

<<我最想要的育婴书>>

图书基本信息

书名：<<我最想要的育婴书>>

13位ISBN编号：9787510109461

10位ISBN编号：7510109469

出版时间：2012-1

出版时间：中国人口

作者：陈宝英孕产育儿研究中心

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>

<<我最想要的育婴书>>

内容概要

本书为新手父母讲解0~3岁宝宝的养育知识,包括新生儿喂养、护理、疾病防治;宝宝从纯乳到断奶过程中的喂养指导、辅食的制作与添加方法;宝宝左右脑开发方案;宝宝常见疾病的防治及用药宜忌;宝宝的情绪与行为习惯的培养,以及专家推荐的亲子游戏,让宝宝身心健康地成长,智商和情商都得以开发和提升。

<<我最想要的育婴书>>

作者简介

陈宝英 女，主任医师、教授。
中国女医师协会副会长、北京女医师协会会长。

首都医科大学北京妇产医院及北京妇幼保健院党委书记、院长。

世界卫生组织母婴妇女保健研究培训合作中心主任。

40余年从事妇产科保健及妇幼保健工作，作出了突出贡献。

<<我最想要的育婴书>>

书籍目录

宝宝0~3岁大事记

第1章 新生儿的喂养与保健护理

新生儿的特点与生活环境

新生儿的体格标准与发育规律

新生儿的生理特点

新生儿看似异常的正常现象

第一时间将新生儿抱在怀里

怎样为新生儿选寝具

新生儿居室应注意什么问题

新生儿的喂养细节

新生儿的餐具

尽早给宝宝开奶

没吃到初乳怎么办

开奶前不要喂糖水等代乳食品

每天要喂几次奶,吃多少够

怎样判断宝宝是否吃饱了

宝宝饿了会有什么表现

奶少和奶冲的妈妈如何喂宝宝

妈妈乳房小,宝宝能吃饱吗

正确的哺乳姿势

乳房问题怎么应对

哪些新生儿要人工喂养

鲜牛奶不适宜新生儿

新生儿第1周不宜喂全奶

怎样选购奶粉

预防乳头错觉的好方法

怎样让乳汁多起来

宝宝吃吃停停怎么办

要不要叫醒宝宝喂奶

夜间喂奶注意事项

新生儿的日常护理

礼貌拒绝过多探望

逢年过节的新生儿

新生儿四季照护要点

新生儿脐带的护理方法

护理新生儿的眼、耳、口、鼻

新生儿皮肤护理方法

男女宝宝都需要清洗私处

新生儿的囟门需要保护

给新生儿洗澡

新生儿慎用洗涤剂和护肤品

新生儿大便绿色正常吗

怎样选择尿布和尿不湿

怎样安抚哭闹的宝宝

宝宝用尿布好还是用尿不湿好

<<我最想要的育婴书>>

尿布和尿不湿的使用方法
用不用买尿布垫和尿布台
怎样判断宝宝是冷还是热
新生儿游泳需要注意什么
新生儿睡觉放下就哭怎么办
怎样给新生儿做抚触

新生儿常见病的预防与护理

新生儿黄疸
新生儿鹅口疮
新生儿湿疹
新生儿腹泻
新生儿乳糖不耐受症
新生儿紫绀
新生儿脐炎
新生儿脱水热

第2章 从纯母乳喂养到断奶的顺利过渡

0~4个月, 应坚持母乳喂养

母乳喂养的好处
前奶后奶都要让宝宝吃到
宝宝腹泻时怎样喂母乳
母乳挤出来喂好还是直接喂好
宝宝吃奶时间太长怎么办
怎样从宝宝嘴里抽出乳头
纯母乳喂养的宝宝肥胖怎么办
母乳不够不要随便添加配方奶
混合喂养需以母乳为主
使母乳更高质多量的方法
妈妈上班后怎样进行母乳喂养
冰箱保存的母乳怎样喂食
出差时怎样保证奶质奶量
感冒也不妨碍喂奶
月经来潮可以照常喂奶
乙肝妈妈怎样母乳喂养
纯母乳喂养的宝宝需要喂水吗
患了乳腺炎还能喂母乳吗
不适宜给宝宝喂奶的时机
宝宝吃奶不认真怎么办
服药时怎样喂母乳可减小影响
哪些药哺乳妈妈不能吃

何时断奶, 如何断

8~10个月是宝宝断奶的好时机
怎样判断该不该断奶
有些情况, 需要延迟断奶时间
断奶要循序渐进
什么季节断奶对宝宝最好
断奶应该先断哪一顿
断奶应该是个温柔的过程

