

<<育儿词典>>

图书基本信息

书名：<<育儿词典>>

13位ISBN编号：9787510429231

10位ISBN编号：7510429234

出版时间：2012-6

出版时间：新世界出版社

作者：邱真元 著

页数：336

字数：530000

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>

<<育儿词典>>

内容概要

《育儿词典》由北京儿童医院内科主任医师、卫生部新生儿保健委员会委员邱真元编写。这是一本权威的育儿知识大百科，也是一本实用、方便的速查手册。内容涵盖成长发育、饮食喂养、安全护理、免疫接种、疾病保健、潜能开发六大方面的育儿知识，就这一本能帮你解决所有育儿难题。它的词典形式不仅让你耳目一新，更巧妙地为您提供千余养儿育儿知识点，36个月同步养育方案，供你定点查阅，解疑答惑。

作者简介

邱真元

北京儿童医院内科主任医师

卫生部新生儿保健委员会委员

中华预防医学会儿童保健专业学会常委

北京市儿童保健所常务副所长

北京市儿科学会主任委员

1983年毕业于协和医科大学儿科专业，从事儿内科工作27年，现任北京市儿科学会主任委员、北京儿童医院内科主任医师。

多年来主要从事儿内科急救、危重症救治。

承担全市和周边市区医院疑难危重病人专家会诊任务。

撰写科研论文20余篇，获市科技成果二等奖2项，三等奖3项。

<<育儿词典>>

书籍目录

新生儿期
新生儿的成长发育
新生儿概念及其分类
什么是新生儿
新生儿的种类
新生儿的各种反射
寻乳反射
吸吮反射
抓握反射
巴宾斯基反射
惊吓反射
吞咽反射
踏步反射
特殊生理现象
鼻上黄色小粒
过敏红斑
斜视或眼球震颤
脱屑
胎记
眼分泌物
红色尿液
马牙
生理性体重下降
囟门
囟门大小
闭合时间
饱满情况
新生儿喂养
初乳
营养特点
喂养益处
专家提示
替代乳品
喂哺原则
哺乳姿势
哺乳“四式”
喂奶步骤
选对喂养方式
喂养方式知多少
选对更适合宝宝的喂养方式
提倡母乳喂养
营养特点
喂养益处
专家提示
妈妈饮食

<<育儿词典>>

母乳喂养误区

“按需”喂养

正确辨别

讲究时间

保证吸吮

专家提示

正确含乳和吸吮

人工喂养

喂养种类

正确选择

喂养步骤

专家指导

易错喂奶方法

婴儿奶具

正确选择

婴儿奶粉的选购

正确更换奶粉

安全选购奶粉

预防配方奶贫血症

混合喂养

喂养迹象

喂养方法

喂养对策

注意事项

母乳和配方奶混合使用

不能混合的原因

判断喂养充足

方法一：听宝宝的吞咽声

方法二：看宝宝的精神状态

方法三：看体重增长

方法四：看尿量

生病时的喂养

新生儿的护理

包裹新生儿的方法

了解宝宝的生理曲线

包裹时的注意事项

包裹不当的不良影响

新生儿的健康状况

身体异常检查

健康状况检查

斜颈检查

口腔内检查

头部检查

耳朵检查

股关节检查

肛门检查

生殖器检查

<<育儿词典>>

先天性代谢检查
新生儿黄疸检查
给新生儿测体温
新生儿皮肤护理
正确处理宝宝皮肤褶烂
新生儿皮肤护理的注意要点
护理新生儿的脐带
护理脐带
给新生儿洗澡
洗澡步骤
注意事项
宝宝有眼屎
预防新生儿感染
预防医院内感染
家中的护理要做好
做到合理营养
坚持母乳喂养
做好预防接种
“红屁股”的护理方法
症状特征
护理方法
注意事项
选择尿布
正确挑选
及时更换
不提倡晚上过勤换尿布
选购寝具
正确挑选
宝宝的哭声
读懂哭声
耳聋早发现
新生儿耳聋的原因
吸烟可导致新生儿耳聋
及时治疗
新生儿的四季护理
春季
夏季
秋季
冬季
新生儿的五官护理
眼睛的护理
鼻子的护理
耳朵的护理
新生儿的睡眠
不正确的睡眠姿势
让宝宝侧卧
经常让宝宝变换睡眠姿势

