

<<婴幼儿喂养全书>>

图书基本信息

书名：<<婴幼儿喂养全书>>

13位ISBN编号：9787533524968

10位ISBN编号：7533524969

出版时间：2005-10

出版时间：福建科学技术出版社

作者：叶礼燕

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>

## <<婴幼儿喂养全书>>

### 内容概要

多位儿科专家联手打遗，汇集最新最全的婴幼儿喂养知识。结合婴幼儿生长发育特点，阐明喂养要诀，澄清喂养误区。

内容包括： 如何保留婴幼儿食品的营养价值。

如何安排婴幼儿一周食谱。

如何制作婴幼儿的主食与辅食。

如何养成婴幼儿良好的饮食习惯。

如何预防婴幼儿饮食意外事故。

如何进行肥胖儿的饮食调理。

如何进行营养不良儿的饮食调理。

如何进行婴幼儿常见疾病的饮食调理。

## &lt;&lt;婴幼儿喂养全书&gt;&gt;

## 书籍目录

一、婴幼儿营养常识(一)能量(热能)(二)营养素1.水2.蛋白质3.脂肪4.碳水化合物5.无机盐6.维生素7.膳食纤维(三)保留食物营养价值的原则1.烹调对食物营养的影响2.食物保留营养价值的方法3.食物烹调常识二、婴幼儿的消化系统1.口腔2.食管3.胃4.小肠5.大肠6.肝7.胆囊8.胰腺三、新生儿的喂养(一)新生儿分类(二)新生儿的特点(三)足月新生儿的喂养1.母乳喂养2.混合喂养3.人工喂养(四)异常新生儿的喂养1.早产儿2.小于胎龄儿3.过期产儿4.大于胎龄儿四、婴儿(1岁以内)的喂养(一)婴儿期膳食特点(二)婴儿期的营养需要(三)婴儿期膳食原则(四)婴儿期膳食安排(五)婴儿喂养可能遇到的问题1.宝宝的厌奶期2.帮助宝宝顺利断奶3.蔬菜汁调奶粉不可取4.袁乳精不宜作为婴儿的代乳食品5.宝宝应限食甜食6.宝宝喝牛奶后的饮食禁忌7.婴儿不宜常吃葡萄糖8.添加辅食应循序渐进(六)婴儿期一周食谱举例1.周一食谱2.周二食谱3.周三食谱4.周四食谱5.周五食谱6.周六食谱7.周日食谱(七)婴儿期食品制作举例1.肝泥2.鸡蛋3.鱼肉末4.肉末5.菜末6.橘子汁7.蛋黄奶糕8.芝麻糊粥五、幼儿(2~3岁)的喂养(一)幼儿期的营养需要(二)幼儿期膳食原则(三)幼儿期膳食安排(四)幼儿膳食中可能遇到的问题1.宝宝的食谱2.泡饭3.方便面4.罐头食品5.腌制食品6.煮鸡蛋(五)幼儿一周食谱举例1.周一食谱2.周二食谱3.周三食谱4.周四食谱5.周五食谱6.周六食谱7.周日食谱(六)幼儿期食品制作方法简介1.鲑鱼菠菜粥2.什锦粥3.枣泥赤豆粥4.水果麦片粥5.什锦鱼片粥6.鸭血菠菜蛋羹粥7.水果绿豆粥8.鸡蓉蔬菜羹9.猪肝米粉汤10.芋头牛奶11.牛奶蛋羹12.蛋皮三鲜饺13.桂花栗子羹14.蘑菇豆腐肉末粥15.金珠疙瘩汤16.余鱼丸子菠菜汤17.鲫鱼粥18.糯米腊八粥19.绿豆糊20.猕猴桃香蕉苹果羹六、养成良好的饮食习惯(一)良好的饮食习惯(二)不良饮食习惯的形成原因(三)良好饮食习惯的养成七、预防饮食意外食入毒物食物中毒气管、支气管异物食管异物八、常见营养性疾病营养不良单纯性肥胖症维生素A缺乏症维生素A中毒症维生素B1缺乏症维生素B2缺乏症维生素B6缺乏症维生素B12缺乏症维生素C缺乏症维生素D缺乏症维生素D缺乏性手足搐搦症维生素D中毒症维生素E缺乏症叶酸缺乏症烟酸缺乏症氟缺乏与过多碘缺乏症镁缺乏症硒缺乏症硒中毒锌缺乏症锌中毒铅中毒九、常见疾病的饮食调理(一)消化系统疾病胃食管反流急性胃炎消化性溃疡食欲减退呕吐腹痛腹泻便秘便血(二)呼吸系统疾病急性上呼吸道感染急性支气管炎肺炎支气管哮喘肺结核肺脓肿与脓胸(三)心血管系统疾病充血性心力衰竭病毒性心肌炎风湿性心脏病高血压高脂血症(四)泌尿生殖系统疾病急性肾炎肾病综合征尿路感染急性肾功能衰竭水肿血尿(五)血液系统疾病贫血特发性血小板减少性紫癜过敏性紫癜白血病(六)内分泌疾病糖尿病低血糖症甲状腺功能亢进生长激素缺乏症尿崩症先天性甲状腺功能减低症(七)代谢缺陷性疾病苯丙酮尿症半乳糖血症糖原累积病肝豆状核变性(八)神经、肌肉系统疾病注意力缺陷多动障碍多发性抽动症癫痫进行性肌营养不良(九)过敏性疾病婴儿湿疹食物过敏症(十)免疫缺陷病原发性免疫缺陷病(十一)结缔组织病小儿类风湿病皮肤黏膜淋巴结综合征(十二)感染性疾病麻疹细菌性痢疾感染性发热水痘流行性腮腺炎伤寒病毒性肝炎蛲虫病蛔虫病(十三)五官科疾病口腔炎龋齿夜盲症急性结膜炎急性化脓性中耳炎变态反应性鼻炎(过敏性鼻炎)鼻出血急性咽炎和急性扁桃体炎急性喉炎(十四)皮肤疾病荨麻疹丘疹性荨麻疹脓疱疮疥疮(十五)外科疾病手术前后烧伤颅脑损伤昏迷附录一、食物的分类及营养价值二、氨基酸得分三、食物的酸碱性四、常见食物成分表五、正常儿童体格发育

