

新妈咪丛书

李荔馨 编著

科学 育儿 须知



XIN
MAMI
CONGSHU

上海科学普及出版社

新妈咪丛书

科学育儿须知

李荔馨 编著

上海科学普及出版社

图书在版编目(CIP)数据

科学育儿须知/李荔馨编著. —上海: 上海科学普及出版社, 2005. 1

(新妈咪丛书)

ISBN 7-5427-2703-6

I. 科... II. 李... III. 婴幼儿-哺育-基本知识
IV. TS976.31

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 114055 号

责任编辑 李选玲 董 放

科学育儿须知

李荔馨 编著

上海科学普及出版社出版发行

(上海中山北路 832 号 邮政编码 200070)

<http://www.pspsh.com>

各地新华书店经销 立信常熟印刷联营厂印刷

开本 787×1092 1/32 印张 5.375 字数 107 000

2005 年 1 月第 1 版 2005 年 1 月第 1 次印刷

印数 1~5 100

ISBN 7-5427-2703-6/R·288 定价: 9.00 元

本书如有缺页、错装或损坏等严重质量问题

请向出版社联系调换

目录



新生儿体征

新生儿的身体 /4

头部 /4

眼睛 /4

口部 /6

皮肤 /6

肚脐 /8

乳房 /8

生殖器 /8

粪便 /8

声音与反射 /10

声音 /10

反射和运动 /11

必备的新生儿用品

购衣须知 /15

基本用品 /17

睡眠用品 /18

座椅等用品 /18

KE XUE YU ER XU ZHI

外出和旅行用品/19

乘车安全装置/19

附加用品/20

母乳喂食及奶粉喂食

保护母亲的乳房/23

常见乳房病征和处理方法/24

母乳喂养/26

供应和要求/27

母乳喂养的准备/27

初次接触/28

初乳/28

排乳反射/29

怎样抱持婴儿/29



觅食反射/30

把婴儿抱在怀中哺乳/30

母婴结合/31

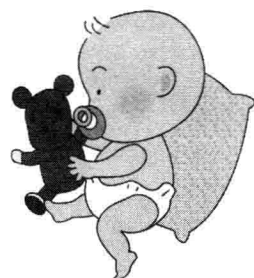
每侧乳房的哺乳时间/31

勿将吸食中的婴儿从乳房移开/32

保证乳汁供应充足/32

授乳姿势/33

喂食次数/34



- 补充奶粉喂养/35
- 母乳奶瓶/35
- 夜间哺乳/36
- 奶粉喂养/38
 - 选择奶瓶/39
 - 消毒奶瓶/39
 - 几种消毒方法/39
 - 调奶/40
 - 用品/40
 - 卫生和调奶须知/40
 - 加热奶瓶/41
 - 乳汁的流出/41
 - 首次喂食/42
 - 用奶粉喂食/43
 - 奶粉喂哺须知/43
 - 奶粉喂养方式/44
- 喂养中可能出现的问题/46
 - 拒绝吸奶/46
 - “吸吮的”婴儿/47
 - 喂哺时一直睡着/47
 - 婴儿惊跳/47

科学育儿须知

咬乳头/48

如果你生病/48

你的焦急不安/48

喂食不足/49

喂食过量/50

打呃和反吐奶/50

新生儿护理要点

如何抱持新生儿 /55

抱起你的新生儿/55

放下你的新生儿/55

抱起你稍大的婴儿/56

放下你稍大的婴儿/57

如何给新生儿穿脱衣服/57



给稍大的婴儿穿衣服/58

如何给初生儿洗澡 /59

在哪里给你的婴儿洗澡/59

上、下洗净法 /61

海绵擦身浴/61

保护皮肤/61

保护眼睛/62

保护鼻子和耳朵/62



保护指甲/62
保护肚脐/63
保护生殖器/63
使用浴盆/63
注意事项/64
洗澡须知/65
保护头发/66

婴儿的发育

正常发育情况/69
身体发育阶段/70
头部的控制/71
仰卧时/72
俯卧时/72
坐立/73
帮助你的婴儿坐立/74
垫住你的婴儿/74
爬行/75
帮助你的婴儿爬行/76
安全须知/76
曳行/77

