

新手父母必读

芝宝贝 zhibabai

始于2006年

亲密

育儿

一本通

北京市海淀区妇幼保健院儿童保健主任医师

崔绍珍 编著

育儿专家全方位指导，
告诉你最专业的育儿知识

喂养、护理、智能开发、
疾病防治一本通



中国人口出版社
China Population Publishing House
全国百佳出版单位

芝宝贝 zhibabai

始于2008年

亲密 育儿 一本通

北京市海淀区妇幼保健院儿童保健主任医师

崔绍珍 编著



中国人口出版社
China Population Publishing House
全国百佳出版单位

图书在版编目 (CIP) 数据

亲密育儿一本通 / 崔绍珍编著. —北京: 中国人口出版社, 2013.7

ISBN 978-7-5101-1795-4

I. ①亲… II. ①崔… 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 (2013) 第113764号

亲密育儿一本通

崔绍珍 编著

出版发行 中国人口出版社
印 刷 北京恒石彩印有限公司
开 本 710毫米×1000毫米 1/16
印 张 16
字 数 200千字
版 次 2013年7月第1版
印 次 2013年7月第1次印刷
书 号 ISBN 978-7-5101-1795-4
定 价 38.80元

社 长 陶庆军
网 址 www.rkcbbs.net
电子信箱 rkcbbs@126.com
电 话 (010)83534662
传 真 (010)83519401
地 址 北京市西城区广安门南街80号中加大厦
邮 编 100054

版权所有 侵权必究 质量问题 随时退换



目录 contents

第一章

第1个月，宝贝初来乍到

宝贝成长实录.....	2	母乳是宝宝最好的食物.....	5
新生儿身体比例.....	2	初乳对宝宝的好处.....	6
身高.....	2	给宝宝哺乳应采取的姿势.....	6
体重.....	2	妈妈哺乳时要和宝宝进行情感交流.....	7
头部.....	2	母乳喂养的注意事项.....	7
囟门.....	2	新妈妈乳汁不足的对策.....	7
胸部.....	3	乳汁的味道对宝宝有哪些影响.....	8
眼睛.....	3	母乳中的维生素K.....	8
肚脐.....	3	宝宝拒绝吃奶的原因和对策.....	8
呼吸.....	3	特殊乳房妈妈的哺乳方法.....	9
胎便.....	3	不适合给宝宝哺乳的情况.....	9
哺乳反射.....	3	妈妈挤奶方式的选择及注意事项.....	10
必不可少的营养素.....	4	哺乳妈妈用药会对宝宝健康造成	
蛋白质.....	4	不良影响.....	10
氨基酸.....	4	人工喂养需要准备的用具.....	10
脂肪.....	4	选择奶瓶和奶嘴的窍门.....	11
碳水化合物.....	4	选择奶粉的窍门.....	12
维生素.....	4	配方奶的调配方法.....	12
水.....	5	宝宝吐奶的应对策略.....	13
喂养细节指导.....	5	判断宝宝是否吃饱的方法.....	13
哺乳是一种美好的体验.....	5	使用安抚奶嘴的方法.....	13

健康成长观察站..... 14

宝宝为什么啼哭.....	14
宝宝为何体重增长不足.....	15
宝宝体重下降有危险吗.....	15
怎样护理宝宝的口腔.....	15
宝宝发烧后为什么不爱吃奶.....	15
宝宝的胎记会自行消退吗.....	16
宝宝患湿疹怎么喂养.....	16
怎样解决宝宝牛奶过敏的问题.....	16
宝宝不同性状的粪便表示什么.....	16
怎样给宝宝喂药.....	17
早产儿有抗病能力吗.....	17
早产儿应该如何喂养.....	17
可以给早产儿喂糖水吗.....	18
可以给宝宝喂炼乳吗.....	18
把奶粉冲得浓一点好吗.....	18
能给宝宝喂米汤吗.....	18
怎样给宝宝补铁.....	19

