第一图书网, tushu007.com

<<郑玉巧教妈妈喂养>>

图书基本信息

书名：<<郑玉巧教妈妈喂养>>

13位ISBN编号：9787539153551

10位ISBN编号：7539153555

出版时间：2010-1

出版时间：二十一世纪出版社

作者：郑玉巧

页数：306

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

<<郑玉巧教妈妈喂养>>

前言

轻松解决喂养中遇到的难题郑玉巧宝宝不好好喝奶怎么办？
宝宝不好好吃饭怎么办？
宝宝不吃辅食怎么办？
宝宝不吃妈妈的乳头，不得不把奶挤出来用奶瓶喂，这样做合适吗？
妈妈乳汁不足，可宝宝就是不喝配方奶怎么办？
……喂养成了爸爸妈妈在养育宝宝过程中遇到的第一大难题！
无数的喂养问题困扰着爸爸妈妈，给养育宝宝的快乐生活蒙上了一层阴影。
然而，在大量关于喂养的咨询中，很少是宝宝真的出了问题。
要解决宝宝的喂养问题，首先要解决爸爸妈妈认识上的问题。
乳汁不足的妈妈越来越多，宝宝6个月以内纯母乳喂养率越来越低……诚然，并不是所有的妈妈都能有充足的乳汁喂养自己的宝宝，但绝大多数宝宝在前6个月都应该从妈妈那里获得充足的乳汁，而事实是有将近一半的宝宝需要混合喂养。
是什么原因使得混合喂养率越来越高呢？
原因有很多，最主要的原因是妈妈缺乏用母乳喂养宝宝的信心，同时又有唾手可得的配方奶。
混合喂养率的增加派生出宝宝厌食配方奶的问题，结果就出现了宝宝睡得迷迷糊糊的时候喝奶的情形，喂奶成了最难的事。
要想不出现这样的问题，妈妈从一开始就不要使出这样的招数。
良好的习惯是后天养成的，不良的习惯也是后天养成的。
养成不良习惯很容易，改掉不良习惯就不是那么容易了。
把母乳挤出来用奶瓶喂已经不再罕见，如果把这个问题也归因于宝宝，那宝宝实在是冤枉。
吸吮妈妈的乳头应该是宝宝最惬意的事，宝宝怎么会拒绝呢？
如果妈妈一喂奶宝宝就哭，妈妈不要首先想到宝宝出了什么问题，而是要想：给宝宝准备好乳头了吗？
喂奶的姿势是否正确？
宝宝是否能够舒舒服服地吸吮？
妈妈要有信心，相信自己能够用自己的乳头喂养宝宝，就不会有用奶瓶喂母乳的现象了。
越来越多的宝宝不喝白水，这并不奇怪，喜食甜食是宝宝的天性，天性被调动起来，想压抑下去就不容易了。
出生后宝宝喝的几乎都是甜的，配方奶是甜的，补钙水是甜的，还有果汁、胡萝卜汁也是甜的，甚至连药也是甜的，宝宝怎么会喜欢喝没滋没味的白水呢？
有的宝宝喜欢吃饭菜，有的宝宝喜欢喝奶，有的宝宝什么都喜欢吃，有的宝宝什么都不喜欢吃。
在不喜欢吃的宝宝中，真正有病的不多，大多是喂养不当导致的。
在宝宝还不能用语言表达时，我们无从获取宝宝不吃的真正原因。
其实，如果宝宝没病，爸爸妈妈不要煞费苦心地寻找不吃的原因，而应该把精力放在寻找宝宝喜欢吃的食物上。
有些所谓的不好好吃饭菜的宝宝，其实吃得很正常，只是不符合妈妈的要求而已。
尊重宝宝对食物种类和食量的选择，是避免宝宝厌食的重要环节。
本书就是帮助爸爸妈妈和看护人解决喂养中遇到的琐琐碎碎的问题，防患于未然，从宝宝出生那天起，就进行科学喂养，规避由于喂养不当导致的喂养问题。

第一图书网, tushu007.com

内容概要

没有一个妈妈不想母乳喂养宝宝。

坚信母乳充足，妈妈就胜利一大半了。

没有不会吃奶、吃饭的宝宝，只有不会哺乳、喂饭的妈妈。

没有偏食、厌食的宝宝，只有饮食搭配不合理的父母。

食物没有最好的，保持多样性均衡性就好。

不是越胖越好，宝宝肥胖会造成严重后果。

父母的食欲就是孩子的胃口。

作者简介

郑玉巧，我国著名育儿专家，现任中国人民解放军第二炮兵总医院特需专家、儿科主任医师，在儿科危急重症、妇产科合并内科疾病的诊治方面有较深的造诣，多次获科技成果及科技进步奖，在国家级专业刊物上发表医学论文十余篇。

