

养育 健康儿童

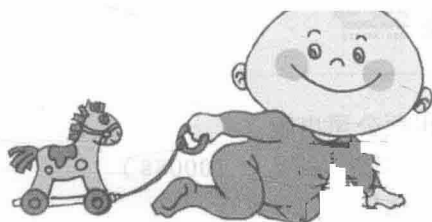
刘薇◎著



北京联合出版公司 · 育儿
Beijing United Publishing Co., Ltd.

养育健康儿童

刘 薇 著



北京联合出版公司
Beijing United Publishing Co., Ltd.

· 拼音

图书在版编目 (CIP) 数据

养育健康儿童 / 刘薇著. — 北京 : 北京联合出版公司, 2019.6

ISBN 978-7-5596-2899-2

I. ①养… II. ①刘… III. ①小儿疾病-常见病-防治 IV. ①R72

中国版本图书馆CIP数据核字 (2019) 第009140号

Copyright © 2019 by Beijing United Publishing Co., Ltd.

All rights reserved.

本作品著作权由北京联合出版有限责任公司所有

养育健康儿童

作 者: 刘 薇

出版监制: 刘 凯 马春华

选题策划: 联合低音

责任编辑: 咪咪妈妈 周 杨

封面设计:  尚書堂·叫獸
BOOK DESIGN
13661559222

北京联合出版公司出版

(北京市西城区德外大街83号楼9层 100088)

北京联合天畅文化传播公司发行

天津丰富彩艺印刷有限公司印刷 新华书店经销

字数677千字 889毫米×1194毫米 1/16 41印张

2019年6月第1版 2019年6月第1次印刷

ISBN 978-7-5596-2899-2

定价: 108.00元

版权所有, 侵权必究

未经许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书部分或全部内容

本书若有质量问题, 请与本公司图书销售中心联系调换。电话: (010) 64258472-800

内容提要

本书以婴幼儿、儿童常见病、多发病的108种症状为主线，就家长关心的疾病的预防、控制、治疗、养护方面的热点问题讲解，其中既包括对儿童流鼻涕、便秘、发热、腹泻等常见症状的成因分析和护理要点，也涵盖了居家安全、平安出行、长高助力、意外急救等问题的解密攻略，还特别涉及了春季传染病、春夏之交防病、助力清凉度夏、初秋健康平衡、假冬小病预防、冬季疾病护理和新年健康攻略七大儿童换季内容。本书作者具有丰富的临床经验，语言通俗易懂、科学性强，以108种常见症状首字的汉语拼音为顺序排列，词典式的编写方式突出快速、便捷的导读性，能够指导父母简单、直接、快速且有针对性地掌握与婴幼儿健康息息相关的医学常识，为帮助宝宝远离疾病的困扰、快乐健康成长、呵护患病宝宝早日康复奠定坚实的基础。

前言

随着社会的发展，宝宝的健康问题也越来越受到每个家庭的关注。医学大家孙思邈曾说：“上医，医未病之病……”人吃五谷杂粮，难免患病，但倘若真能将已有而未成、尚处于萌芽并未发作的病症祛除，即做到防患于未然，恐怕便是所有医者的梦想了。本人学医、从医28年，弹指一挥间，与媒体、杂志合作撰写医学科普文章也已十余年，在这并非漫长的岁月里，每一位患儿的天真无邪与父母的茫然无助都历历在目。

宝宝生病，或源于疏于关怀，或因为呵护过度，或来自基因遗传……多希望爸爸妈妈们能多掌握一些常识，多增加一点儿本领，这样，宝宝们就能少经历一些磨难，少忍耐一点儿痛苦。正是基于这样的想法，我决定将这些年来从每一位患儿家长那里得到的提示，结合自己多年在临床工作中获得的点滴经验，融入医学专著的博大经典理论里，写出这样一本好读、易懂、实用的《养育健康儿童》，书中介绍的108种常见情况，以症状首字的汉语拼音为顺序排列，便于查阅，相信爸爸妈妈一定能够开卷有益，在它的帮助下更好地照顾自己的宝宝。

感谢我的父母，你们是我在医疗行业取得成就的坚实基础；感谢我的爱人，你是我可以永不言败、努力向前的精神支柱；感谢我的医者同道，你们是我能心无旁骛救治患者的可靠战友；感谢我的媒体朋友，你们是我将医学知识传播给更多宝宝父母的最佳搭档。