日常护理提醒..... 19

新生儿衣物准备.....	19
新生儿洗澡用具.....	21
新生儿护理药物.....	22

新生儿其他用品.....	22
选择新生儿衣物的注意事项.....	23
布置新生儿房间的注意事项.....	23
如何给新生儿洗澡.....	24
新生儿不能洗澡时如何清洁.....	24
眼、鼻、耳的清洁护理.....	25
新生儿脐部的护理.....	25
如何给新生儿剪指甲.....	25
让新生儿入睡的方法.....	26
抱新生儿的方法.....	26
制作合适的尿布.....	26
为新生儿清洁粪便.....	27
纸尿裤的利与弊.....	28
选用纸尿裤的4项标准.....	28
更换尿布的基本常识.....	28
更换尿布的注意事项.....	29
尿布的洗涤和消毒.....	29
新生儿急诊要点.....	29
影响新生儿生长发育的因素.....	29
时常抚摸新生儿的皮肤.....	30
给新生儿按摩的注意事项.....	30
给新生儿按摩的方法.....	31

第二章

第2个月，睁眼看世界

宝贝成长实录..... 34

宝宝发育指标.....	34
视觉.....	34
听觉.....	34

脖子.....	34
心脏.....	34
肾脏.....	35
排泄功能.....	35

手部动作·····	35
必不可少的营养素·····	35
蛋白质·····	35
维生素D和钙·····	35
健康成长观察站·····	36
喂养要求·····	36
混合喂养的注意事项·····	36
适合宝宝的果汁及喂养方法·····	36
怎么给宝宝喂果汁·····	37
怎样使母乳增多·····	37
保证母乳喂养的质量·····	37
人工喂养不可超量·····	37
喂养宝宝需要注意哪些问题·····	38
宝宝吃不饱有什么表现·····	38
宝宝吃奶时间缩短了正常吗·····	38
可以用奶瓶喂母乳吗·····	39
需要定期更换奶瓶和奶嘴吗·····	39
怎样使人工喂养的宝宝不超重·····	39
喂养细节指导·····	40
如何调整好夜间喂奶的时间·····	40

宝宝需要补充脂肪酸DHA和 维生素A吗·····	40
预防佝偻病只补钙行吗·····	40
如何让宝宝摄入足够的维生素·····	41
宝宝会出现生理性贫血吗·····	41
服用小儿麻痹糖丸有什么作用·····	42
奶秃怎么办·····	42
枕秃是因为缺钙吗·····	42
宝宝小便次数减少是因为缺水吗·····	43
宝宝用手抓脸怎么办·····	43
怎样判断宝宝是否得了肠绞痛·····	43
怎样预防皮肤糜烂·····	44
日常护理提醒·····	44
穿衣·····	44
鼻塞·····	45
眼屎·····	45
理发·····	45
耳屎·····	46
宝宝的排便训练·····	46
防止发生意外事故·····	46

第三章

第3个月，有了快乐反应

宝贝成长实录·····	48
宝宝发育指标·····	48
味觉·····	48
视听觉·····	48
手脚·····	48

头部活动·····	48
手的控制力增强·····	49
必不可少的营养素·····	49
钙和铁·····	49
纤维素·····	50

糖类·····	50	宝宝入睡后打鼻鼾怎么办·····	54
喂养细节指导·····	50	宝宝便秘怎么办·····	54
宝宝需要多少营养素·····	50	注射“百白破”三联疫苗有什么益处···	55
硬性限定喂奶间隔时间好吗·····	50	接种疫苗后有不良反应该如何处理···	55
可以给宝宝多加牛奶吗·····	51	该服用第二颗小儿麻痹糖丸吗·····	56
可以给宝宝添加辅食吗·····	51	宝宝全面身体检查都有哪些项目·····	56
哺乳妈妈要均衡摄取营养·····	51	为什么要警惕先天性髋关节脱臼·····	56
宝宝吃不饱母乳的表现·····	51	宝宝佝偻病怎样防治·····	56
妈妈上班后怎样哺乳·····	51	舌头与颌骨异常怎么办·····	57
宝宝突然不喜欢喝牛奶了怎么办·····	52	宝宝腹泻怎么办·····	57
应该经常给宝宝换奶粉吗·····	52	日常护理提醒·····	58
健康成长观察站·····	53	衣服·····	58
怎样增加宝宝的户外活动·····	53	枕头·····	58
宝宝感冒怎么护理·····	53	让宝宝养成有规律的睡眠习惯·····	58
宝宝发热时怎么办·····	54	带宝宝外出的注意事项·····	58

