

<<童笑梅育儿经>>

图书基本信息

书名：<<童笑梅育儿经>>

13位ISBN编号：9787200085716

10位ISBN编号：7200085715

出版时间：2011-3

出版时间：北京

作者：童笑梅

页数：360

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<童笑梅育儿经>>

### 内容概要

作为国内儿科领域的一位临床实践者，童大夫深知肩负着为广大父母寻求育儿心经、解决育儿难题的重大责任。

在近20年的工作中，无数的新手爸妈咨询童大夫，给予巨大的信任与支持，在这里分享童大夫的育儿经验，让人心里觉得非常温暖、亲切和踏实。

本书从如何喂养宝宝入手，分阶段介绍宝宝成长过程中可能遇到的各种喂养问题与解决办法，依据宝宝生长时期不同的生理特点，讲述母乳喂养、辅食添加、断奶营养食材及宝宝常见病的饮食调理。

## <<童笑梅育儿经>>

### 作者简介

童笑梅，北京大学第三医院儿科主任、主任医师、硕士生导师·北京市儿科医师培训基地评审专家·北京市医疗事故鉴定组成员·国家执业医师考试主考官·北京市卫生局系统、北京大学系统住院医师规范培训考官·中华医学会北京围产学会委员·中华医学会北京儿科学会委员自1989年毕业于北京医科大学后一直从事儿科专业工作。

20年来致力于新生儿疾病、早产儿管理、新生儿重症监护以及儿童生长发育等方面的临床和实验研究，积累了丰富的临床、教学和科研工作经验。

曾作为国外访问学者被派往新加坡多家医院儿科访问交流。

主持和参加了3项国家自然科学基金课题的研究，先后发表学术论文50余篇，主编了《实用新生儿学》等8部著作。

目前担任《中华儿科杂志》、《新生儿科杂志》、《国际儿科学杂志》编委。

## 书籍目录

宝宝营养餐速查导航Chapter 1 母乳——喂养宝宝的最佳奶品全面解析母乳的优势营养母乳的五大基础营养成分母乳中的抗毒先锋——孚L铁蛋白母乳喂养好处多母乳喂养对婴儿的好处母乳喂养对妈妈的好处珍贵的初乳，不要错过初乳与婴儿的关系初乳的优点初乳与免疫母乳喂养的11个注意事项认同母乳喂养母婴同室尽早开奶按需喂哺夜间喂养很重要充分排空乳房掌握正确的哺乳方法应避免用奶瓶喂养注意乳房卫生防止婴儿吐奶增加乳母营养新妈妈的“下奶”食谱Chapter 2 0~3岁婴幼儿同步喂养方案0~1个月刚出生的小宝宝如此娇嫩。

