

<<张思莱育儿手记(上)>>

图书基本信息

书名：<<张思莱育儿手记(上)>>

13位ISBN编号：9787512702219

10位ISBN编号：7512702213

出版时间：2011-7

出版时间：中国妇女

作者：张思莱

页数：373

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>

<<张思莱育儿手记(上)>>

前言

隔代教育：隔代不隔心 我从小就特别喜欢孩子。

当姐姐把她的孩子放在家里由母亲照看时，我这个做小姨的，就尽心尽力地帮助母亲，每天把他们打扮得漂漂亮亮的，带他们上公园，教他们识字和唱歌。

尽管母亲每个月给我的零花钱不多，但是我也舍不得花，攒下来给孩子们买来新鞋或新衣服，看到孩子们穿上，我心里美极了，这可能就是母爱的萌芽吧！

正因为喜欢孩子，报考医学院的时候，我毅然选择了儿科系。

母亲是一个有文化的家庭妇女，结婚前是个大家闺秀，结婚以后就在家侍奉公婆、相夫教子。

1958年“大跃进”时，母亲响应政府的号召走出家门，参加了街道成立的工厂的工作，当母亲拿到生平第一次自己挣的工资时，兴奋之情溢于言表。

母亲工作特别努力，成为当时工厂的先进人物。

姐姐大学毕业之后被分配到山西晋东南的一个小城市，与其叫城市倒不如叫做乡镇更为贴切；再加上困难时期，物质供应极度贫乏，生活之艰难不言而喻。

当她在1961年有了第一个孩子的时候，完全没有条件自己带孩子。

母亲见状，毅然辞去了自己的工作，尽管厂长一再挽留，她还是回到家里开始带自己的外孙子。

外孙子的名字“周克”也是母亲给起的，其意思是希望我们国家很快克服困难。

以后姐姐的女儿、哥哥的儿子以及我的孩子都陆续送到母亲那里，由母亲帮助带大。

虽然带的是隔代的孩子，但是母亲却没有一般隔代老人娇宠孩子的毛病，她对孙辈的要求是很严格的，从礼貌待人到遵守各种社会规则、从饮食习惯到为人处世，样样都给孩子们立下了规矩，而且一言九鼎，凡是她制定的规矩从来不会被她破坏，当然也不允许别人破坏。

答应孩子的事，母亲都要兑现的，尽管有时兑现起来很困难。

母亲对孩子们没有说教，从不与孩子唠唠叨叨，但是却以自身的言行给孩子们树立了榜样。

即使在困难时期，母亲也想方设法让孩子们吃好，从不考虑自己。

母亲常说：“我可以惯你们吃、惯你们穿，但是绝不能惯你们没有出息。

”所以母亲在孩子们的眼里是一个充满了慈祥爱心而又有权威的外祖母（祖母）。

母亲带过的孩子都非常有出息。

姐姐的儿子周克现在是美国微软总部视窗研发中心总监，在凌志军著的《成长——微软小子的教育》这本书里还专门介绍了周克；姐姐的女儿周兢现在是一所司法警官大学的副教授、律师；哥哥的儿子张实从美国的南方卫理公会大学商学院毕业后，在美国从事金融工作，深得美国著名金融大亨VictorNiederhoffer的喜爱，在VictorNiederhoffer的专著《PRACTICALSPECULATION》里还盛赞了他的才能；我的女儿沙莎从哈佛商学院毕业后进入了国际一流咨询公司麦肯锡公司，现在已是麦肯锡全球董事和合伙人。

孙辈的事业成功与母亲当年的启蒙教育是分不开的，因为培养孩子良好的行为习惯的关键时期是在婴幼儿阶段和小学阶段。

这为孩子们以后发展健全人格以及更好地融入和适应这个社会打下了坚实的基础。

现在母亲已经远离我们去了天国，再也不能和孙辈的孩子们一起分享事业成功的喜悦了。

但是这些孙辈的孩子们只要到北京，第一件事情就是要给外祖父母（祖父母）上坟，祭拜为他们的成长贡献出自己一切的老人。

愿我的母亲在天堂里不再劳累！

我一直耳濡目染了母亲教育孙辈的方方面面。

母亲的言传身教深深地影响了我，随着岁月的流逝，我的女儿也有了自己的孩子，我也晋升为外祖母了。

女儿工作紧张，又没有育儿经验，虽然她也在恶补育儿知识，但终归是纸上谈兵，帮她带孩子成了我义不容辞的工作。

我自己是儿科医生，多年的临床经验为带孩子奠定了坚实的基础，10余年来一直苦心钻研的早期教育理论，也指导着我更好地为女儿带好孩子。

<<张思莱育儿手记(上)>>

早在1948年世界卫生组织(WHO)成立时,在宪章中就明确了“健康”的定义:“健康乃是一种生理、心理和社会适应都完满的状态,而不仅仅是没有疾病和虚弱的状态。

”在1989年又增加了道德健康的新观点。

因此要达到世界卫生组织要求的健康标准,培养一个全面发展的合格人才,除了给予孩子自然均衡的营养和优化的膳食结构、家长科学合理的喂养观和喂养行为外,还需要注意孩子生存的环境和后天全面素质的教育。