第四章

第4个月，宝贝会翻身啦

宝贝成长实录·····	60	如何把握吃奶次数和吃奶量·····	61
宝宝的发育指标·····	60	怎样让宝宝摄入足够的维生素·····	62
运动机能·····	60	怎样让宝宝接受辅食·····	62
听觉·····	60	怎样让宝宝吃蛋黄·····	62
必不可少的营养素·····	61	怎样给宝宝选择围嘴·····	63
水·····	61	健康成长观察站·····	63
维生素C·····	61	宝宝常流口水有问题吗·····	63
喂养细节指导·····	61	宝宝厌食牛奶怎么办·····	63
4个月宝宝的喂养原则·····	61	宝宝心脏有杂音怎么办·····	64
		如何防止宝宝摔下床·····	64

如何培养宝宝规律性大小便·····	64
宝宝肛裂怎么办·····	65
为什么宝宝睡眠时很容易被惊醒·····	65
药物对接种疫苗的效果有影响吗·····	65
接种疫苗后发热怎么办·····	65
可以接种计划外疫苗吗·····	66

日常护理提醒·····	66
宝宝衣着的要求·····	66
生活要有规律·····	66
布置丰富多彩的室内环境·····	67
为宝宝选购餐椅·····	67

第五章

第5个月，能初步自理

宝贝成长实录·····	70
宝宝的发育指标·····	70
出牙·····	70
咀嚼能力·····	70
运动机能·····	71
眼睛、耳朵的发育·····	71
自理能力·····	71
必不可少的营养素·····	71
碳水化合物·····	71
铁·····	72
喂养细节指导·····	72
宝宝所需的营养素·····	72
为人工喂养的宝宝添加辅食·····	72
添加辅食的原则是什么·····	72
宝宝可以接受的辅食·····	73
添加辅食的注意事项·····	73
怎样为宝宝制作果汁、菜汁和 米糊·····	74

能给宝宝喝市场上销售的果汁吗·····	74
怎样给宝宝吃水果·····	75
可以用水果代替蔬菜吗·····	75

健康成长观察站····· 76

宝宝从什么时候开始长乳牙·····	76
宝宝出牙时为什么会咳嗽·····	76
宝宝出牙时会疼痛吗·····	77
宝宝出牙时为什么夜晚睡不好·····	77
拉耳朵、摩擦脸颊与出牙有关吗·····	77
咬嚼可以减轻牙床的疼痛吗·····	77
宝宝出牙期间的口腔护理·····	77
影响宝宝出牙时间的因素有哪些·····	78
宝宝突然哭闹是怎么回事·····	78

日常护理提醒····· 79

四季护理要点·····	79
避免常见事故·····	79
宝宝有穿袜子的必要·····	80
做好宝宝睡前的必修课·····	80

第六章

第6个月，可以独坐一会儿

宝贝成长实录·····	82	香蕉应该怎么吃·····	85
宝宝生长发育指标·····	82	怎么判断宝宝能不能断奶·····	86
牙齿·····	82	要断奶如何加辅食·····	86
视觉·····	82	断奶过程中要注意什么·····	86
运动机能·····	82	健康成长观察站·····	87
味觉·····	83	什么样的宝宝应当补铁·····	87
开始认人·····	83	什么是夏季热病·····	87
必不可少的营养素·····	83	宝宝患麻疹有哪些症状·····	87
水·····	83	中耳炎与耳垢湿软的区别·····	88
热量·····	83	宝宝患头疮的症状是什么·····	88
蛋白质·····	83	宝宝患头疮怎么治疗·····	88
喂养细节指导·····	84	宝宝爱趴着睡有问题吗·····	88
怎样安排宝宝一天食谱·····	84	日常护理提醒·····	89
给宝宝制作辅食要注意什么·····	85	保护乳牙·····	89
怎样给宝宝制作蔬菜糊·····	85	用婴儿车带宝宝外出·····	90
蛋黄应该怎么吃·····	85	为宝宝准备舒适的鞋·····	90