<<育儿词典>>

新生儿打嗝
打嗝的原因
缓解方法
预防方法
溢奶和吐奶的护理方法
鉴别溢奶和吐奶
发生溢奶的原因
如何改善宝宝溢奶或轻度吐奶
新生儿按摩
新生儿按摩的手法
一套婴儿按摩操
双臂交叉与屈腿运动
鼻子堵塞后的护理
早产儿的护理
喂养方法
护理方法
新生儿常见疾病与保健
新生儿腹泻
病症特点
生理性稀便
喂养不当
对奶粉过敏
患感冒
病毒或细菌感染
新生儿脱水热
症状特征
护理方法
注意事项
黄疸
哪些新生儿黄疸要引起重视
病理性黄疸的处理
鹅口疮
新生儿肺炎
新生儿脐疝
新生儿脱水热
防治脱水热应注意以下几点。

新生儿败血症
新生儿败血症的症状
新生儿败血症的感染途径
防治与护理
新生儿大便异常
新生儿大便异常状况
新生儿大便异常的处理方法
新生儿窒息
新生儿呕吐
妈妈哺乳实用知识

<<育儿词典>>

了解乳汁分泌的奥秘
产后乳房的保健
乳房的异常和预防
乳头皲裂
乳房充盈过度
输乳管阻塞
乳腺炎
乳房囊肿
乳头疼痛
呵护乳房的细节
科学进补催乳食品
多进食含优质蛋白的食物
做到营养均衡
把握催乳的时机
特效的催乳食物不能忘
影响乳汁质与量的食物要少吃
哺乳妈妈食谱推荐
运用其他的催乳方法
充分休息，培养对哺乳的信心
延长宝宝的吸吮时间
注意喂养的技巧
及时补充水分
中药催乳法
按摩催乳法
避免进入催乳 3 大误区
母乳不足
暂时性哺乳期危机
哺乳期的饮食
挤奶方法
挤奶的目的
什么时候需要挤奶
手工挤奶法
热瓶挤奶法
吸奶器挤奶法
婴幼儿期
婴幼儿的喂养
宝宝喂养关键点
需要重点补充的营养
宝宝是否需要额外补充水分
奶粉过敏
夜间哺乳
各阶段宝宝喂养方案
2 ~ 3 个月喂养
4 ~ 5 个月喂养
上班族妈妈哺乳
6 ~ 8 个月喂养
9 ~ 12 个月喂养

<<育儿词典>>

13 ~ 18个月喂养
19 ~ 24个月喂养
25 ~ 30个月喂养
31 ~ 36个月喂养
婴幼儿饮食禁忌
婴儿不宜多食炼乳
周岁内的婴儿不宜食用蜂蜜
婴儿不宜喝成人饮料
宝宝忌吃补品
宝宝吃肉不宜过多
正餐前不吃甜食
婴幼儿各种食物喂养方法
宝宝常用营养素的补充原则
吃水果的原则
健脑食品
给宝宝吃零食有讲究
给宝宝喂饭窍门
进食海鲜原则
宝宝吃冷饮要有节制
婴幼儿喂养易出现问题及解决方法
吃奶时睡着
宝宝偏食
宝宝噎食的护理
冬季饮食护理
预防宝宝吞食异物
辅食添加
宝宝接受辅食的信号
添加辅食的原因
为宝宝添加辅食的原则
母乳和辅食的搭配
母乳与辅食的搭配方法
母乳根据月龄情况而定
吞咽期
吞咽期辅食添加技巧
辅食推荐
适当给宝宝吃点心
6个月内不要在辅食中加盐
咀嚼期
咀嚼期辅食添加技巧
辅食推荐
辅食并不是越碎越好
断奶后建立规律饮食模式
断奶后辅食添加技巧
辅食推荐
不能让宝宝吃的食物
不要填鸭式地喂宝宝
增强食欲的方法