刘 薇

2018年4月



A

01 矮小——矮小也是病?! /001

(关于矮小症的6个误解与真相——矮小症宝宝的12种Pose——拯救矮小症宝宝的9大法宝)

02 安全——居家宝宝安全防护三十六计 /012

(第一计 小床设计防跌落——第二计 床垫弹性防崴脚——第三计 枕头薄厚防落枕——第四计 棉被轻软防堵鼻——第五计 睡衣简洁防缠颈——第六计 悬吊玩具防脱落——第七计 室内装修防铅毒——第八计 关好窗户防坠楼——第九计 室内台阶防跌倒——第十计 瓷砖地毯防摔倒——第十一计 门把扶手防磕碰——第十二计 圆角家具防外伤——第十三计 茶几桌子防跌撞——第十四计 穿衣镜前防意外——第十五计 热粥热饭防烫嘴——第十六计 特殊灶具防打火——第十七计 饮水机下防受伤——第十八计 冰箱上锁防被困——第十九计 洗衣机里防溺水——第二十计 管好炉火防煤气——第二十一计 用热水器防漏电——第二十二计 测体温计防咬碎——第二十三计 收好药品防误服——第二十四计 清洁剂防误饮——第二十五计 针头线脑防刺伤——第二十六计 化妆用品防误用——第二十七计 硬币电池防伤害——第二十八计 清理零碎防异物——第二十九计 毛绒玩具防感染——第三十计 整理餐具防吞咽——第三十一计 收好酒水防中毒——第三十二计 点火物品防引燃——第三十三计 电源插座防触电——第三十四计 花花草草防过敏——第三十五计 家有宠物防咬伤——第三十六计 看管房门防走失)



B

03 白血病——儿童白血病安全防御手册 /019

(勘误篇·关于白血病的6个常见误区——解惑篇·5种说法, Yes or No——预防篇·拒绝可能造成宝宝罹患白血病的4类隐患——发现篇·三大表现帮助及时找到白血病宝宝——助诊篇·白血病宝宝检查化验指标——治疗篇·白血病宝宝规范化就医指导——养护篇·细心呵护白血病宝宝)

04 鼻塞——不要忽视宝宝鼻塞 /027

(“最常见”鼻塞:急性上呼吸道感染——“最难治”鼻塞:过敏性鼻炎——“最漫长”鼻塞:慢性鼻窦炎——“最严重”鼻塞:先天性后鼻孔闭锁)



- 05 鼻血——宝宝流鼻血，流出来的健康问题？ /030
(那些关于鼻出血的事儿，妈妈知道哪些？——细数宝宝鼻出血的N种原因——宝宝鼻出血，5步让妈妈远离慌乱——3招预防鼻出血)
- 06 鼻涕——教你如何对付宝宝的鼻涕 /038
(关于宝宝鼻涕的10个Q&A——宝宝流鼻涕时的日常护理要点)
- 07 便秘——宝宝也便秘！ /041
(宝宝便秘7宗罪——造成便秘的N种原因——以实际行动帮助宝宝远离便秘——六级对抗便秘妙招)
- 08 扁桃体——扁桃体总是发炎，需要手术吗？ /048
(小调查：各年龄段扁桃体炎患儿的发病情况——扁桃体和扁桃体炎的N个小秘密——关于扁桃体切除手术那些不得不说的事儿——妈妈日记摘抄：宝宝扁桃体摘除后的日子——温馨提示)



C

- 09 成长——宝宝小手成长记 /053
(步步精心，出生后宝宝小手发育升级范例——Q&A，关于宝宝小手的“另类”笔记—— Tips: 1岁以后宝宝小手的飞跃记录)
- 10 春捂——最得法的“春捂”穿衣法则 /056
(“春捂”A法则：温度阶梯慢脱法则——“春捂”B法则：年龄分级按需法则——“春捂”C法则：环境内外保暖法则)
- 11 常见病——春天宝宝常见病之安全距离 /060
(小测试：关于宝宝的春季常见病，妈妈知道多少？——春季患病宝宝4张快照)
- 12 春季——宝宝春季皮疹搜 /066
(常见皮疹逐一秀——皮疹宝宝拯救法)
- 13 吃饭——让宝宝学会自己吃饭 /069
(自己饭饭，1岁半的宝宝 Are you ready? ——宝宝的美丽人生，从自己饭饭开始——N 招让宝宝学会自己吃饭)
- 14 出行——宝宝出行安全手册 /073
(出行No.1: Are you ready ——出行No.2: 旅途中那些可能发生的事情——出行No.3: 交通意外要防患于未然！——出行No.4: 过度疲劳是百病之源——出行No.5: 对传染病say no! ——出行No.6: 睡得好，病得少——出行No.7: 把住病从口入关！——出行No.8: 出门在外，水比奶更重要！——出行No.9: 就地取材，SOS!)