## &lt;&lt;婴幼儿喂养全书&gt;&gt;

## 章节摘录

书摘如何估算喂奶量 理论上可按乳儿每天所需的总能量和总液量来计算奶量。

例如4月龄的乳儿、体重6千克，每昼夜需液体量按每千克体重150毫升计算，能量按每千克体重110千卡计算，则所需总液体量为900毫升，总能量为660千卡。

牛奶加糖后为每100毫升热量为100卡，故每天喂牛奶660毫升就可以满足能量需要。

总液体量中扣除奶量外，应另加水240毫升。

若每天喂6次，则每次喂奶或水150毫升。

但每个婴儿的食量有差异，以上的计算量仅限于初次配奶，以后可按乳儿食欲的好坏、体重增减及粪便的性状而随时增减。

配奶量过少或过稀可引起营养不良；反之，过浓或过多易导致消化紊乱。

配奶时奶量可稍多于计算量，以免措手不及。

如何让孩子在饥饿时能很快地吃到奶 如将近喂奶时间，且孩子已开始动弹不安，说明不久将醒，可以开始配奶。

准备一杯冷开水，冲调奶粉时分别加入适量冷开水和热开水，使水温合适，再加入奶粉。

装冷开水的杯要清洁，杯中的冷开水要及时更换。

切勿在夜间临睡前把调制好的牛奶装在保温瓶里，因为这样牛奶容易有细菌生长繁殖而变质，喂食后易引起腹泻。

如何准备奶瓶和奶头 奶瓶最好是直式的，可采用十字奶嘴，不用穿孔。

这种奶嘴可依据婴儿吸力大小控制出奶量。

但用久了，孔太大、出奶太急时，要及时更换。

如使用橡皮奶嘴，要自己穿孔。

方法是：用在火上烧红的缝衣针或大头针扎穿孔2~3个，孔的大小要适当。

奶液流出的速度以奶瓶颠倒过来一滴一滴流出为标准。

若流奶呈直线，则针孔太大；若要用力甩奶瓶时奶液才流出，则表明针孔太小。

无论奶嘴的孔过大或过小，喂哺婴儿后均易引起呕吐或呛咳。

P40-41

## <<婴幼儿喂养全书>>

### 媒体关注与评论

书评恭喜你，你开始做妈妈了，宝宝就像一株幼苗，需要你精心地呵护和培育，宝宝的每一点变化都牵动着妈妈的心，你知道怎样保留宝宝食品的营养价值吗？

你知道如何安排宝宝一周的食谱吗？

你知道如何进行宝宝常见疾病的饮食调理吗？

在宝宝的成长过程中，你知道该怎样全方位喂养吗？

在这里，所有的一切都会告诉你，让你开开心心做妈妈，顺顺利利养宝宝！

## <<婴幼儿喂养全书>>

### 编辑推荐

恭喜你，你开始做妈妈了，宝宝就像一株幼苗，需要你精心地呵护和培育，宝宝的每一点变化都牵动着妈妈的心，你知道怎样保留宝宝食品的营养价值吗？

你知道如何安排宝宝一周的食谱吗？

你知道如何进行宝宝常见疾病的饮食调理吗？

在宝宝的成长过程中，你知道该怎样全方位喂养吗？

在这里，所有的一切都会告诉你，让你开开心心做妈妈，顺顺利利养宝宝！

<<婴幼儿喂养全书>>

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>