<<育儿词典>>

让宝宝想吃多少就吃多少

变换食物和餐具的外观

辅食过敏

鸡蛋过敏

腹泻与呕吐

汁水类食品添加技巧

添加鱼肝油

自制辅食注意事项

食物应易于消化吸收

食物要天然、新鲜

食物温度不宜过高

品种要多变

切菜板、刀具须消毒或清洁

避免调味料或刺激物

聪明宝宝营养食材

三文鱼

【营养解读】

【禁忌提示】

【推荐菜谱】

鲫鱼

鸡肉

牛肉

鸡蛋

香菇

西红柿

苹果

香蕉

猕猴桃

核桃仁

牛奶

酸奶

红枣

宝宝成长必需营养素

DHA

【食物来源】

【缺乏信号】

【推荐食谱】

蛋白质

脂肪

卵磷脂

维生素 A

维生素 C

钙

铁

锌

碘

婴幼儿的成长发育

<<育儿词典>>

0~12个月宝宝身体发育情况

0~1个月宝宝的体格发育

2~3个月宝宝的体格发育

4~6个月宝宝的体格发育

7~9个月宝宝的体格发育

10~12个月宝宝的体格发育

1~2岁宝宝的身体发育情况

13~15个月宝宝的体格发育

16~18个月宝宝的体格发育

19~21个月宝宝的体格发育

22~24个月宝宝的体格发育

2~3岁宝宝的身体发育情况

25~27个月宝宝的体格发育

28~30个月宝宝的体格发育

31~33个月宝宝的体格发育

34~36个月宝宝的体格发育

婴幼儿成长关键点

宝宝学翻身

宝宝学坐

宝宝“爬”起来

宝宝走路

宝宝长个

42天体检

体重

身高

头围

婴幼儿头型的塑造

为什么头型可以被塑造

婴幼儿的护理

头型塑造法

掌握黄金塑造期

婴幼儿头发的养护

不剃满月头

幼儿毛囊的发育

毛囊所需要的营养物质

根据情况用药用洗发液

防治毛囊发育异常

给宝宝洗头

婴幼儿五官的护理

清除乳痂

保护视力

掏耳朵

教宝宝洗手

出牙期护理

宝宝流鼻涕的护理

婴幼儿的皮肤护理

宝宝护肤品

<<育儿词典>>

预防冻疮
注意脚的保暖
宝宝长痱子
为宝宝做热敷
为宝宝做冷敷
宝宝私处护理
男女宝宝护理有别
女宝宝私处护理
男宝宝私处护理
宝宝衣物的选择
宝宝衣着
给宝宝选合适的鞋子
给宝宝穿衣
科学管理宝宝睡眠
睡状态判断宝宝健康
宝宝睡姿
宝宝为何睡不踏实
如何培养宝宝良好的睡眠习惯
晚上踢被子
枕秃后的护理
宝宝夜啼
各阶段的睡眠调整
给宝宝安全的环境
家中消毒方法
清除厨房的安全隐患
消灭螨虫
宝宝生活习惯问题的护理
宝宝吮吸手指
清洁口腔防蛀牙
练习刷牙
尿便训练
宝宝运动游玩时的护理
安全使用婴儿车
慎重选择玩具
婴儿被动操
宝宝晕车的护理
宝宝坐飞机注意事项
宝宝入园
宝宝入园的最佳时间
选择适合宝宝的幼儿园
宝宝入园的报名和面试程序
入园的物质准备
入园前期的心理抚慰
宝宝需要做的准备
宝宝生病怎么办
宝宝和小朋友发生矛盾怎么办
如何帮宝宝应对幼儿园冷暴力

<<育儿词典>>

斜视
及时治疗
预防措施
鼻出血
鼻出血的原因
婴幼儿常见病症与保健
鼻出血时的护理
口吃
婴儿便秘
便秘的类型
便秘的主要原因
预防婴儿便秘需要合理搭配饮食
吃母乳便秘的原因和对策
人工喂养便秘的原因和对策
正确处理宝宝断奶后便秘
消除蛔虫病
水痘
风疹
麻疹
麻疹宝宝的护理
乙型脑炎
急性中耳炎
肠炎痢疾
尿道口发炎
汗疹
小儿肺炎
小儿肺炎的护理
急性扁桃体炎
扁桃腺炎和一般性的喉咙疼痛的区别
支气管哮喘
上呼吸道感染
宝宝“上感”的原因
宝宝上呼吸道感染的护理
预防“上感”须增强体质
咳嗽
正确认识咳嗽
盲目用药不可取
做好护理是关键
小儿湿疹
小儿湿疹的症状
小儿湿疹的病因
小儿湿疹的日常保健
异位性皮炎
异位性皮炎护理要点
减敏治疗
婴儿感冒
感冒的症状