- 15 抽搐——抽搐宝宝的安全地带 /076
(小测试:抽搐宝宝的简单判断——宝宝抽搐年龄分级show——抽搐宝宝SOS)
- 16 特别篇 I 春季宝宝传染病预警手册 /081
(Q&A 关于传染病,妈妈知多少?——传染病经典篇——传染病新知篇——传染病防护篇)



D

- 17 打鼾——宝宝打鼾别忽视 /090
(宝宝打鼾的若干原因——宝宝打鼾可能产生的5种不良后果——6招应对宝宝打鼾)
- 18 癫痫——应对癫痫宝宝,为妈妈支着儿 /093
(关于癫痫宝宝的10种说法, Yes or No——常见的7种癫痫宝宝——这6种“状况”与癫痫无关——照顾癫痫宝宝三步走)
- 19 冬季——宝贝冬季“灭火”计划 /102
(内外夹攻,宝贝冬季易“上火”之4大诱因——见招拆招,“上火”宝贝之5套“灭火”妙计)
- 20 寒冬——寒冬防病,武装宝宝到牙齿 /105
(搜索宝宝冬季可能遭遇的“皮肤小麻烦”——妈妈装备360度爱心呵护宝宝)
- 21 断乳——宝宝断乳经典14问 /113
(关于宝宝断乳问题热身小测试——断乳准备期·关于辅食添加的意义——亲子哺乳期·揭示母乳的小秘密——快乐断乳期·迎接美味新世界——Tips:循序渐进的简易断乳步骤)



F

- 22 发热——发热宝宝的N种退热法则 /118
(发热宝宝的温度分级——常用退热剂快速浏览)
- 23 肺结核——谨防小儿结核病卷土重来 /121
(结核病的5个传说, Yes or No——防治结核病的3个关键点——肺结核宝宝的9大特征——肺结核宝宝的4幅快照——预防与护理, 6招呵护宝宝)
- 24 肺炎——为妈妈解析宝宝肺炎那些事儿 /130
(Q&A 肺炎宝宝大揭底——肺炎宝宝的典型Case——肺炎宝宝常见症状Top 5——宝宝与肺炎之间的3层保护)



- 25 腹痛——关于宝宝腹痛的那些“真相” /138
(蓝色悬疑篇·不可确定的功能性腹痛——橙色戒备篇·不可忽视的内科疾病——红色警示篇·不可耽误的外科疾病——Tips:宝宝腹痛“GPS”)
- 26 破译宝宝24小时腹痛密码 /147
(腹痛宝宝时刻表——腹痛危险Top 5)
- 27 腹泻——宝宝腹泻就诊3部曲 /153
(看病前·你知道应当带上哪些东西吗?——看病中·你应当告诉医生哪些“秘密”?——看病后·怎样做宝宝才能好得快?)
- 28 腹泻——秋天,关于宝宝腹泻的N种猜想 /155
(小测试:秋天腹泻Yes&No——宝宝便便的N种经典状况)