<<我最想要的育婴书>>

打乱宝宝的吃奶规律有助断奶
断奶前就开始让宝宝习惯辅食
断奶后以配方奶为主要营养来源
断奶宝宝不吃奶粉怎么办
不要用安抚奶嘴安抚断奶的宝宝
多变化喂奶方式让断奶更容易
妈妈的断奶反应会影响断奶过程
让宝宝不再依恋母乳的方法
预防宝宝患上断奶综合征
断奶后要注意补充蛋白质
断奶后大便性状改变

第3章 宝宝辅食的制作与添加

2~4个月, 部分宝宝添加液态辅食

人工和混合喂养宝宝需少量喝水
宝宝不喜欢喝白开水怎么办
人工喂养宝宝2个月后可添辅食
2~4个月宝宝可以吃什么食物
厌食牛奶的宝宝可添加辅食
怎样给宝宝添加鱼肝油
不宜添加辅食的时机
制作辅食时的注意事项
液态辅食加多少、怎么加
推荐食谱一: 菠菜水
推荐食谱二: 苹果水
推荐食谱三: 菠菜汁
推荐食谱四: 梨汁
推荐食谱五: 番茄汁
推荐食谱六: 胡萝卜汁

5~6个月, 添加稀泥糊状辅食

母乳喂养宝宝6个月后添加辅食
5~6个月的宝宝怎么吃辅食
添加辅食要循序渐进
这个时候的宝宝还不能吃蛋清
添加辅食后还要吃奶类食品吗
蛋黄是宝宝最好的辅食
辅食添加的过程
怎样为宝宝选购辅食
不要让辅食给宝宝留下坏印象
宝宝腹泻时能不能添加辅食
制作辅食的要求
怎样喂宝宝吃辅食
宝宝吃辅食过敏有什么表现
宝宝不喜欢吃辅食怎么办
不需要特别为宝宝准备食谱
每天给宝宝清洁下口腔
推荐食谱一: 婴儿米粉糊
推荐食谱二: 蛋黄糊

