宝宝爱啃脚正常吗/85

大小便问题/85

1. 总给宝宝用尿不湿好吗/85
2. 添加辅食后出现便秘怎么办/85

锻炼方法/86

1. 怎样让宝宝练习向前爬/86
2. 怎样让宝宝学习翻身/86
3. 宝宝会翻身后怎样注意安全/86

啼哭的应对/87

1. 宝宝性子急怎么办/87
2. 宝宝专注时怎样才能不让他受到惊吓/87

睡眠注意事项/87

1. 可以改变宝宝晚上睡前洗澡的习惯吗/87
2. 怎样防止宝宝睡觉时脚心受凉/88

玩具的使用/88

1. 怎样让宝宝喜欢玩具/88
2. 适合这个月龄宝宝的玩具有哪些/88

潜能开发/88

1. 宝宝对游戏没兴趣怎么办/88
2. 宝宝喜欢看电灯、电视怎么办/89
3. 怎样才能让宝宝抓得更好些/89
4. 现在有必要教宝宝做各种手势吗/90

亲子沟通/90

1. 是否该带宝宝参加大人的活动/90
2. 爸爸出差时怎样与宝宝保持联系/90

预防保健及其他/91

1. 腹泻有什么疫苗可用/91
2. 怎样预防手足口病/91





5~6个月

生理指标/92

发育状况/93

喂养方法/94

1. 宝宝吃鱼虾过敏怎么办/94
2. 宝宝吃酸味食物过敏怎么办/94
3. 宝宝只爱吃番薯饭怎么办/94
4. 给宝宝换吃不同品牌的奶粉好不好/94
5. 宝宝体检不缺钙就不必补钙吗/95
6. 5~6个月的宝宝应该吃什么辅食/95
7. 这个月让宝宝多喝梨水有害处吗/95
8. 宝宝不爱吃辅食怎么办/95
9. 怎样喂宝宝吃果泥/96
10. 宝宝常吃固体食物有什么益处/96
11. 康复期怎样调整宝宝的食物/96
12. 康复期可以延长夜奶的间隔吗/97
13. 给宝宝用餐桌椅吃饭好吗/97

护理要点/97

1. 应该给宝宝穿多少衣服/97
2. 需要对小宝宝进行性别教育吗/97
3. 可以给宝宝经常涂湿疹药膏吗/98
4. 怎样才能阻止宝宝把东西放进嘴里/98
5. 新买来的羽绒被子应怎样处理/98
6. 开加湿器会不会对宝宝不好/99
7. 春季应怎样注意预防小儿常见病/99
8. 宝宝舌尖充血怎么办/99
9. 给宝宝找来的旧衣服应该怎样消毒/99
10. 宝宝生活的房间需要较好的光线吗/100
11. 宝宝身上蹭掉一小块皮怎么办/100
12. 宝宝眼睛红了,经常揉眼怎么办/100
13. 能否给宝宝用紫草膏/100
14. 宝宝流口水,下巴上有红疹怎么办/100

15. 白天应当给宝宝穿上衣服吗/101

大小便问题/101

1. 夏天怎样预防宝宝屁股出红疹子/101
2. 用纸尿裤会形成八字腿吗/101
3. 宝宝腹泻需要立即去医院就诊吗/102

锻炼方法/102

1. 运动能力强的宝宝该怎样锻炼/102
2. 宝宝现在可以学坐吗/103
3. 哪些运动游戏可以开发智力/103
4. 怎样帮助宝宝从俯卧位翻回至仰卧位/103
5. 怎样让宝宝练习游泳/104
6. 冬天带宝宝外出晒太阳时怎样预防皮肤皴裂/104
7. 宝宝为什么总喜欢让大人抱着/104

啼哭的应对/104

1. 妈妈不在家时宝宝总哭闹怎么办/104
2. 宝宝每天傍晚都要哭闹是怎么回事/105

睡眠注意事项/105

1. 怎样调整宝宝的生物钟/105
2. 宝宝为什么跟大人睡才睡得比较踏实/105
3. 宝宝晚上睡觉盖多少合适/105
4. 宝宝喜欢朝左侧睡,有必要调整吗/106
5. 怎样让宝宝在早晨迟一些睡醒/106

玩具的使用/106

1. 宝宝自己玩玩具时要注意什么/106
2. 一次给宝宝很多玩具好吗/106
3. 宝宝总啃布书,是否应纠正/107

潜能开发/107

1. 适合这个月龄的亲子游戏有哪些/107
2. 宝宝的视力发育是否达标/108
3. 怎样培养宝宝的耐性/108





4. 为什么宝宝会喊“爸爸”几天后就不再喊了/108
5. 需要刻意培养宝宝的发音能力吗/109
6. 怎样教宝宝学会用卡片认物/109
7. 可以由着宝宝接触新奇的事物吗/109