G

- 29 肝脏——保卫宝宝的肝 /160
(宝宝肝脏密码Q&A——Tips:常用的肝功能指标——那些和肝脏密切相关的疾病——呵护宝贝的肝——Tips:乙型肝炎化验单的意义)
- 30 感冒——宝宝“感冒”后可能遭遇的N种麻烦 /167
(中耳炎——鼻窦炎——病毒性心肌炎——急性肾小球肾炎——颅内感染——肺炎——鹅口疮——肠道菌群失调症——贫血、粒细胞减少症)
- 31 骨骼——宝宝骨骼也畸形? /173
(宝宝的骨骼不一般——全身扫描,那些宝宝较为常见的骨骼畸形)
- 32 过节——过节宝宝“撑着”了?! /180
(大胃宝宝要“上诉”!——妈妈感官追缉令)
- 33 过洁——宝宝“过洁”也生病 /184
(过度清洁7宗罪——那些与过度清洁有关的疾病——Tips:关于过度清洁,你可能不知道的N件事)
- 34 过劳——“过劳”宝宝复原白皮书 /192
(小测试:看看你的宝宝拥有怎样的气质?——“过劳”宝宝Ⅵ级活动风力预报——一眼看穿“过劳”宝宝的小花招——3招摆平“过劳”宝宝的小窍门)
- 35 过敏——预防宝宝过敏,妈妈能做的那些事…… /195
(关于过敏,妈妈想知道的10个问题——预防过敏,你能做的N件事)

36 特别篇 II 春夏之交宝宝防病集结号 /199

(春末夏初常见疾病Top 10排行榜——对号入座·详解篇——见招拆招·略读篇)



H

37 呼吸道——应对呼吸道“八面埋伏”的自救手册 /207

(宝宝8个你不知道的小秘密——拒绝习惯、强力纠错——盘点呼吸道疾病之“最”魁祸首)

38 护理——家有病号,如何保护宝宝不受感染 /215

(家有病号,哪些可能具有传染性? ——妈妈患病,分级保护,绝对给力)

39 换季——让宝宝平安健康地换季 /217

(No.1 感染性疾病非常3+1——No.2 传染性疾病非常3+1——No.3 过敏性疾病非常3+1)



J

40 基因—— Baby生病,都是基因惹得祸?! /224

(Q&A,关于基因与疾病的神秘关系——Tips:你所不知道的和基因相关的那些数字——打开基因致病的潘多拉魔盒——Tips:和染色体有关的某些疾病)

41 急救—— SOS! 当婴幼儿被噎住 /232

(餐桌危险因子排行榜——不同意外,不同应对)

42 急症——当宝宝遭遇急危重症 /234

(常见No.5症状篇——常见Top 5意外篇)

43 急腹症——宝宝也有急腹症?! /241

(关于急腹症,妈妈可能不太清楚的10个Q&A——6种较为常见的宝宝急腹症)

44 寄生虫——爱护宝宝,向寄生虫病say no /248

(寄生虫病7宗罪——寄生虫病扫描榜Top 5)



K

45 抗生素——宝宝使用抗生素的安全密码 /257

(名词解释: 抗生素——答疑解惑Q&A——安全扫描: 宝宝常用抗生素分级——以健康的名义: 慎对抗生素的副作用)



46 咳嗽——从宝贝的第一声咳嗽说起 /260

(小测试:宝宝咳嗽知多少?——咳嗽宝宝经典黑镜头——关于宝宝咳嗽的5个Point——Tips:咳嗽宝宝好伙伴)

47 哭声——宝宝哭声翻译器 /264

(宝宝发泄区——Tips:宝宝喂奶参考时间表——宝宝病痛区——Tips:闻哭识奶宝)



L

48 宝宝流感自然疗法全攻略 /269

(预热备战流感——第Ⅰ阶段·绿色初级版·百炼成金——第Ⅱ阶段·黄色预警版·防患于未然——第Ⅲ阶段·红色应急版·亡羊补牢)

49 流感——如何“拯救”流感宝宝 /273

(流感印象纠错Top3——流感宝宝预警分级——如何“拯救”流感宝宝)

50 “流脑”——打造宝宝“流脑”隔离保护带 /279

(Q&A 关于“流脑”,妈妈最关心的10个问题——“流脑”宝宝常见的3大Pose——解密“流脑”的5个化验指标——呵护宝宝,“流脑”隔离带AB面)



M

51 麻疹——如何让宝宝远离麻疹? /287

(Q&A 揭开麻疹的神秘面纱——Tips:麻疹宝宝确诊标准——拒绝麻疹三部曲——Tips:与麻疹相鉴别的其他传染病——给麻疹宝宝的特别呵护)

52 免疫——当宝宝免疫功能亮起了红灯! /292

(Color Box:专业定义——与免疫缺陷病相关的3大因素——原发性免疫缺陷病的5大Pose——避免继发性免疫缺陷病的5个角度)