此时宝宝的最佳食物非母乳莫属。

本月体格发育标准新妈妈喂养课堂1~2个月这个月的宝宝变得更招人疼。

吃不饱可是会通过哭闹来抗议了。

本月体格发育标准新妈妈喂养课堂2~3个月宝宝头竖起来了，爸爸妈妈的喂养要跟进。

本月体格发育标准新妈妈喂养课堂3~4个月开始学习翻身的一个月。

妈妈母乳喂养需要坚持。

本月体格发育标准新妈妈喂养课堂4~5个月宝宝对吃越来越“讲究”，妈妈需要为宝宝准备辅食了。

本月体格发育标准新妈妈喂养课堂5~6个月从这个月开始，让宝宝尝尝奶水以外的滋味吧。

本月体格发育标准新妈妈喂养课堂美味辅食这样做推荐宝宝营养食谱6~7个月宝宝的乳牙开始渐渐萌出，可以接受越来越丰富的辅食。

本月体格发育标准新妈妈喂养课堂美味辅食这样做推荐宝宝营养食谱7~8个月一般的宝宝都长出了小牙，软中带硬的食物最受他的欢迎。

本月体格发育标准新妈妈喂养课堂美味辅食这样做推荐宝宝营养食谱8~9个月宝宝活动范围增加。

多样的辅食才能满足他的营养需求。

本月体格发育标准新妈妈喂养课堂美味辅食这样做推荐宝宝营养食谱9~10个月宝宝发育的关键期，丰富的辅食是宝宝健康成长的有力保障。

本月体格发育标准新妈妈喂养课堂美味辅食这样做推荐宝宝营养食谱10~11个月宝宝能颤颤巍巍地站立了，添加补钙的辅食非常重要。

本月体格发育标准新妈妈喂养课堂美味辅食这样做推荐宝宝营养食谱11~12个月宝宝满一周岁后，妈妈应当准备开始断奶了。

本月体格发育标准新妈妈喂养课堂美味辅食这样做推荐宝宝营养食谱1岁~1岁零3个月已经能够在餐桌上“抢夺”食物，要给他学习自主进餐的机会。

本月体格发育标准新妈妈喂养课堂美味辅食这样做推荐宝宝营养食谱1岁零4个月~1岁零6个月进入宝宝语言发展突发期，给他最充足的营养让他快快长大。

.....Chapter 3 宝宝成长必备的优势营养及黄金食物Chapter 4 添加辅食，这些食物要小心Chapter 5 挑食、偏食、应对有方Chapter 6 拜拜健康成长的4个关键营养方案Chapter 7 婴幼儿常见疾病与不适的饮食对策参考书目附录一 宝宝各时可以食用的食材附录二 2005年九市城区3岁以下儿童体格发育测量值

## 章节摘录

版权页：插图：妈妈要注意给宝宝制定一个合理的食谱，在保证营养均衡的基础上，以清淡、易消化、丰富为原则。

这既可以让宝宝品尝到各种食物的不同味道，提高宝宝进食兴趣，还能促进宝宝味觉的良好发育，使其健康成长。

奶粉喂养婴儿须防牛磺酸缺乏很多宝宝由于母乳不足，一直都是以配方奶粉为主要食物，这很容易导致宝宝患上牛磺酸缺乏症，妈妈要特别注意了。

解读牛磺酸牛磺酸又称牛胆素、牛磺胆碱，是人体生长发育必需的一种特殊氨基酸，以游离状态存在于人体中，分布广泛。

牛磺酸对宝宝的好处牛磺酸对婴幼儿中枢神经系统发育有着举足轻重的影响。

在宝宝神经细胞增殖过程中，牛磺酸具有促进神经细胞间突触形成和神经细胞增殖的作用，可提高神经细胞的蛋白质含量。

另外，牛磺酸还能促进DNA的合成。

最新科学研究表明，牛磺酸能加强神经活动的传导，具有增强记忆的功能。

对于婴儿来说，牛磺酸另外一个重要的作用就是能调节机体钙元素的吸收，尤其是调节脑组织对钙元素的吸收。

如果婴幼儿缺乏牛磺酸，中枢神经系统发育就会十分缓慢，从而导致婴儿智力低下。

牛磺酸的主要来源人体中的牛磺酸可通过自身合成和从膳食中摄取两种方式获得。

肝功能正常的成年人都可以通过自身合成得到身体所需的牛磺酸，一般不需要专门补充。

但酶类合成系统发育尚不成熟的婴幼儿，尤其是早产儿，由于自身不具备合成牛磺酸的能力，所以必须通过膳食摄取身体所需的牛磺酸。

动物性食物中牛磺酸的含量较丰富，尤其是母乳的含量最高。

其他食物中每100克牛磺酸的平均含量为：牛奶4毫克、猪肉50毫克、牛肉36毫克、羊肉47毫克、鸡肉34毫克。

如果宝宝已经停止母乳喂养，就应注意添加富含牛磺酸的辅食，以满足身体需要。

编辑推荐

《童笑梅育儿经:辅食与喂养》：特邀著名专家撰写传播最新科学育儿理念结合20年临床经验，为当今父母提供专业而贴心的育儿指导经典案例源于专家的临床、教学实践活动温馨贴士新手父母辅食制作与添加必备的技巧专家讲堂何时是给宝宝添加辅食的最佳时机?先加蛋黄还是纯米粉?宝宝食欲不振，吃饭就恶心、干呕是什么缘故?《童笑梅育儿经:辅食与喂养》专为新手父母量身定做，提供基础的辅食制作添加与喂养知识，并解答新手父母在育儿中都会遇到的问题。

<<童笑梅育儿经>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>