亲子沟通/110

1. 女孩喜欢跟爸爸玩，这样好吗/110
2. 怎样让宝宝亲近爸爸/110
3. 宝宝睡觉前不愿意理睬爸爸，怎么办/110
4. 五六个月的宝宝应该上餐桌吃饭吗/111
5. 宝宝自己发音时应当怎样诱导/111

预防保健及其他/111

1. 要不要给宝宝做卡介苗复查/111
2. 预防注射前要注意些什么/112
3. 换季时要给宝宝打流感疫苗吗/112
4. 患湿疹的宝宝能否接受疫苗注射/112
5. 哪些自费疫苗需要注射/112

6~7个月

生理指标/114

发育状况/115

喂养方法/116

1. 宝宝挑食怎么办/116

2. 满6个月以后应该添加哪些辅食/116
3. 为什么宝宝本月体重、身高都长得不
多/116
4. 宝宝体重超标怎么办/116
5. 吃哪些食物能补充锌和钙/117
6. 6个月的宝宝能吃粗粮吗/117
7. 宝宝夜里醒的次数过多是怎么回事/117
8. 给宝宝多喂辅食好吗/117
9. 可以给宝宝喂大人的饭菜吗/118
10. 怎样帮助宝宝练习磨牙/118
11. 宝宝不肯用奶瓶怎么办/118
12. 宝宝的奶量减少，可以加入米粉吗/118
13. 春、夏季喂养宝宝要注意什么/119
14. 蒸鸡蛋羹放盐、鸡精和油好吗/119

护理要点/120

1. 怎样给宝宝添置衣物/120
2. 宝宝应该什么时候补充鱼肝油/120
3. 如何吃才能使湿疹不复发，又兼顾营
养的供应/120
4. 宝宝外出需要带些什么/120
5. 宝宝经常抓自己的耳朵怎么办/121
6. 宝宝烂嘴角怎么办/121
7. 宝宝睡觉时头上出汗怎么办/121
8. 宝宝眼角皮肤发红是上火吗/121
9. 冬天外出时宝宝穿暖的标准是什么/122
10. 宝宝有头屑怎么办/122
11. 宝宝后脑勺着地摔倒了，大脑会受伤
吗/122
12. 怎样清洁宝宝的耳朵/122
13. 宝宝为何吸吮下嘴唇/123
14. 宝宝喜欢舔衣物怎么办/123

大小便问题/123

1. 宝宝不让把尿怎么办/123



2. 宝宝大便时受过惊吓, 不让再把怎么办/123
3. 宝宝每天大便4次正常吗/124
4. 宝宝趴着时小便次数较多, 怎么办/124
5. 宝宝大便干怎么办/124

锻炼方法/125

1. 怎样帮助宝宝学习爬行/125
2. 可以让宝宝学站吗/125
3. 宝宝可以学坐吗/125
4. 冬天怎样给宝宝做空气浴/126
5. 是否一定让宝宝先爬后走呢/126
6. 下肢短与身高、体重有关系吗/126
7. 怎样有次序地加入肢体训练/127

啼哭的应对/127

1. 怎样安抚啼哭的宝宝/127
2. 宝宝啼哭时可能有哪些疾病/127

睡眠注意事项/128

1. 晚上睡觉前做游戏好不好/128
2. 宝宝会打呼噜吗/128
3. 怎样防止会翻身的宝宝从床上摔下来/128
4. 怎样调整宝宝的睡眠/128
5. 宝宝睡觉时怎样防止蚊子叮咬/129
6. 为什么宝宝总让大人抱着睡觉/129
7. 宝宝入睡困难怎么办/129

玩具的使用/130

1. 6个月以上的宝宝适合买什么玩具/130
2. 有必要按宝宝的性别选择玩具吗/130
3. 6~7个月的宝宝需要买哪些玩具/131

潜能开发/131

1. 宝宝开始黏大人怎么办/131
2. 宝宝喜欢玩电线怎么办/131

3. 怎样培养宝宝双手的抓握能力/132
4. 怎样让宝宝更加开朗/132
5. 怎样引导宝宝说话/133
6. 用方言同宝宝说话会影响他学普通话吗/133
7. 爸爸怎样跟宝宝做安静的游戏/133
8. 怎样让宝宝学会分享/134