著有《郑玉巧育儿经》（胎儿卷、婴儿卷、

第一图书网, tushu007.com

<<郑玉巧教妈妈喂养>>

书籍目录

第一篇 新生儿期（第1个月）
第二篇 纯乳期（第2个月-满5个月）
第三篇 辅食添加期（第6个月-满12个月）
第四篇 离乳期（第13个月-满18个月）
第五篇 三正餐时期（第19个月-满36个月）
第六篇 重要常识
第七篇 特殊护理
第八篇 哺乳到断乳
第九篇 饮食结构
第十篇 营养素补充
附录

章节摘录

插图：第一篇 新生儿期（第1个月）概述乳类食物是6个月以内婴儿最重要的营养来源，除了乳类食物，不需要吃任何其他种类的食物。
首选母乳喂养，母乳不足时选择母乳与配方奶混合喂养(简称混合喂养)。
只有完全没有母乳或不能母乳喂养，才选择婴儿配方奶喂养。
婴儿配方奶是最佳母乳替代食物。
虽然配方奶成分接近母乳，但最好的配方奶也不能和母乳相媲美。
不要选择鲜牛奶、鲜羊奶、米汤、豆浆、面糊等不科学和陈旧的喂养方式。
如果宝宝是配方奶喂养，在新生儿出生一周内不要喂全奶，要稀释成3：1奶(3份全奶液，1份水)。
新生儿白天睡眠时间超过4小时，夜间超过6小时，必须唤醒喂奶。
新生儿期最好每天测量体重。
体重增长情况是衡量喂养好坏的重要指标。
纠正月子中集中过量进食、蔬菜水果摄取不足和过量摄取单一食品(如鸡蛋)的不良饮食习惯。
多吃海产品以补充DHA。
如果妈妈或宝宝对海产品过敏，妈妈也不能喝含有DHA的配方奶，需补充DHA胶丸，每天1粒。
哺乳期妈妈需要适当运动和户外活动(晒太阳获取维生素D)，适当控制高油脂、高热量、高糖食物，避免生育性肥胖。
要想乳汁多，只重视吃喝是不够的，更重要的是愉快的心情、充足的睡眠、频繁喂奶。
宝宝出生最初1周，妈妈的乳汁可能很少，让宝宝频繁吸吮，这一周体重不升是正常的，不要轻易给宝宝喂配方奶。

后记

《郑玉巧育儿经》胎儿卷、婴儿卷、幼儿卷出版于2004年，2010年，开始着手修订这套育儿经，经过2年的努力，终于要和读者见面了，心情澎湃，久久难以平静。
8年过去了，这套三卷本育儿书，获得了全国众多养育孩子的父母和宝宝看护人的认可，我因此也受到读者们的拥戴，让我感到有做明星的感觉，也受到了同道们的支持和谅解，感激之情溢于言表。
但我从未敢停歇下来，从未有过一丝的骄傲和自满。
读者给我的越多，我越感到肩上的重任，为此，我在继续做一线临床医生的同时，抓紧时间学习儿童保健知识，研修儿童健康管理体系，希望能给爸爸妈妈和宝宝的看护人传播更多、更好、更实用的育儿知识。
为此，我少了娱乐休闲时间，少了与家人团聚的时间，但我无怨无悔，比起我的获得，付出显得那样的少。
想到8年前，等待出版时的忐忑不安，想起曾经帮助我，支持我，爱护我的所有亲朋好中众多的养育孩子的父母们，一切的艰辛付出都是那样的值得。
在第二版即将出版之际，我仍怀揣感激，感谢一路陪伴我走来给我力量，让我有信心写一本中国人自己的育儿经。
我深知，我做的还很不够，还有一段很长的路要走，我会继续努力。
感谢我尊敬的前辈，妇产科专家刘玉兰老师，她是新中国培养的第一批妇产科医生，也是我所在医院第一任院长。
“做一个让患者信任的好医生不是件容易的事，需要你终身为之奋斗！
”。
正是这句话，让我从一个刚刚走出校门的医学生，怀揣着梦想走上医生之路，那年我22岁…三十年过去了，老院长的话仍牢记心中，激励着我做个好医生，永远…不敢有一丝的懈怠。
……

编辑推荐

《郑玉巧育儿经:郑玉巧教妈妈喂养》编辑推荐：中国最畅销、最权威的原创育儿宝典最贴心的育儿理念，为中国宝宝的健康成长保驾护航最具中国特色的育儿百科，中国原创科普育儿经典中国妈妈的专业育儿百科，新生代父母中最具口碑的育儿宝典畅销170万册，原创育儿一枝独秀中国最具影响力的育儿专家郑玉巧大夫最新修订最权威、最受欢迎的原创育儿百科最新定本

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