KE XUE YU ER XU ZHI

科学育儿须知

爬行的婴儿/77

安全须知/78

站立/79

试图站立/79

坐下/80

“曳行”/80

帮助你的婴儿站立/81

共济功能/82

视力及牙齿/84

色觉/84

三维视力/85

检查视力/85

促进你婴儿的视力/85

长牙/86

保护牙齿/87

语言/88

帮助你的婴儿讲话/89

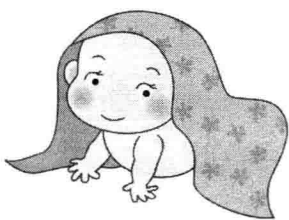
制定辅食

给予什么样的食物/96

给婴儿配制食物/97

婴儿断奶程序示例/98





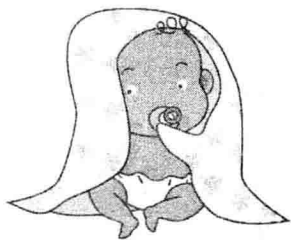
配制食物须知 /100
样品标签 /102
在哪里给你的孩子喂食 /103
喂饮料 /104
用杯子喂食进行断奶 /105
给你的婴儿喂食 /106
自己进食 /107
手抓食物进食 /108
 水果和蔬菜 /108
 蛋白质 /108
 谷物和谷类食品 /108
喂食的灵活性 /109
异物阻塞 /110
安全须知 /111
喂食须知 /112

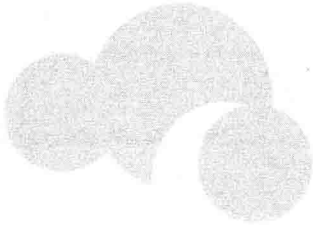
新生儿的智能提升

关于智能提升 /115
 智能提升面面观 /119
 智能提升使宝宝更聪明 /123
 智能提升要多久 /125

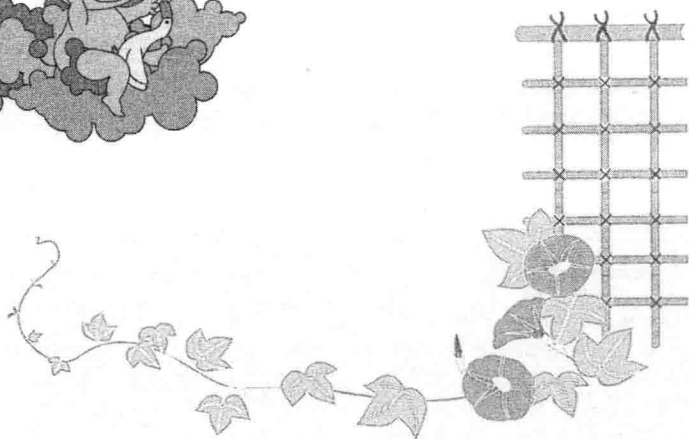
科学育儿须知

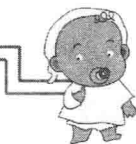
- 天气如何影响宝宝的智能提升/129
- 为孩子做智能提升家长得到什么/133
- 影响智能提升的因素/137
 - 智能提升营养的重大突破/137
 - 7种加速智能提升的日常食物/140
 - 吃糖会妨碍孩子的智能提升吗/143
- 提升法/147
 - 玩玩具/147
 - 科学方法/150
 - 开展室外活动/154
 - 旅途中也能开展智能提升/158
 - 游泳提升运动智能/160





新生儿体征

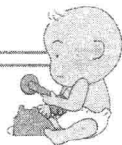




所有新生儿都有一些体格特征,尽管这些特征完全属于正常,但仍然很易使父母发生恐慌,第一次当父母的尤其如此。如果你对此有所预料,将有助于减轻你不必要的焦虑。

看起来,你的婴儿的身体比例是很奇怪的。他的腹部呈圆形,甚至显得膨胀,他的头部和身体其他部分相比显得很大。与此对比,他的双臂和双腿显得好像棍子一般,但这些比例实属正常。





新生儿的身体



头部

婴儿的头部在出生后不可能完全是圆形的,尽管它看起来凹凸不平或肿胀,但是,其大脑并未受到损害。这是由于头骨的结构特殊,能够在出生时移动,互相重叠,从而使头部能顺利地通过产道。