53 模仿——宝宝模仿开始了 /299

(那些与宝宝成长有关的关键词——模仿宝宝分期进行时——面对宝宝,分3步做好模仿规划)

54 奇招制“梦”,催眠活力Baby /302

(宝宝不睡觉,Trouble&招法——病态Trouble区——非病态Trouble区)

55 特别篇Ⅲ 助力宝宝清凉安稳度夏 /307

(夏日“三防”必修技:防蚊、防晒、防痱——夏日“五安”实习课,远离宝宝“最”不适——夏日“十二字”餐饮诀,护佑宝宝身体——夏日“两场”娱乐秀,让宝宝欢笑一季——夏日“六招”真本领,帮宝宝扑灭“邪火”——夏日“三级”安睡法,祝宝宝甜梦沉酣)



N

56 男孩更容易生病吗? /322

(Q&A 男孩女孩,一样还是不一样?——关于男宝宝的健康呵护,妈妈可以做的N件事!——哪些病容易发生在男宝宝身上,需要提高警惕?)

57 脑发育——盘点可能影响宝宝脑部发育的“不良因素” /325

(母亲Side——宝宝Side)

58 面对“尿路”感染,宝宝该怎么办? /333

(与泌尿系感染相关的N个关键词——如何远离泌尿系感染的困扰?——泌尿系感染宝宝看起来——泌尿系感染宝宝治疗养护秘诀)

59 尿布疹——全力以赴,赶走宝宝尿布疹 /339

(Q&A 尿布疹的小秘密——3招让你的宝宝远离尿布疹——尿布疹宝宝护理法宝ABC)



O

60 呕吐——谁家宝宝在呕吐? /342

(呕吐宝宝看起来——那些和呕吐相关的疾病——Q&A 宝宝呕吐怎么办?——Tips:呕吐可能会造成的伤害)



P

61 皮疹——皮疹宝宝勘查记 /349

(与皮疹有关的传染病 Top 7——Tips:常见皮疹“6种表情”全记录——皮疹宝宝“地图秀”)

62 偏食——偏食宝宝大起底 /355

(小测试:来看看,谁家的宝宝在偏食?——N个宝宝偏食的理由——宝宝偏食Super纠错——Tips:各色食物营养Top小排行)



63 贫血——给贫血宝宝特别的爱 /359

(宝宝贫血的N种证据——为什么小宝宝会发生贫血——Tips: 宝宝贫血程度分级——贫血宝宝大不同——4招应对营养性贫血宝宝——Tips: 常见所需营养素的食物榜)

64 屁屁——关爱宝宝,从PP的12种怪现象开始! /365

(刚出生的宝宝·及时发现PP的5项麻烦以保平安!——0~3岁的宝宝·观察4个从PP反映出的健康问题——4~6岁的宝宝·盘点3种与PP密切相关的疾病!)



Q

65 缺陷——盘点新生儿宝宝可能遭遇的出生缺陷 /372

(Q&A 关于缺陷宝宝的50个热点问答——Tips: 缺陷宝宝的经典遗传方式——常见的缺陷宝宝Top 4——Tips: 与代谢相关的缺陷宝宝)

66 气管炎——面对气管炎or支气管炎,宝宝怎么办?

/384

(宝宝呼吸道感染的8个常见疑问——从气管炎到支气管炎,宝宝常见4种经典Pose——气管炎、支气管炎宝宝的非药物治疗——气管炎、支气管炎宝宝的药物治疗——Tips: 宝宝的呼吸到底有多快?)

67 铅中毒——警惕,铅中毒吞噬宝宝的健康 /391

(铅对宝宝有哪些危害——宝宝体内的铅从哪里来——Tips: 宝宝与铅中毒相关的诊断指标与分级——排铅护儿,爸爸妈妈可以这样做)



R

68 溶血——ABO溶血 /395

(ABO溶血病大解密——如何应对ABO溶血病)

69 乳牙——呵护宝宝的小乳牙 /399

(龄照顾宝宝的小乳牙——洁牙工具,宝宝如何选?——龋病、涂氟和窝沟封闭——让宝宝爱上刷牙的N种方法——Stop,乳牙受损进行时——带着宝宝看牙医4部曲——对待乳牙,妈妈想法Yes or No)