第七章

第7个月，稳稳地坐

宝贝成长实录·····	92	听觉·····	92
宝宝生长发育指标·····	92	运动机能·····	92
长牙·····	92	容易感染疾病·····	92

必不可少的营养素..... 93

脂肪..... 93

热量..... 93

喂养细节指导..... 94

怎样安排宝宝一天食谱..... 94

宝宝适合吃什么样的食物..... 94

怎样培养宝宝良好的饮食习惯..... 95

怎样让宝宝接纳小勺..... 95

怎样让宝宝学会使用小勺..... 95

挑食的宝宝怎么喂..... 95

宝宝吃饭的时候用手乱抓怎么办..... 96

早产儿怎样添加辅食..... 96

健康成长观察站..... 97

宝宝的抵抗力为什么会下降..... 97

怎样提高宝宝的抵抗能力..... 97

宝宝出牙期间拒食怎么办..... 97

宝宝哭闹可以塞空奶头吗..... 98

宝宝感冒怎么护理..... 98

宝宝便秘时怎样用饮食调理..... 98

日常护理提醒..... 99

睡眠时间有个体差异..... 99

夜哭..... 99

解除宝宝的不安..... 100

防止意外..... 100

培养宝宝定时大小便的习惯..... 100

第八章

第8个月，手脚配合自如

宝贝成长实录..... 102

宝宝生长发育指标..... 102

牙齿..... 102

运动机能..... 102

视觉..... 102

模仿力和理解力进一步增强..... 103

必不可少的营养素..... 103

维生素D 103

B族维生素 104

喂养细节指导..... 104

8个月宝宝的饮食有什么特点 104

宝宝的食物应该包含哪几类..... 104

宝宝的辅食种类及吃法..... 105

宝宝辅食的用量和餐次怎么把握..... 106

给宝宝固定餐位和餐具有什么好处..... 106

宝宝可以吃肉吗..... 106

怎样给宝宝做肉末..... 106

怎样给宝宝做肝泥..... 107

健康成长观察站..... 107

宝宝发生齿斑的原因及解决办法..... 107

宝宝抽搐时的症状..... 107

宝宝大便中夹有血丝是什么原因..... 107

女宝宝为什么会患阴道炎..... 108

日常护理提醒..... 108

睡眠.....	108
保护宝宝的眼睛.....	109
玩具的选择.....	109
防止事故.....	109

给宝宝创造良好的活动空间.....	109
宝宝内衣的基本要求.....	110
宝宝裤子的基本要求.....	110
宝宝鞋帽的基本要求.....	110

第九章

第9个月，开始爬行

宝贝成长实录..... 112

宝宝生长发育指标.....	112
运动机能.....	112
咀嚼功能.....	112
肢体灵活.....	112
模仿更灵巧.....	112
手眼协调能力.....	112

必不可少的营养素..... 113

维生素E	113
叶酸.....	113

喂养细节指导..... 114

让宝宝尽快适应饮食结构的调整.....	114
宝宝饮食怎样选择.....	114
宝宝饮食怎样调理.....	114
宝宝断奶时容易出现哪些症状.....	114
怎么解决断奶中的不适症状.....	115
宝宝发热时可以吃哪些辅食.....	115
宝宝腹泻时可以吃哪些辅食.....	116
宝宝呕吐时可以吃哪些辅食.....	116
宝宝出疹时可以吃哪些辅食.....	116

健康成长观察站..... 116

宝宝扁平足是什么原因.....	116
宝宝牙齿长得慢与遗传有关吗.....	116
宝宝大便异常是怎么回事.....	117
宝宝还不会爬怎么办.....	117
如何应对宝宝的安抚物.....	117