有时,婴儿头部的一侧或两侧出现大的坚韧的肿块,持续不消。这种肿块称为“头颅血肿”,是分娩时子宫肌肉收缩时的自然压力所造成的。是头皮的挫伤,由于是在颅骨外部,对婴儿的大脑不产生压力,一般不需治疗,在几周之内即可自行消退。

产钳分娩,常有挫伤现象,表现为可在头部任何一侧有浅的凹痕,这些凹痕会在数日内消失。

前囟是新生婴儿头顶的柔软部位,是头颅骨尚未连接的间隙。前囟要到婴儿2岁左右时才闭合。婴儿的头皮覆盖着这个间隙,它是十分坚韧的,但你也千万不能让婴儿的前囟受重压。不必对前囟作特别的照顾,但是,如果一旦发现覆盖其上的头皮绷紧或出现隆起(膨胀凸出),或在前囟部位出现不正常的萎陷(异常的凹陷)时,就应立刻请医生诊查。

眼睛

由于分娩时的自然压力,大多数婴儿出生时眼睛都较为





浮肿,通常这种浮肿在数天内便可消退。如发现你的婴儿的眼睛有分泌物时不要认为是正常的。这是婴儿在分娩时,几乎都会因血液或羊水进入眼睛而造成轻度的感染,称为“温热眼”,这种疾病是极为常见的。

但是,温热眼也有可能是由于一些细菌感染所致,因此,应请医生诊查,看看是否需用抗生素治疗。通常只需用小棉签(棉花棒)在无菌水中沾湿后细心地加以清洁即可。当给婴儿洗眼时应该将棉签从靠鼻端的内侧眼角(内眦)向外侧眼角(外眦)轻拭。两眼必须分别使用各自的棉签。切忌使用眼药水和眼药膏。当你把婴儿放下睡觉时,切勿将婴儿向患温热眼一侧躺卧,因为当婴儿翻身的时候那只未被感染的眼睛很容易受到脓液的污染。

黄种人婴儿出生时眼球都为黑褐色。白种人在出生时他的眼睛都是蓝色的,因为在分娩时,皮肤或眼睛里都不存在身体的天然色素——黑色素。

刚开始的时候,也许你会发现很难使你的婴儿睁开眼睛,不过,你千万不要硬逼婴儿睁开眼睛。让婴儿睁开眼睛最容易的方法之一就是把他抱起高举超过你的头部。这样做就可能使他们睁开眼睛。

当你的婴儿真正睁开眼睛的时候,你也许会注意到他好像有斜视。你不用为此担心:你的婴儿还没有学会同时用两只眼睛集中看东西。当他长到1~2个月大的时候,由于学会了两眼集中看东西,斜视就会逐渐地消失。如果你的婴儿在3个月之后仍有斜视,应请眼科医生诊治,早期治疗很重要。

婴儿是不流眼泪的,当你的婴儿啼哭时你就会发现这一





点了。一般婴儿要在4~5个月时才会产生眼泪。

口部

唇疱通常位于口的中央部分，它是由于婴儿的吸吮造成的，唇疱无害并会自行消失。

你的婴儿的舌头或许完全附着于他的口腔底部。你不必为此担心，因为婴儿的舌头在第一年中主要是从舌尖生长的。

皮肤

你的新生婴儿的皮肤也许会被白色的脂质所覆盖。有些婴儿胎脂遍布他们的脸部和身体，而另一些婴儿只分布于他们的脸部和手。医院对于胎脂的处理方法各不相同。有的医院予以保留，因为胎脂提供了一道抵抗轻度皮肤感染的天然屏障。而另一些医院则在婴儿娩出后就细心地将胎脂清除掉。目前人们普遍认为不必清除胎脂，这不仅因为胎脂具有保护的特性，而且也因为它在2~3天之内就自然地被皮肤所吸收。但是，如果在婴儿皮肤的皱褶内有大量胎脂堆积并可能引起刺激时，就应把它擦拭干净。

你的婴儿出生时也许皮肤干燥、脱屑（最常见在手掌与脚底）。这既不是湿疹，也不意味着你的婴儿永久是干燥性皮肤。在大多数的情况下，这种干燥性皮肤在几天内便会迅速消失。

你的婴儿的身体上半部也许是苍白色的，而下半部则是红色的。这是由于婴儿的血液循环还未发育完善导致血液汇集在下肢的缘故。这种上、下身颜色各异的现象可以通过