亲子沟通/134

1. 爸爸怎样担负起教育宝宝的责任/134
2. 爸爸怎样增进与宝宝的感情/135
3. 爸爸怎样才能同宝宝亲近/135

预防保健及其他/135

1. 宝宝接种后有不良反应怎样护理/135
2. 没有接到预防接种的通知怎么办/136

7~8个月

生理指标/137

发育状况/137

喂养方法/139

1. 宝宝长得太胖怎么办/139
2. 宝宝头发黄、稀疏是缺少营养吗/139
3. 怎样让宝宝爱上喝水/139
4. 宝宝不爱吃辅食怎么办/140
5. 宝宝不爱吃配方奶怎么办/140
6. 宝宝太瘦, 要不要吃中药/140
7. 应如何给7个月的宝宝安排饮食/141
8. 怎样给宝宝吃水果/141
9. 可以经常让宝宝吃番薯粥吗/141
10. 怎样轻松地喂宝宝吃饭/142
11. 宝宝这个月应该吃几段奶粉/142
12. 怎样为宝宝选择钙剂/142





护理要点/143

1. 间隔多久给宝宝洗澡合适/143
2. 怎样给宝宝营造一个安全的运动环境/143
3. 宝宝总把东西放进嘴里怎么办/143
4. 宝宝缠着爸爸不让上班怎么办/144
5. 搬家之后怎样让宝宝尽快适应/144
6. 怎样安排宝宝的穿衣和盖被/144
7. 换季时宝宝腹泻怎样调理/145
8. 宝宝额头出现小红点怎么办/145
9. 宝宝轻度咳嗽需要处理吗/145
10. 孩子一直有枕秃怎么办/145
11. 宝宝的衣服能同大人的一起洗吗/145
12. 怎样给宝宝穿衣服/146
13. 宝宝口腔有异味怎么办/146
14. 带宝宝坐飞机要注意什么/146
15. 怎样防止宝宝陷进家具的缝隙里/147
16. 宝宝常坐汽车好吗/147
17. 公共游戏室容易感染疾病吗/147

大小便问题/148

1. 怎样把宝宝大小便/148
2. 可以让宝宝坐便盆大小便吗/148
3. 怎样使宝宝同大人配合把尿/148
4. 怎样防止宝宝在游泳池里大小便/149

锻炼方法/149

1. 宝宝何时开始练习站立好/149
2. 宝宝应该怎样学习爬行/149

啼哭的应对/150

1. 宝宝怕生怎么办/150
2. 宝宝多大才能进亲子园/151
3. 宝宝晚上哭闹怎么办/151

睡眠注意事项/152

1. 让宝宝按照幼儿园的时间作息好吗/152
2. 宝宝睡觉时被蚊子咬了怎么办/152
3. 宝宝睡大床好吗/152

玩具的使用/153

1. 宝宝玩玩具时有必要给他示范吗/153
2. 7~8个月的宝宝应该用什么玩具/153
3. 宝宝对一种玩具玩腻了怎么办/153

潜能开发/154

1. 宝宝对游戏不感兴趣怎么办/154
2. 怎样从认图片开始给宝宝讲故事/154
3. 怎样让宝宝安静一会儿/154
4. 怎样让宝宝学习语言/155
5. 怎样对宝宝进行启蒙教育/155
6. 应当让宝宝听什么音乐/155
7. 这个月应侧重宝宝哪方面的训练/156

亲子沟通/156

1. 爸爸经常带女儿会使女孩像男孩吗/156
2. 父母应当陪着宝宝玩还是让他自己玩/156
3. 照顾宝宝时怎样注意分寸/157

预防保健及其他/157

1. 预防接种后发烧应怎样护理/157
2. 外省适龄宝宝可以在本地预防接种吗/157





8~9个月

生理指标/159

发育状况/159

喂养方法/160

1. 怎样才能让宝宝接受配方奶/160
2. 如何同时补充钙、铁、锌/161
3. 如何让宝宝喜欢吃辅食/161
4. 怎样改善宝宝的食欲/161
5. 宝宝患湿疹时饮食上应怎样调理/161
6. 宝宝吃奶时总咬妈妈的乳头怎么办/162
7. 宝宝吃太凉的东西会拉肚子吗/162
8. 宝宝吃鱼肉引起局部过敏怎么办/163
9. 宝宝不喜欢喝鲜榨果汁怎么办/163
10. 宝宝贪玩、不爱吃饭怎么办/163