<<育儿词典>>

感冒的治疗
感冒后的护理
宝宝感冒发热不能滥用抗生素
宝宝得了流感怎么办
肥胖症
肥胖对宝宝的影响
预防宝宝肥胖的方法
宝宝积食
宝宝积食的症状
宝宝积食后用药
预防积食
婴儿肠套叠
了解肠套叠
发生肠套叠的症状
肠套叠的急救要点
磨牙
宝宝磨牙的原因
预防宝宝磨牙
扁平足
产生扁平足的原因
预防扁平足的主要措施
手足口病
手足口病的护理
红眼病
隔离与消毒
眼睛的护理
正确给宝宝滴眼药
多汗
生理性多汗
病理性多汗
小儿消化性溃疡
小儿消化性溃疡的病因
小儿消化性溃疡的表现
小儿消化性溃疡的辅助检查
小儿消化性溃疡的预防
急性阑尾炎
急性阑尾炎的病因
急性阑尾炎的主要症状
急性阑尾炎的治疗
急性阑尾炎的预后
佝偻病
佝偻病的产生原因
佝偻病的症状
预防佝偻病的方法
口腔溃疡
溃疡后的特点
口腔溃疡后的治疗

<<育儿词典>>

宝宝上火
遗尿症
宝宝遗尿症的原因
遗尿症的治疗方法
常备的小儿药物
常用的内服药
常用外用药
其他外用药
家庭药品的保存方法
婴幼儿用药的科学方式
了解婴幼儿的用药特点
合理掌握宝宝服药时间
掌握用药的途径
谨防宝宝出现药物不良反应
宝宝用药注意事项
婴幼儿意外伤害家庭急救
婴幼儿容易发生的意外
五六个月以下：床上
1周岁左右：爬行及攀附步行时
1周岁以后：可独自步行时
被动物咬伤的急救处理
猫狗咬伤
蜇伤
老鼠咬伤
蚊虫叮咬
皮肤损伤
皮肤擦伤
皮肤破裂伤
皮肤损伤的急救护理
烫伤
烫伤后的紧急处理
避免宝宝烫伤的措施
骨折和脱臼
骨折和脱臼的特征
紧急处理
预防与护理
食物中毒
食物中毒特征
食物中毒后的急救步骤
预防食物中毒的方法
免疫接种
接种疫苗的知识储备
免疫力
提高免疫力妙招
妈妈需要注意的细节
预防接种的注意事项
接种前的注意事项

<<育儿词典>>

接种后的注意事项
接种的其他注意事项
接种异常反应
晕针
无菌性脓疡
过敏性皮疹
过敏性休克
血管神经性水肿
接种后全身感染
其他反应
接种后的保护性
间接接种
先天性心脏病宝宝预防接种
计划内疫苗(一类疫苗)
卡介苗
乙肝疫苗
脊髓灰质炎疫苗
百白破疫苗
百白破接种时间
不宜打百白破三联针的宝宝
接种百白破疫苗后的反应
注射后出现硬结的处理
麻疹疫苗
计划外疫苗(二类疫苗)
流感疫苗
肺炎疫苗
B型流感嗜血杆菌混合疫苗
235
轮状病毒疫苗
水痘疫苗
疫苗接种具体时间表
潜能开发
全脑开发方案
开发智力的方法
智力的组成
影响智力的因素
与宝宝游戏
与宝宝交流
培养安全意识
宝宝手指益智法
视觉发育
各阶段视觉发育特点
智能游戏
触觉发育
各阶段触觉发育特点
智能游戏
听觉发育