<<我最想要的育婴书>>

推荐食谱三：豆腐泥

推荐食谱四：水果泥

推荐食谱五：油菜泥

推荐食谱六：胡萝卜泥

推荐食谱七：土豆泥

推荐食谱八：南瓜糊

7~8个月，添加稠泥糊状食物

长牙时，给宝宝准备磨牙食物

宝宝可以吃肉了

辅食里稍加一点盐、油

辅食品种和分量不可主次颠倒

警惕宝宝被动高盐

宝宝缺钙怎么办

每天给宝宝刷刷牙

勤给宝宝洗手，防止细菌入口

清洗宝宝的餐具时注意事项

辅食对大便性状的影响

宝宝便秘应该吃什么辅食

添加辅食后为什么变成肥胖儿

不要让宝宝吃厌辅食

推荐食谱一：蛋黄羹

推荐食谱二：鸡肝泥

推荐食谱三：白米烂稀粥

推荐食谱四：清蒸肉泥

推荐食谱五：蔬菜肉泥烂面条

推荐食谱六：香蕉豆腐泥

推荐食谱七：水果沙拉

推荐食谱八：骨汤婴儿面

推荐食谱九：肉末青菜粥

推荐食谱十：牛奶蛋黄粥

推荐食谱十一：土豆饼

推荐食谱十二：磨牙小馒头

9~10个月，半固体食物到固体食物

9~10个月宝宝吃什么，怎么吃

宝宝食欲不好怎么办

吃多少、吃什么由宝宝自己决定

把握好奶类食品与辅食的比例

怎样应对宝宝挑食

慢慢增加食物的咀嚼难度

能给宝宝吃大人的食物吗

宝宝想吃大人的食物怎么办

给宝宝选水果有讲究

给宝宝一份餐具练习使用

推荐食谱一：紫菜豆腐汤

推荐食谱二：胡萝卜牛肉粥

推荐食谱三：鸡蛋豆腐泥

推荐食谱四：鳕鱼番茄泥

<<我最想要的育婴书>>

推荐食谱五：菜花虾仁龙须面

推荐食谱六：草莓酸奶

推荐食谱七：橙汁红薯丁

推荐食谱八：鸡肝粥

推荐食谱九：豌豆肉末软饭

推荐食谱十：面包干

推荐食谱十一：香菇鸡肉软饭

推荐食谱十二：香煎土豆片

11~12个月，完成向成人食物的过渡

11~12月的宝宝辅食怎么吃

培养宝宝良好的进餐习惯

丰富食物种类

不要给宝宝吃汤泡饭

豆奶不能代替乳类

不能给宝宝做辅食的食物

水果和蔬菜不能互相取代

随便吃营养品有可能害了宝宝

宝宝缺铁怎么办

宝宝咽不下固体食物怎么办

推荐食谱一：肉末香菇盖浇饭

推荐食谱二：瘦肉番茄末

推荐食谱三：菠菜鸭血豆腐汤

推荐食谱四：猪肉大葱小包子

推荐食谱五：鲜蔬虾蓉饭

推荐食谱六：黑木耳蛋羹

推荐食谱七：手抓意大利面

推荐食谱八：虾末菜花

推荐食谱九：青菜蛋黄蒸豆腐

推荐食谱十：碎菜牛肉

推荐食谱十一：鱼蛋饼

推荐食谱十二：鲜肉馄饨

第4章 宝宝左右全脑开发方案

有着不可思议力量的大脑

左脑是“知性脑”

右脑是“艺术脑”

左右脑需要平衡开发

0~3岁宝宝音乐智能开发

音乐智能是人最早萌发的智能

0~3岁宝宝音乐智能发展进程

音乐智能高的宝宝有什么表现

怎样利用音乐智能进行早教

听铃声——敏感 右脑开发

听音乐——感受力 右脑开发

音乐摇床——节奏感 右脑开发

打击乐——探索 左脑开发

听各种声音——声音分辨力 左脑开发

数数做操——节奏感 右脑开发

<<我最想要的育婴书>>

- 学打节拍——节奏感 右脑开发
- 学唱歌——模仿能力 右脑开发
- 分角色演唱——表现力 右脑开发
- 唱一首歌——表现力 右脑开发
- 0~3岁宝宝运动智能开发
 - 运动是促进心智发育的有效手段
 - 0~3岁宝宝运动智能的发展进程
 - 运动智能高的宝宝有什么表现
 - 运动与其他训练相结合效果更好
 - 小蜜蜂来了——乐观情绪 左脑开发
 - 与宝宝共舞——协调性 右脑开发
 - 开飞机——平衡感 右脑开发
 - 蹦蹦跳跳——开朗性格 左脑开发
 - 吊单杠——协调性 右脑开发
 - 看谁快——反应速度 左脑开发
 - 够取物品——逻辑思考力 左脑开发
 - 沙土上涂鸦——协调性 左脑开发
- 0~3岁宝宝语言智能开发
 - 语言智能开发越早越好
 - 0~3岁宝宝语言智能发育进程
 - 语言智能高的宝宝有什么表现
 - 聊天和阅读可提高宝宝语言智能
 - 学发音——记忆力 左脑开发
 - 口唇游戏——观察力 左脑开发
 - 看图说话——思维能力 左脑开发
 - 说出来才给——应变 左脑开发
 - 从小学英语——记忆力 左脑开发
 - 看汉字做动作——协调 左脑开发
 - 学儿歌、古诗词——记忆力 左脑开发
 - 猜谜语——逻辑思维 左脑开发
 - 纸笔交流——表达能力 右脑开发
 - 传悄悄话——记忆力 左脑开发
 - 聊天——表达及理解能力 左脑开发
 - 讲故事编故事——记忆力 左脑开发
- 0~3岁宝宝社会交往智能开发
 - 社会交往智能是必需智能
 - 0~3岁宝宝社会交往智能发育进程
 - 社会交往智能高有什么表现
 - 怎样培养高社会交往智能的宝宝
 - 建立信任——情感 右脑开发
 - 认识其他小朋友——开朗 右脑开发
 - 移情——应变能力 右脑开发
 - 按指示找物——配合 左脑开发
 - 学习礼貌用语——社交规则 左脑开发
 - 照料布娃娃——责任心 右脑开发
 - 学会分享——合作意识 右脑开发
 - 约法三章——社会规则 左脑开发