日常护理提醒..... 118

多和宝宝说话.....	118
防止误食.....	118
避免发生事故.....	118
不要怕宝宝睡前哭个不停.....	118
不要怕宝宝大便状况发生变化	118



第十章

第10个月，灵活爬行

宝贝成长实录..... 120

宝宝生长发育指标.....	120
运动机能.....	120
模糊的语言意识.....	120
培养记忆力.....	120

必不可少的营养素..... 121

磷.....	121
碘.....	121

喂养细节指导..... 122

怎样安排断奶后期的饮食.....	122
应该增添的食品有哪些.....	122
宝宝停不了母乳怎么办.....	123
应该少吃的食品有哪些.....	123
宝宝一天的食谱怎么安排.....	123
怎样训练宝宝自己进餐.....	124

健康成长观察站..... 124

宝宝是营养失调吗.....	124
---------------	-----

断奶后患消化不良症怎么办.....	125
断奶后缺乏维生素怎么办.....	125
宝宝淋巴结肿大是什么原因.....	125
宝宝淋巴结肿大怎么诊治.....	125
宝宝撞头、摇头是什么原因.....	126
宝宝撞头、摇头怎么处理.....	126
宝宝发生屏气怎么办.....	126
宝宝磨牙怎么办.....	127
宝宝八字脚是什么原因.....	127
宝宝八字脚怎么办.....	128

日常护理提醒..... 128

上门牙.....	128
查找夜哭原因.....	128
排泄的训练.....	129
日光浴和空气浴.....	129
要为宝宝调节好生活节奏.....	129
不宜给宝宝睡软床.....	130
宝宝喜欢的摇篮曲.....	130

第十一章

第11个月，开始学步喽

宝贝成长实录..... 132

宝宝生长发育指标.....	132
运动机能.....	132
理解命令性语言.....	132

体态.....	132
---------	-----

必不可少的营养素..... 133

维生素A	133
维生素K	133

喂养细节指导..... 134

- 宝宝停掉母乳后还得继续喝牛奶吗.....134
- 停掉母乳的宝宝饮食有什么特点.....134
- 宝宝的饮食怎样搭配.....135
- 脂肪有什么用.....135
- 怎样正确摄入脂肪.....135
- 饮食中为什么不能少鱼、肉、蛋.....136
- 宝宝为什么不能多吃水果.....136

健康成长观察站..... 137

- 不能给宝宝吃咀嚼过的饭.....137

- 宝宝可以吃蜂蜜吗.....137
- 为什么不能触摸宝宝的生殖器.....138
- 为什么不能捏宝宝的鼻子.....138
- 宝宝为什么不会站立起来.....138
- 宝宝不会站立起来怎么办.....138

日常护理提醒..... 139

- 适合的玩具.....139
- 预防意外事故.....139
- 给宝宝穿衣服要温柔耐心.....139
- 带宝宝外出时的注意事项.....140

第十二章

第12个月，能够单步独行

宝贝成长实录..... 142

- 宝宝生长发育指标.....142
- 运动机能.....142
- 能灵活运用双手.....142

必不可少的营养素..... 142

- 锌.....142
- 铜.....143

喂养细节指导..... 143

- 宝宝的饮食原则是什么.....143
- 为什么要注重规律的饮食习惯.....143
- 要注重全家人的饮食习惯.....144
- 进餐时间拖得太长有什么坏处.....144
- 可以给宝宝吃糖果类食品吗.....144
- 垃圾食品害处多.....144
- 爱吃主食类的宝宝营养怎样搭配.....145

- 爱吃辅食类的宝宝营养怎样搭配.....145
- 为什么要选择天然未加工的食物.....146
- 宝宝不喜欢吃米饭怎么办.....146
- 怎样给宝宝吃水果.....146
- 为什么要给宝宝适当的味觉刺激.....146