70 特别篇Ⅳ 初秋宝宝健康平衡术 /411

(受累部位:皮肤——受累部位:鼻——受累部位:呼吸道——受累部位:消化道)



S

- 71 **腮腺——流行性腮腺炎宝宝的N个秘密** /416
(遭遇流行性腮腺炎? 别着急! ——关于“流腮”, 还有哪些你不知道的特点呢?)
- 72 **肾损害——儿童肾损害, 有迹可循** /422
(Q&A 宝宝的肾细细看——肾损害宝宝的4大Case)
- 73 **湿疹——湿疹宝宝防与治** /429
(深度解析宝宝湿疹 Q&A——关于湿疹的N种传说 Yes&No——湿疹宝宝全方位防护宝典——不同湿疹宝宝的特色处理)
- 74 **湿疹来了, 宝宝怎么办** /438
(与湿疹有关的3句“箴言”——宝宝和湿疹纠缠不清的4个关键词——给湿疹宝宝4种特别的爱)
- 75 **手足口——宝宝手足口病全知道** /440
(解惑篇·手足口病的9个关键点——预防篇·如何帮助宝宝远离手足口病——就诊篇·病情轻重分级响应——护理篇·家庭养护重点)
- 76 **暑热——助暑热宝宝清凉一夏** /448
(Q&A 关于暑热症的5个经典问答——暑热宝宝的2种常见Pose——四级10招清爽宝宝DIY)
- 77 **睡姿——宝宝睡姿Show健康** /454
(奇怪睡姿8种危险——Color Box: 常见的不良睡眠习惯)



T

- 78 **糖尿病——防治糖尿病, 也要从娃娃抓起** /459
(关于儿童糖尿病的Q&A——宝宝糖尿病N种隐患——糖尿病宝宝快照——综合施治, 糖尿病宝宝治疗方案全方位解析)
- 79 **头发——好与不好, 宝宝头发有奥秘** /467
(“头等大事”, 宝宝妈妈看过来——谣言终结, 呵护宝宝头发的5个关键点)
- 80 **特别篇 V “越冬”前宝宝常见小疾病的预防护理** /469
(宝宝5大症状要当心——对抗3种常见病攻略)



W

81 胃——冬季如何养好宝宝的胃 /477

(冬季宝宝为什么要养胃?——宝宝也伤胃?——宝宝冬季居家养胃法)



X

82 新生儿——新生儿猝死全面预防 /481

(什么是婴儿猝死综合征?——哪些宝宝更容易发生SIDS?——这些做法真的可以降低SIDS的风险吗?)

83 新生儿——新生宝宝呵护总动员 /484

(初生宝宝特色Top10——Tips: 判断新生宝宝的Mini手册——潜在在宝宝身边的危险因素AB面——Tips: 护理新生宝宝的Mini手册)

84 血友病——血友病宝贝的“前世今生” /492

(关于血友病的8个真相——5类出血宝宝快照——血友病宝宝安全防御5道屏障)

85 学步——宝宝学步走过来 /500

(宝宝学步初始化五大阶段——Q&A 宝宝何时该迈第一步——学步期宝宝的生理和心理发育特点——学步动作3部曲)

86 学步——学步宝宝的N大注意事项 /504

(学步宝宝营养补给注意事项——学步宝宝环境安全注意事项——学步宝宝穿着打扮注意事项)

87 心脏——呵护Baby,从“心”开始 /506

(4种“先心病”宝宝的常见Pose——Tips: 6招做个心中有数的好妈妈——预警宝宝“先心病”Top5——Tips: 7个专业护心小窍门)

88 心肌炎——说说宝宝心肌炎 /511

(初级篇·掀开“心”和“心肌”的4层神秘面纱——中级篇·细述6种心肌疾病——高级篇·关于心肌炎最常见的8个Q&A)

89 心脏——如何带宝宝走出先天性心脏病的阴影

/519

(揭秘篇·与先天性心脏病有关的10组数字——经验篇·暗示宝宝可能存在先天性心脏病的5大征兆——专业篇·细说8步检查确定宝宝是否患有先天性心脏病——诊疗篇·最常见的先天性心脏病Top3——护理篇·3招照料先天性心脏病宝宝)