<<育儿词典>>

各阶段听觉发育特点

智能游戏

味觉发育

各阶段味觉发育特点

智能游戏

嗅觉发育

各阶段嗅觉发育特点

智能游戏

大运动发育

发展规律

大运动发育总体特点

各阶段大运动发育特点

智能游戏

精细动作能力发育

手指发展规律

各阶段精细动作的发展特点

智能游戏

语言能力发育

亲子对话

各阶段语言的发展特点

智能游戏

认知能力发育

各阶段认知能力的发展特点

智能游戏

情感与社会性发展

社会性发展的内容

各阶段情感与自我意识的发展特点

智能游戏

解密智能开发中的常见问题

如何让宝宝拥有愉快情绪

宝宝的自我意识很强好吗

怎么应对宝宝喜欢爬高

能强迫宝宝吃饭吗

宝宝为什么喜欢跟着音乐跳舞

宝宝不知道用语言表达愿望

不要代替宝宝说话

鼓励宝宝用语言表达愿望

宝宝特别喜欢玩水

爸爸没有时间与宝宝互动

宝宝不会跟人打招呼

如何做宝宝喜欢的“故事大王”

内容要适合宝宝的年龄特征和理解水平

讲述方式要富于变化，语言生动

运用故事加强对宝宝的思想教育

让宝宝编故事

宝宝睡觉时喜欢玩枕巾

宝宝害怕黑暗不愿意自己待

<<育儿词典>>

读懂宝宝的心理，开启智慧大门

敏感期

敏感期是宝宝学习的关键期

爸爸妈妈要做什么

0~3岁宝宝的敏感期

应对宝宝发脾气

放弃强硬态度

注意因势利导

尊重宝宝的自我

缓解与宝宝冲突的方法

第一个“反抗期”

正确对待宝宝的“反抗”

关注宝宝的心理变化

宝宝的内心同样需要父母的关怀

各阶段宝宝的心理特点

宝宝容易受惊吓

【现实事例】

【专家解读】

【正确培养】

喜欢鲜艳色彩

爱破坏玩具

宝宝变得自私

宝宝感觉恐惧

宝宝懂得害羞

宝宝怕生了

宝宝特别依恋妈妈

喜欢扔东西

宝宝爱打人

喜欢吃手

酷爱照镜子

爱上撕书

宝宝喜欢模仿

爱问为什么

喜欢细小物质

宝宝的注意力不集中

宝宝不够勇敢

宝宝竟然说谎

宝宝太任性

喜欢与人分享

宝宝没有控制力

培养宝宝的能力

培养宝宝观察力

观察力培养的特点

训练观察力的方法

培养宝宝兴趣爱好

识别宝宝的爱好

确定宝宝兴趣爱好的方

<<育儿词典>>

培养兴趣爱好要循序渐
培养宝宝创造力
培养宝宝独立性
独立性的重要
需注意培养宝宝的自信
独立性的培养方法
训练宝宝的说话能力
多听
多指
多认
多唱
多练
多帮助
多鼓励
训练宝宝大小便能力
宝宝小便的训练
宝宝大便的训练
注重宝宝的心理训练
控制好宝宝大小便的时间
培养宝宝与同伴的交往能力
培养责任意识
应对策略
管教宝宝的艺术
管教宝宝不爱吃饭的策略
宝宝不爱吃饭的原因
让宝宝感觉“饿”
让宝宝主动吃饭
把吃饭变成一种游戏
宝宝公共场合哭闹的应对
应对策略
帮宝宝体验成功
应对策略
培养宝宝的时间观念
爱磨蹭的原因
应对策略
附录
婴幼儿常见疾病
如何为婴幼儿挑选保姆
保姆需要的基本素质
跟保姆面谈不能遗漏的环节
请个好月嫂的4大要点
要明确自己的要求
选择正规家政公司
详细了解月嫂的情况
及时与月嫂沟通
常见问题答疑
宝宝为什么不宜久抱