健康成长观察站..... 147

- 宝宝的出牙情况.....147
- 怎样防止宝宝胳膊脱臼.....147
- 宝宝的心跳、脉搏较快正常吗.....147
- 为什么要给宝宝做空气浴.....148
- 患口腔炎的症状是什么.....148
- 患口腔炎怎么护理.....148
- 宝宝不自己动手吃饭怎么办.....149
- 宝宝不会走路是什么原因.....149
- 宝宝不会走路怎么办.....149
- 宝宝口齿不清怎么办.....149

宝宝依赖奶瓶有哪些害处·····	150
宝宝依赖奶瓶怎么解决·····	150
日常护理提醒·····	151
饮食卫生·····	151

玩具卫生·····	151
适应宝宝白天睡眠时间的变化·····	152
培养宝宝自己刷牙的习惯·····	152

第十三章

1~2岁，越来越灵活

宝贝成长实录·····	154
身高·····	154
体重·····	154
头围·····	154
胸围·····	154
前囟门闭合·····	154
骨骼特点·····	154
牙齿·····	155
消化系统·····	155
贫血·····	155
从弯腰站起到独自行走·····	155
走路不稳·····	156
有类似跑的动作·····	156
手部动作更灵活·····	157
能说短句·····	157
有独立行动的倾向·····	157
注意力与记忆力特点·····	158
开始萌生想象力·····	158
有了初步的创造力·····	158
有独立性与安全感的双重需求·····	159
必不可少的营养素·····	159
镁·····	159

锰·····	160
喂养细节指导·····	160
宝宝的饮食特点是什么·····	160
宝宝自己吃饭有什么好处·····	161
宝宝的一日食谱怎样安排·····	161
可以给宝宝添加补品吗·····	163
低盐饮食的习惯对宝宝有什么益处·····	163
宝宝可以吃些较硬的食物吗·····	163
精细食物为什么要尽量少吃·····	163
怎样吃点心对宝宝身体有好处·····	164
宝宝不好好吃饭怎么办·····	164
健康成长观察站·····	165
让宝宝建立合理的生活规律·····	165
宝宝每日作息怎么安排·····	165
宝宝可以自己睡吗·····	166
怎样帮助宝宝克服尿床·····	166
怎样训练宝宝自己大小便·····	167
怎样保护宝宝的眼睛·····	167
怎样教宝宝自己洗手·····	167
怎样教宝宝擤鼻涕·····	168