- 90 性早熟——当宝宝遭遇“性早熟” /530
(Q&A 这些说法究竟是真还是假——Tips: 男孩or女孩“性早熟”的身体Show——性早熟Baby的4种Pose——Tips: 可能导致宝宝性早熟的“东西”)
- 91 性早熟——日常防止婴幼儿性早熟的N种预案 /534
(Yes or No, 关于性早熟的9个问题——6句忠告让宝宝快乐成长, 远离性早熟——及早准备, 3个预案和性早熟说Goodbye)
- 92 行动——宝宝10个月还不会爬, 怎么办? /541
(Mini速查: 10个月的宝宝究竟该拥有怎样的运动本领——宝宝爬行与阶梯式成长进步——谁家宝宝“不会爬”——“不爬”宝宝之妈妈分型 & 宝宝健康自由“爬”超级攻略)
- 93 特别篇 VI 宝宝冬季常见病的家庭护理 /545
(呼吸道分级预警呵护——消化道分级预警呵护)



- Y
- 94 牙齿——蜜糖宝宝护牙手册 /554
(宝宝牙齿Q&A——谁知道宝宝的小嘴里发生了什么事儿? ——Color Box: 宝宝龋齿之“最”)
- 95 厌食——吃与不吃, 宝宝“厌食”没那么简单 /558
(初级扫盲篇·Q&A, 宝宝“厌食”≠厌食症——中级解惑篇·Yes or No, 宝宝“厌食”全解析——高级呵护篇·拒绝“厌食”宝宝三原色——Tips: 家庭简易推拿按摩捏脊术)
- 96 眼病——宝宝眼部疾病大探究 /565
(结膜炎——睫毛倒长——新生儿泪囊炎——麦粒肿)
- 97 药物——过去的常用药, 今天要斟酌 /569
(抗菌药——解热镇痛药——止吐药——止泻药——止咳药——外用药)
- 98 夜啼——夜啼宝宝, 到底哪里受了“委屈” /571
(不同时期宝宝夜啼“委屈”大不同——面对夜啼宝宝, 妈妈该怎样做)
- 99 乙脑——夏季传染病乙脑全揭秘 /574
(Q&A 关于乙脑, 我们需要知道的那些问题——乙脑流行特点



Top3——揭秘四型乙脑宝宝——不是所有“发病宝宝”都是乙脑宝宝——典型乙脑宝宝四期表现——预防乙脑措施3部曲)

100 幼儿急疹——幼儿急疹是什么 /581

(幼儿急疹,你听说过吗?——幼儿急疹的3宗“最”——幼儿急疹可以预防吗?——治疗 & 护理)

101 意外——宝宝意外伤害发生后的家庭急救法 /583

(小测试:遇到这些情况,您知道该怎么办吗?——SOS!7大紧急情况救治——3种危急情况,第一时间Yes & No)



Z

102 长个儿——长个儿之计在于春 /597

(Q&A 为什么春天是宝贝长个儿的关键期——春天长高的N条妙计——世界卫生组织对0~6岁儿童身高体重的评价标准)

103 长高——春夏之交,为宝宝长高再助力 /602

(春末夏初,宝宝长得快的N个推理——实用四步,助力宝宝长高)

104 自闭症——儿童自闭症的医学视角 /605

(关于自闭症的11个疑问与真相——那些让宝宝遭遇自闭症困扰的相关因素——自闭症宝宝的典型快照——自闭症宝宝的全方位呵护)

105 指甲——关于宝宝指甲的悄悄话 /613

(小指甲大发现——Tips:正常指(趾)甲快照——小宝宝的指甲病态秀——Tips:看宝宝的指甲72变)

106 肿瘤——拒绝肿瘤,让宝宝有备无患 /616

(关于儿童肿瘤的N个常见问题——9种儿童时期较为常见的肿瘤——如何让宝宝远离肿瘤的阴影)

107 中暑——宝宝中暑妈妈能做的几件事 /624

(Q&A 宝宝也中暑?——Tips:中暑宝宝分级——绝缘中暑DIY——中暑宝宝SOS——Tips:不得不提的那些和中暑有关的数字)

108 特别篇Ⅶ 新年宝宝健康全攻略 /628

(天衣无缝·新年穿衣计划——食之有道·新年美食计划——安居乐业·新年家居计划——行遍天下·新年出行计划——玩转地球·新年酷玩计划)