护理要点/164

1. 怎样选择宝宝的护肤品/164
2. 爸爸怎样护理宝宝更好/164
3. 怎样防止宝宝受外伤/164
4. 怎样辨别宝宝是不是斗鸡眼/165
5. 如何避免会爬的宝宝出现意外/165
6. 宝宝感冒时睡不好怎么办/166
7. 春天怎样防止宝宝生病/166
8. 白细胞偏高要紧吗/166
9. 怎样使宝宝懂得危险/166
10. 双休日应当经常带宝宝出去玩吗/167
11. 宝宝发高烧应该怎么办/167
12. 夏天怎样调节室内温度/167

大小便问题/168

1. 如何训练8个月的宝宝大小便/168
2. 夜间怎样照料宝宝大小便/168
3. 宝宝排便多、体重不增怎么办/168

锻炼方法/169

1. 宝宝不会爬是否影响智力发育/169
2. 宝宝能站起来了, 是否应让他学走/169
3. 能让宝宝玩有点刺激的游戏吗/169
4. 宝宝用脚尖跳跃是不是有问题/170
5. 学步车到底好不好/170
6. 要不要用毛巾吊起宝宝的肚子学爬/170
7. 等待宝宝自然会爬的说法对吗/171

啼哭的应对/171

1. 怎样应对性急的宝宝/171
2. 宝宝睡着后为什么突然大哭/172

睡眠注意事项/172

1. 怎样避免宝宝睡前啼哭/172
2. 宝宝要同妈妈睡大床怎么办/172

玩具的使用/173

1. 怎样使宝宝不把玩具放入口中/173
2. 宝宝不肯放下手中的玩具怎么办/173
3. 什么玩具既有用又不浪费呢/173

潜能开发/174

1. 宝宝总是一出门就紧张怎么办/174
2. 怎样防止宝宝摸插座/174
3. 怎样提高宝宝手指动作的准确性/174
4. 为什么宝宝总喜欢低头看地上的东西/175
5. 怎样诱导宝宝学习身体语言/175
6. 宝宝容易被声音惊吓怎么办/175
7. 8~9个月的宝宝应当学习什么/176
8. 什么时候可以让宝宝自己穿衣服/176
9. 怎样教宝宝学会等待/176
10. 怎样防止宝宝摔跤/177

亲子沟通/177

1. 爸爸妈妈怎样分工带好宝宝/177





2. 如何保持亲子关系/177
3. 带宝宝参加亲子班好处多吗/178
4. 怎样适当带宝宝外出/178
5. 经常哄的宝宝是否会任性/178

预防接种/179

1. 鸡蛋过敏的宝宝能接种麻疹疫苗吗/179
2. 冬末春初宝宝应当接受哪些预防接种/179

9~10个月

生理指标/180

发育状况/180

喂养方法/181

1. 宝宝不爱吃猪肝怎么办/181
2. 不爱吃辅食的宝宝如何调养/181
3. 食量少的宝宝可以经常喂食吗/182
4. 宝宝不爱吃配方奶怎么办/182
5. 秋季断奶好不好/182
6. 怎样保证宝宝有足够的奶量/183
7. 9个月的宝宝应当服用多少钙剂/183
8. 奶粉受潮怎么办/183
9. 除了吃钙剂外,还有什么方法补钙/183

10. 怎样才能让宝宝喝水、吃饭不会呛着/184
11. 宝宝吃水果后大便变稀怎么办/184
12. 宝宝吃了鸡爪之类的食物怎么办/184

护理要点/185

1. 秋季宝宝皮肤干燥怎么办/185
2. 宝宝感冒鼻塞怎么办/185
3. 宝宝发烧后脸上出红疹怎么办/185
4. 如何按照气候随时加减衣服/185
5. 带宝宝出远门有哪些注意事项/186
6. 宝宝总流鼻涕怎么办/186
7. 宝宝腹泻时间长怎么办/186
8. 宝宝晒黑了怎么办/187
9. 宝宝患咽喉炎,发烧、拉肚子怎么办/187
10. 怎样才能让宝宝配合大人穿衣服/187
11. 夏天宝宝在户外活动应注意些什么/188
12. 宝宝经常损坏家里的东西怎么办/188
13. 怎样清洁宝宝的牙齿/188
14. 为什么要遵守宝宝日常活动的时间/189

大小便问题/189

1. 怎样能使宝宝在大小便前做一些表示/189
2. 何时开始夜间把尿练习比较好/189

锻炼方法/190

1. 为什么宝宝不愿意走/190
2. 宝宝不愿意自己待着怎么办/190
3. 宝宝还不会站就想自己走怎么办/191
4. 怎样才能让宝宝学会站稳/191
5. 宝宝不愿意游泳怎么办/191
6. 宝宝应该穿鞋吗/192

啼哭的应对/192

1. 宝宝为什么爱哭/192
2. 宝宝怕生怎么办/192