从目前的儿童营养学和优生学的观点来看,一个孩子的营养应该从母亲孕前6个月,至少应该从孕前3个月开始。

其实我更认为应该从择偶开始,因此本书就是从女儿择偶开始说起。

从女儿结婚、准备怀孕、怀孕阶段到孩子出生后的抚养阶段以及我帮助女儿带孩子的日常生活中,有新旧观念的冲突,有母女在育儿问题上的分歧,有医患之间的矛盾,每个小故事里都向你讲述了一些科学知识,提醒缺乏医学知识的家长需要注意每个阶段可能出现的问题以及如何应对。

愿我的书能够助父母一臂之力,也希望我的书能够帮助老人带好隔代人。

在这里我还要特别感谢我家的月嫂兼育儿嫂王静芬女士,她是一位充满爱心的大城市大企业的内退职工。

当国营企业面临重组的时候,她毅然选择了月嫂、育儿嫂这个职业行当作为自己职业生涯中的一个新的起点,在这个职位上,她肯于钻研、肯于学习,终于成为一个深受爸爸妈妈和孩子们喜欢的好老师。

我的一些早期教育理念都是通过她实施于我的外孙身上,她优秀的自身素质也为孩子树立了良好的榜样。

我衷心地祝愿她,在今后的工作中取得更大的成绩,也希望在培养下一代的工作中更多一些像王静芬女士这样的月嫂和育儿嫂。

我也要特别感谢我的亲家戚永芳、秦水娟为我提供了大量的照片和帮助,感谢我的先生沙宪友、女儿沙莎和女婿秦志勇的大力支持,才使这本书得以顺利地完成。

更要感谢妈妈宝酷网的CEO黄静洁女士为本书做了序,著名的摄影师唐人为本书封面所拍摄的优美照片。

张思莱 2011年4月于北京

<<张思莱育儿手记（上）>>

内容概要

“孕妈妈感觉到胎动还能坐飞机吗”“要不要保存脐带血”“孩子吐奶怎么办”“孩子出湿疹了怎么办”“什么时候给宝宝添加辅食”“怎样才能不让爷爷奶奶把孩子宠坏了”……这一系列的问题令新手爸妈们束手无策。

作者通过对自己女儿从怀孕到生子，小外孙从出生到1岁的亲身经历的记录，将孕、产、育及早教过程中遇到的种种问题一一向读者娓娓道来，有理论根源，有经验总结，有难题解答，是一本真正适合中国家庭、实用、专业的育儿指南。

<<张思莱育儿手记（上）>>

作者简介

张思莱，原北京中医药大学附属中西医结合医院儿科主任、主任医师，中西医结合学会北京儿科分会副组委兼秘书，卫生部启动的“儿童早期综合发展项目”的国家级专家，擅长儿童保健、儿童生长发育评估、计划免疫等。