<<我最想要的育婴书>>

- 送别人物品——爱心 右脑开发
- 不要吵到别人——社会规则 左脑开发
- 好人坏人——观察力 左脑开发
- 家务小帮手——合作意识 右脑开发
- 0~3岁宝宝数学智能开发
 - 数学智能是所有知识学习的基础
 - 0~3岁宝宝数学智能发育进程
 - 数学智能高的宝宝有什么表现
 - 怎样提高宝宝的数学智能
 - 学数词——数学概念 左脑开发
 - 比大小——逻辑思维 左脑开发
 - 寄信游戏——观察力 左脑开发
 - 练习分类——逻辑思维 左脑开发
 - 赢大小——逻辑思维 左脑开发
 - 比谁的多——逻辑思维 左脑开发
 - 数字连连看——观察力 左脑开发
 - 问长问短——逻辑思维 左脑开发
 - 听数按键——灵敏性 左脑开发
 - 身体中的数字——逻辑思维 左脑开发
- 0~3岁宝宝空间智能开发
 - 空间智能开发, 培养宝宝艺术细胞
 - 0~3岁宝宝空间智能发育进程
 - 空间智能高的宝宝有什么表现
 - 怎样帮宝宝提高空间智能
 - 听声转头——方位知觉 左脑开发
 - 认识颜色——记忆力 左脑开发
 - 认识形状——观察力 左脑开发
 - 套叠玩具——逻辑思维 左脑开发
 - 画线——图形概念 左脑开发
 - 涂鸦——表现力 右脑开发
 - 搭积木——想像力 右脑开发
 - 认路——记忆力 左脑开发
 - 做手工——想像力 右脑开发
 - 拼脸谱——观察力 左脑开发
- 0~3岁宝宝自知智能开发
 - 自知智能让宝宝学会控制自己
 - 0~3岁宝宝自知智能发育进程
 - 自知智能高的宝宝有什么表现
 - 怎样提高宝宝的自知智能
 - 叫名字回头——反应 左脑开发
 - 我要出去玩——自主意识 右脑开发
 - 表示大小便——自我认知 左脑开发
 - 指认身体部位——自我认知 右脑开发
 - 协助穿脱衣服——自主意识 左脑开发
 - 分清“我的”“你的”——逻辑思维 左脑开发
 - 表达感觉——自我认知 左脑开发
 - 懂得害羞——情感 右脑开发