日常护理提醒..... 168

为宝宝建立合理的生活制度.....168

宝宝穿衣服不宜过多.....169

宝宝的睡眠用具要求.....169

宝宝穿鞋不适而出水疱的对策.....170

宝宝不宜佩戴小饰物.....170

第十四章

2~3岁，传递童真

宝贝成长实录..... 172

身高.....172

体重.....172

头围.....172

胸围.....172

脊椎骨弯曲起来.....172

脚掌心明显内凹.....172

走路快而稳.....173

初步能跑了.....173

能跳起来.....173

能掌握难度较大的运动技巧.....173

手的动作更加灵活.....174

语言能力进一步提高.....174

认知能力进一步增强.....174

具有一定的生活自理能力.....175

具有初步的社交行为.....175

逐渐显露出个性.....176

注意力与记忆力再次提高.....176

运动能力强.....176

思维能力提高.....177

必不可少的营养素..... 177

钾.....177

硒.....177

喂养细节指导..... 178

宝宝的饮食有什么特点.....178

培养宝宝好的饮食习惯.....178

怎样把握宝宝吃零食的量.....178

宝宝可以吃冷饮吗.....179

健康成长观察站..... 179

宝宝为什么要自言自语.....179

宝宝口吃有哪些原因.....180

怎样纠正宝宝口吃.....180

宝宝坐姿不好有哪些害处.....180

怎样训练宝宝正确的走路姿势.....181

要定期检查宝宝的牙齿吗.....181

宝宝夜里流鼻血是什么原因.....181

少带宝宝去公共场所.....182

日常护理提醒..... 182

安排宝宝睡午觉.....182

教宝宝自己刷牙.....183

宝宝牙刷的要求.....183

宝宝牙膏的要求.....184

不要给宝宝穿露脚趾凉鞋.....184

3岁之前是训练宝宝独睡的最佳

时期.....184

第十五章

婴幼儿疾病观察站

新生儿疾病····· 186

新生儿肺炎····· 186

新生儿溶血病····· 187

新生儿出血症····· 188

新生儿脐炎····· 188

新生儿败血症····· 189

生理性黄疸····· 190

婴幼儿内科疾病····· 190

上呼吸道感染····· 190

急性支气管炎····· 191

支气管肺炎····· 192

支原体肺炎····· 193

厌食症····· 193

呕吐····· 194

便秘····· 195

肠痉挛····· 195

小儿腹泻····· 196

蛔虫病····· 197

蛲虫病····· 198

营养不良····· 198

水痘····· 199

风疹····· 200

流行性腮腺炎····· 200

狂犬病····· 201

细菌性痢疾····· 202

惊厥····· 203

小儿外科疾病····· 203

先天性肌性斜颈····· 203

腹股沟斜疝····· 204

肠套叠····· 205

肠梗阻····· 206

急性阑尾炎····· 207

先天性胆道闭锁····· 207

小儿皮肤疾病····· 208

痱子····· 208

湿疹····· 208

荨麻疹····· 209

脓疱疮····· 210

尿布皮炎····· 211

小儿五官科疾病····· 211

龋齿····· 211

近视····· 212

鼻衄····· 213

鹅口疮····· 213

气管支气管异物····· 214

口角炎····· 215

麦粒肿····· 215

中耳炎····· 216

急性结膜炎····· 217

腺样体肥大····· 218

宝宝的其他健康问题 ····· 218

宝宝有胎记怎么办····· 218

宝宝总抽筋怎么办····· 219

宝宝动作有障碍怎么办····· 219

宝宝气喘怎么办····· 219

宝宝舌头短、说话不清楚怎么办····· 220

宝宝睫毛倒插怎么办····· 220

第十六章

塑造宝宝好性格

好性格从好习惯开始..... 222

如何让宝宝懂礼貌.....222

教宝宝文明用餐.....222

教宝宝上厕所.....222

教宝宝穿、脱衣服.....223

培养宝宝爱清洁的好习惯.....224

多赞美有利于宝宝成长.....224

为宝宝选择幼儿园.....224

寻找合适的保姆.....225

走进宝宝的内心世界..... 225

宝宝总问“为什么”.....225

宝宝的好奇心.....226

让宝宝喜欢读书.....226

让宝宝学会负责任.....227

教宝宝收拾东西.....227

让宝宝爱整洁.....228

让宝宝有礼貌.....228

教宝宝听话.....229

培养宝宝的爱好和兴趣.....229

防止宝宝常发脾气.....229

应对宝宝爱哭.....230

纠正宝宝撒谎.....231

应对宝宝总跟着妈妈.....232

应对宝宝爱打架.....233

应对宝宝固执任性.....233

应对宝宝爱攻击别人.....234

宝宝爱吮手指怎么办.....234

宝宝手拿东西不放怎么办.....235

宝宝爱咬人怎么办.....235

宝宝常用左手拿东西怎么办.....235

宝宝总有恐惧感怎么办.....236

宝宝胆子特别小怎么办.....236

宝宝嫉妒别人怎么办.....237

宝宝遇事不肯动脑筋怎么办.....237

宝宝特别害羞怎么办.....238

宝宝不关心别人怎么办.....239

宝宝特别倔犟怎么办.....239

鸣谢:

特邀模特: 邓智文 邓智予 鼎鼎 黄煜宸 李家桐 李游 刘腾文 蒙乐山
妮妮 王诺晗 吴瞳 牙牙 小东子 樱桃 周庭泉 王露晨之
王云钧美 崔晶晶 侯辉

摄影师: 郭力绮 郭泳君 李晋 李雪 李永雄 武勇 红雷 张磊
杨佳静 David