她毕业于北京第二医学院儿科系，在婴幼儿早期教育及心理学方面也有一定的研究，主要著作包括：《您育儿的方法正确吗》《从新手到育儿专家》《育儿路上答疑解惑》等。

<<张思莱育儿手记(上)>>

书籍目录

孕前准备及孕产期保健

女儿结婚了

要想生一个健康的宝宝，孕前要补充叶酸并做口腔检查

女儿怀孕了

关照女儿注意饮食的调配和适当的运动

孕13周 去医院建立 孕妇保健卡

孕17周 做唐氏综合征筛查

孕19周 感觉到胎动可以坐飞机吗

孕21周 需要做TORCH筛查

孕24周 糖尿病筛查和B超筛查胎儿畸形

孕26周 需要做胎教吗

孕28周 需要保存脐带血吗

孕30周 是妊高征吗

孕31周 睡眠采取什么姿势最好

孕32周 去家政公司找月嫂

孕33周 找到了合适的月嫂

孕34周 女儿近来便秘严重，出现肛裂和痔疮，并且牙龈出血

孕36周 女儿开始休假，为婴儿准备生活用品

孕37周 女儿开始准备自己入院分娩的物品了

孕38周 女儿坚定了自然产的决心

孕39周 医生估计胎儿体重与8超显示有差异

孕40周 已经到预产期，女儿没有任何动产迹象且体重已超标

孕41周 为了预防过期产，准备住院做药物引产

孕41周 住院用催产素引产

孕41周+2天 引产两天后，因胎心不太好且宫缩无力，我要求给女儿做剖宫产

0-1月养育的重点

出生第2天 小外孙回到妈妈身边，怎么喂养呢

出生第3天 麻烦事还真不少

出生第4天 这样做听力筛查怎么行?孩子产生了奶头错觉

出生第5天 通过听力筛查，采孩子的足跟血筛查代谢性疾病

出生第6天 回到家中需要注意的问题

出生第7天 预防孩子溢奶，也要注意孩子的头型

出生第8天 如何计算配方奶的奶量

出生第9天 我重蹈了母亲的路，开始帮助女儿照顾隔代人

出生第10天 小外孙长了很多奶癣：昼夜颠倒，搅得全家不得安生

出生第11天 孩子吐奶了怎么办?在建立昼夜生物节律时进行早期教育

出生第13天 做“抚触”真是一件惬意的事呀

出生第16天 该给孩子补充足量的钙和维生素D了

出生第19天 孩子拉绿色大便是怎么回事

出生第21天 经过生理体重下降阶段，体重按正常速度增长了

出生第22天 训练孩子抬头和头竖立，训练爬行可不行

出生第23天 女婿提出要学习照料孩子的日常工作

出生第25天 孩子开始发音了；卡介苗接种处出现红肿

出生第26天 开始训练“把便”；孩子出现了社会性微笑

出生第27天 小铭铭又哭又闹，原来是出湿疹了

<<张思莱育儿手记(上)>>

出生第29天 孩子出湿疹,原来是妈妈惹的祸

.....

2个月养育的重点

3个月养育的重点

4个月养育的重点

5个月养育的重点

6个月养育的重点

7-8个月养育的重点

9-10个月养育的重点

11-12个月养育的重点

<<张思莱育儿手记(上)>>

章节摘录

版权页：插图：我从小就特别喜欢孩子。

当姐姐把她的孩子放在家里由母亲照看时，我这个做小姨的，就尽心尽力地帮助母亲，每天把他们打扮得漂漂亮亮的，带他们上公园，教他们识字和唱歌。

尽管母亲每个月给我的零花钱不多，但是我也舍不得花，攒下来给孩子们买来新鞋或新衣服，看到孩子们穿上，我心里美极了，这可能就是母爱的萌芽吧！

正因为喜欢孩子，报考医学院的时候，我毅然选择了儿科系。

母亲是一个有文化的家庭妇女，结婚前是个大家闺秀，结婚以后就在家侍奉公婆、相夫教子。

1958年“大跃进”时，母亲响应政府的号召走出家门，参加了街道成立的工厂的工作，当母亲拿到生平第一次自己挣的工资时，兴奋之情溢于言表。

母亲工作特别努力，成为当时工厂的先进人物。

姐姐大学毕业之后被分配到山西晋东南的一个小城市，与其叫城市倒不如叫做乡镇更为贴切；再加上困难时期，物质供应极度贫乏，生活之艰难不言而喻。

当她在1961年有了第一个孩子的时候，完全没有条件自己带孩子。

母亲见状，毅然辞去了自己的工作，尽管厂长一再挽留，她还是回到家里开始带自己的外孙子。

外孙子的名字“周克”也是母亲给起的，其意思是希望我们国家很快克服困难。

以后姐姐的女儿、哥哥的儿子以及我的孩子都陆续送到母亲那里，由母亲帮助带大。

虽然带的是隔代的孩子，但是母亲却没有一般隔代老人娇宠孩子的毛病，她对孙辈的要求是很严格的，从礼貌待人到遵守各种社会规则、从饮食习惯到为人处世，样样都给孩子们立下了规矩，而且一言九鼎，凡是她制定的规矩从来不会被她破坏，当然也不允许别人破坏。

答应孩子的事，母亲都要兑现的，尽管有时兑现起来很困难。

母亲对孩子们没有说教，从不与孩子唠唠叨叨，但是却以自身的言行给孩子们树立了榜样。

即使在困难时期，母亲也想方设法让孩子们吃好，从不考虑自己。

母亲常说：“我可以惯你们吃、惯你们穿，但是绝不能惯你们没有出息。

”所以母亲在孩子们的眼里是一个充满了慈祥爱心而又有权威的外祖母（祖母）。

<<张思莱育儿手记(上)>>

媒体关注与评论

我的宝宝6个月大就会爬，可是一直是匍匐前进，直到10个月还不会撑起来爬。幸好沙莎给了我本张医生写的书，里面讲述了外婆养育小外孙时许多实用的方法。

我就从中学到了一招，用围巾兜着宝宝肚子。

把他提起来离开地面，慢慢宝宝就学会了爬……既有科学依据，又有实践操作，张医生让新妈妈更从容、自信、耐心、轻松地养育宝宝。

——著名主持人袁鸣张医师是著名的儿科主任，同时也是一位母亲、小外孙的外婆，从女儿准备怀孕到孕期再到养育孩子，她的细心、专业、真诚，让网友们学到了很多孕育知识，也让他们对怎样科学养育自己的宝宝有了更强的信心。

这是一本不可多得的科学育儿指导书。

——新浪网亲子频道主编艾樱书中有故事，有人物，有外婆的爱和专业的呵护。

当然，更有对世上初为父母的每一位的提醒和指导。

作为读者，我翘盼又一本好读好用的育儿新书；作为铭铭的朋友，我非常关心他的人生故事；作为一个妈妈，我更希望自我学习、自我成长…… ——妈妈宝酷网CEO黄静洁

<<张思莱育儿手记（上）>>

编辑推荐

《张思莱育儿手记上:孕产期保健及0-1岁宝宝养育专家指导》新浪超人气博主全国百万妈妈们信赖的专家朋友，儿科专家手把手教你如何带宝宝，真正适合中国家庭的育儿大全。

<<张思莱育儿手记（上）>>

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>