<<育儿词典>>

宝宝是否需要额外补充水分
宝宝吃多了会有什么反应
宝宝为什么头发发黄
宝宝吃得多，为什么长不胖
需要让宝宝戒掉奶瓶吗
哪些表现说明宝宝病了
宝宝为什么会有孤独症

章节摘录

版权页：插图：人工喂养要控制奶量 4个月时的宝宝，每天奶量不应超过1000毫升。超过1000毫升，宝宝很容易发胖。

肥胖的宝宝由于背负着多余的脂肪，动作发展迟缓，粒行走时间也较其他宝宝晚。

所以，哪怕宝宝爱喝奶，每天奶量也应控制在1000毫升以内。

为了控制宝宝的奶量，可适当喂些果汁、菜汁、米汤等，以减少奶量。

吃牛奶或配方奶粉的宝宝大便次数少且干曝，这是因为牛奶特别是配方奶中蛋白质含量比母乳高1倍，磷的含量比母乳高数倍，过多的蛋白质和磷使肠道pH值偏高呈碱性，导致大便干燥。

这是正常现象，若担心大便过干，可在两顿奶间加喂菜汁，或在牛奶中添加少量米汤，也可选用低磷配方奶粉。

混合喂养注意搭配 每次都要先喂母乳。

如果距上次喂奶时间在2小时以下，喂配方奶；如果距上次喂奶时间2小时以上，喂母乳。

与上月原则一样，母乳与配方奶粉的间隔时间要尽量缩短，可短至2小时，配方奶与母乳间的间隔时间要尽量延长，可短3小时。

5月开始添加辅食 由于宝宝迅速长大，他的营养需要也在增多，第5个月以后完全依靠乳类供给的营养已不能完全满足婴儿生长发育的需要。

加上宝宝的发育使他对于乳类以外的食物的消化吸收能力也已增强，必须及时和正确地增加乳类以外的辅助食品。

辅食添加时间不应早于4个月或晚于8个月。

但值得注意的是，一直到1周岁以内，乳类仍是宝宝营养的主要来源。

上班族妈妈哺乳 在大力提倡母乳喂养的今天，上班族妈妈产假后继续母乳喂养是得到法律保护的。

劳动法规定新妈妈可以在产假结束后至宝宝1岁，每天有1个小时的哺乳假。

如果妈妈上班的公司离家里很近，中午可以回家，或家里有老人、保姆，可以方便把宝宝抱到公司的临时哺乳间，那真是再好不过了。

如果没有这样的条件，就可以在上班休息间隙把母乳挤出来保存吧。

只要注意贮存的要点，你一样可以把母乳喂养进行到底。

宝宝使用奶瓶要提前学习 产假已满，妈妈就要上班了，而此时宝宝还没有添加辅食，如果喂养不当，很容易引起宝宝营养不良。

另外，由于宝宝体内从母体中带来的一些免疫物质正在不断消耗、减少，若过早中断母乳喂养会导致宝宝抵抗力下降、消化功能紊乱，影响宝宝的生长发育。

因此，妈妈在上班前1~2周就应开始做准备，让宝宝学习一下使用奶瓶吃奶，同时妈妈也要学习挤奶，在妈妈上班之前，要给宝宝和妈妈一个适应过程，避免对母婴的身体健康产生不利影响。

<<育儿词典>>

媒体关注与评论

看到这本书，我对照顾好宝宝十分有信心。

——要当好妈妈育儿的难题说到底知识与技巧方面的，而这本书将这两大难题根源解决得不错。

——亲亲宝贝相比起很多同步育儿指导的书来说，这本书涵盖的知识更全面，同时也不失同步指导的特点。

它能帮助像我这样的新手父母迅速找到方向。

——宝儿乖

编辑推荐

《育儿词典:0-3岁宝宝养育知识百科》编辑推荐：词典 + 手册，一本综合的育儿大百科。

千余养儿育儿知识点，定点查阅，解疑答惑。

36个月同步养育方案，科学指导，有根有据。

知识 + 技巧，新手爸妈必备育儿方案。

讲发育、喂养、护理关键；说接种、保健、早教要点。

婴幼儿养育关键知识解说，育儿护理技巧手把手传授。

《育儿词典:0-3岁宝宝养育知识百科》语言风格亲切温和，版式设计精美大方，内容连贯统一，是新手爸妈必不可少的一本孕育百科。

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>