<<我最想要的育婴书>>

自我介绍——表现力 右脑开发
男孩女孩——观察力 左脑开发
坚持睡前常规——自制力 右脑开发

0~3岁宝宝自然智能开发

自然智能开发让宝宝更有爱心

0~3岁宝宝自然智能发育进程

自然智能高的宝宝有什么表现

怎样提高宝宝的自然智能

认识动植物——观察力 左脑开发

户外游戏——协调 右脑开发

玩沙子——协调 右脑开发

观察大自然——观察力 左脑开发

了解天气——记忆力 左脑开发

逛动物园——观察力 左脑开发

识别昆虫——记忆力 左脑开发

时间概念——记忆力 左脑开发

种植花草——感受力 右脑开发

养小动物——感受力 右脑开发

第5章 宝宝常见疾病的防与治

令人担心的异常情况

小蛋蛋不见了

宝宝眼屎多

斜视

宝宝吃手

口水流不停

吐舌头、吸嘴唇

小腿是弯的

前囟门大

疑似囟门过早闭合

发质变差了

宝宝出牙太早或太迟

夜啼

睡觉爱出汗

咬衣物

耳屎太多太硬

地图舌

体重超标

说话太迟

婴幼儿期常见病

发烧

咳嗽

百日咳

普通感冒

流感

肺炎

高热惊厥

腹泻

<<我最想要的育婴书>>

便秘

肛周脓肿

蒙被综合征

缺铁性贫血

婴幼儿意外伤害防护

烫伤

晒伤

割伤

刺伤、擦伤

蚊子叮咬

宠物抓咬

头部受伤

异物卡喉

眼睛异物

过敏

必备的家庭小药箱

家庭常备外用药品

家庭常备医疗用品

家庭常用内服药品

婴幼儿如何安全用药

给宝宝用药的原则

给宝宝喂药的方法

给宝宝用药的注意事项

宝宝补钙注意事项

宝宝补锌注意事项

婴幼儿禁用药物

药物的保存环境

婴幼儿用药常见疑问解答

第6章 宝宝的情绪与行为习惯

0~3岁宝宝情绪与行为习惯发展规律

宝宝情绪与行为的发展

宝宝情绪与行为理解力的发展

宝宝情绪表达能力的发展

培养精神健康、行为习惯良好的宝宝

肌肤相亲让宝宝充分体会爱意

适当的爱让宝宝充满愉悦

宝宝哭泣的情绪解密

环境对宝宝情绪、行为习惯的影响

别让不良情绪和习惯影响宝宝

宝宝听音乐有讲

别让电视成为宝宝的伙伴

顺利度过分离焦虑

户外活动有助于培养积极情绪

怎样为宝宝选择合适的保姆

保姆照看的宝宝更需要亲情

不要压抑宝宝的不良情绪

延迟满足,让宝宝学会安慰自己

<<我最想要的育婴书>>

让宝宝学会面对挫折
尊重宝宝的个性
怎么让宝宝不“怕生”
怎样面对宝宝的反抗
给宝宝机会独立玩耍
规矩当定则定
怎样训练宝宝的餐桌好规矩
怎样让表扬与批评效果显著
教会宝宝懂礼貌
吮吸、啃咬指头怎么纠正
宝宝有“恋物癖”怎么办
怎样让宝宝学会自己上厕所
任性宝宝怎样改变
怎么面对宝宝的攀比行为
怎样纠正宝宝说大话的习惯
怎样纠正宝宝说脏话
不要给宝宝贴上“害羞”标签
怎样预防宝宝孤僻
宝宝嫉妒心强怎么办
宝宝胆小怎么办
宝宝打人、咬人是故意的吗
宝宝自私怎么办
不要轻易给宝宝安“多动”的名
怎么应对宝宝偷拿东西
宝宝不满就自虐怎么办
宝宝对父母的话充耳不闻怎么办
怎么对待总是受欺负的宝宝
凡事都要跟宝宝商量吗3
勇敢地向宝宝承认自己的错误
分清内向和自闭
怎样对待爱哭的宝宝
怎样回答：“我是哪来的？”

”
不可缺失性别角色教育
宝宝玩弄生殖器怎么办
混龄入园好吗
幼儿园是早点上还是晚点上好
入园，怎样让宝宝不再揪心地哭
爸爸不要在宝宝的教育中缺席

第7章 专家推荐的亲子游戏

培养勇敢坚强的性格

早教课堂

游戏一：小鸟小鸟飞上天

游戏二：勇敢的小伞兵

游戏三：爬大山

培养乐观开朗的心态

早教课堂

<<我最想要的育婴书>>

游戏一：小淘气踢球球

游戏二：做鬼脸

游戏三：踏青

培养团队合作精神

早教课堂

游戏一：踩气球

游戏二：一起盖房子

游戏三：家庭会议

培养公德意识

早教课堂

游戏一：讲卫生

游戏二：红灯停、绿灯行

游戏三：玩具是谁的

培养自信精神

早教课堂

游戏一：拼图形

游戏二：穿过羊肠小道

游戏三：钓鱼

信任他人

早教课堂

游戏一：起飞降落

游戏二：妈妈有事

游戏三：大家都一样

激发求知欲

早教课堂

游戏一：藏宝游戏

游戏二：糖和盐哪去了

游戏三：冰棍冒白烟

培养独立性

早教课堂

游戏一：我能行

游戏二：火车进山洞

游戏三：倒来倒去

培养责任感

早教课堂

游戏一：小宝宝送大家回家

游戏二：我是娃娃的好妈妈

游戏三：跟着妈妈干家务

培养感恩心

早教课堂

游戏一：妈妈辛苦了

游戏二：小熊生病了

游戏三：留给奶奶

保护爱心

早教课堂

游戏一：摸摸小狗

游戏二：给板凳揉揉痛

<<我最想要的育婴书>>

游戏三：给花儿浇浇水

培养耐心

早教课堂

游戏一：讲故事

游戏二：捡豆子

游戏三：排长龙

培养投入精神

早教课堂

游戏一：我找到了

游戏二：采集石头

游戏三：听完故事才能玩

索引

<<我最想要的育婴书>>

章节摘录

版权页：插图：

<<我最想要的育婴书>>

编辑推荐

《我最想要的育婴书(专家实践版)》编辑推荐：特邀国内权威的育儿专家和早教专家撰写。

详尽周到的新生儿喂养、护理方法。

宝宝从纯乳到断奶的喂养指导。

宝宝辅食的制作、添加技巧。

开发婴幼儿语言、运动、音乐等8大智能的游戏方法。

婴幼儿疾病的防治和用药，意外伤害的救助措施。

培养精神健康、行为习惯良好的宝宝的方法和途径。

专家推荐的亲子游戏，可培养宝宝13种优秀品质。

《我最想要的育婴书》的编排设计颇费心思，图文并茂。

<<我最想要的育婴书>>

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>