

<<准爸爸必备宝典>>

图书基本信息

书名：<<准爸爸必备宝典>>

13位ISBN编号：9787561353417

10位ISBN编号：7561353413

出版时间：2011-5

出版单位：陕西师大

作者：罗布·肯普

页数：195

译者：吴凡

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>

<<准爸爸必备宝典>>

前言

据悉，北京的幼儿园大概只能满足50%的入托需求。所以许多孩子还在娘胎里的时候，就已经开始跟别人竞争了。有的家长甚至已经开始为孩子上幼儿园排队了。为了让孩子有个更好的未来，谁家都不愿意让孩子输在起跑线上。在胎儿和婴儿时期，孩子的生理发育和家长的心理建设对孩子的一生都有着举足轻重的影响。准爸爸的责任十分重大，他们不仅要有充分的物质准备，更要有充分的心理准备。在整个妊娠期，孕妇不仅要经历身体上的不适，还得接受心理上的考验。而作为准爸爸，他们的任务也不轻松——不仅要赚钱维持家计、操持家务、安慰妻子，还会有心理上的煎熬。在西方，接受心理咨询和打针吃药一样正常，而且十分必要。但是中国人在这方面，似乎还是有些避讳，或者说是就没有这方面的意识。翻译这本书之前，有人问我：“你毕竟还没有到婚育的年龄，会不会不感兴趣？”其实，实际翻译的时候，并没有想象中的枯燥，我甚至经常会笑出声来，时而同情准爸爸的遭遇，时而羡慕他们的幸福。同时我为自己能翻译这本好书而感到庆幸，因为从中我学到了这么多有趣而且实用的知识。有时候，我甚至会幻想自己将来当爸爸的情景。这都要感谢本书的作者罗布·肯普。他的这本书带有科普性质。之所以说它是“好书”，是因为它：内容科学、逻辑严密、例证翔实，叙述深入浅出、通俗易懂、幽默风趣——酷似医学专业书籍，实际也是大众读物。作者按照产妇妊娠期的时间顺序，用生动的案例、浅显的语言，详细介绍了胎儿各个阶段的状况，产妇的生理变化、心理需求，每个阶段产妇需要做的检查，以及准爸爸所需要做的事情，等等。其中还穿插了许多科普知识、准爸爸的经验之谈、需要购买的婴儿用品清单，等等。作者使用第二人称，就像是指导一位老朋友一样，手把手地教准爸爸如何应对妻子的怀孕、孕检、分娩、心理建设等一系列可能遇到的问题，让准爸爸有备无患。由于知识和经验的缺乏，疏漏之处在所难免，望读者不吝指正。吴凡 2011年春

<<准爸爸必备宝典>>

内容概要

《准爸爸必备宝典》为准爸爸必备指南，涵盖你需要知道的一切！
大量来自准爸爸们的第一手口述经历，结合专家建议，让准爸爸们从一头雾水晋升为“家庭奶爸”！
从孕期到宝贝出生，条理清晰、内容实用，是准爸爸能够全程参与的第一本育儿书！
兼具医学专业性与大众普及性，深入浅出、通俗易懂、幽默风趣！

<<准爸爸必备宝典>>

作者简介

罗布·肯普，自由记者、《父亲季刊》杂志的自由撰稿人、《男性健康》杂志的特约编辑。其文章主题包括孕婴和父亲角色，均发表于英国国内知名杂志和报刊，其中包括《卫报》《男性健康》《父亲季刊》《孕婴》《你和宝贝》《怀孕和生育》《母亲和孩子》等。如今，肯普与妻子阿曼达和儿子斯坦利生活在伦敦西部。

<<准爸爸必备宝典>>

书籍目录

译者序

写在开头的话

第一章：发现自己要做父亲了

第二章：开始承担父亲的职责

第三章：孕检时间

第四章：当大肚子不再是负担

第五章：实际问题

第六章：育儿室、父亲身份和内饰

第七章：意料之外的事情

第八章：最后的倒计时

第九章：准备好最后一搏

第十章：宝宝出生了

第十一章：带宝宝回家

第十二章：第六周的[警告]

附录：术语表

<<准爸爸必备宝典>>

章节摘录

版权页：婴儿爱极了盆浴，就像大人喜欢鸳鸯浴一样。

你可以用一个大脸盆，或是塑料澡盆，再加上专门设计的防滑垫——等宝宝可以在澡盆里坐起来（大约6个月大）的时候，用于托住宝宝。

或者，直接在水槽里或是淋浴下给宝宝洗澡，直到他们长大懂得害羞为止（参见第十一章中的“如何给宝宝洗澡”）。

婴儿服饰宝宝一出生，就会不断地尿湿每件衣服。

你需要至少有半打婴儿的衣服，以便在第1周进行换洗。

小羊毛衫和冬装是必须准备好的。

这些衣物一般都有区分男女，印着有趣的图案、卡通人物或是足球队员像，还都很便宜。

所以亲友们往往会送你们一大堆这样的衣服。

衣服最好是白色、纯棉质地的。

尿片这是必需品。

婴儿会产生大量的排泄物，用尿片是最好的解决办法。

你和妻子要决定使用一次性尿片还是可换洗尿片。

两个方案都会对环境造成影响，孰优孰劣，争论颇多，总之都要花钱。

不过，可换洗尿片只需花一次钱。

宝宝一天平均要换10次尿片（以后会慢慢减少），每次更换尿片，还得擦屁股；一次性尿片还需要扔掉。

许多人会选择有香气的垃圾袋装用过的尿片，但是如果你愿意更环保一点儿的话，只要把尿片折起来，扔到垃圾箱就行。

所以，你还需要定期购买纸巾和垃圾袋。

几项调查显示，直到孩子两岁半能够自理大小便以前，一次性尿片的平均费用需要1200英镑到1500英镑，而可换洗尿片30个月需要350英镑到700英镑（洗涤费用包括在内）。

如果使用可换洗尿片的话，还得买一次性尿片衬里和干尿片储藏篮。

当然，以上这些估算都是平均值，你的宝宝可能需要更多，或是更少。

用哪种尿片不是一定的，可以视情况而定。

使用过程中也可以改换种类，这样成本就会发生变化。

不管怎样，有一件事是肯定的，你需要买尿片。

<<准爸爸必备宝典>>

编辑推荐

《准爸爸必备宝典》：怎么才能知道自己要当爸爸了？

什么时候告诉别人我要当爸爸了？

妻子去做B超检测，我应该做什么？

为什么我要对着妻子的肚子说话？

什么是“假宫缩”？

妻子住院待产时我应该准备什么物品？

见到宝宝第一眼时我是什么感觉？

我应该怎样给宝宝喂奶、换尿片？

40周的酝酿，十个月的准备和关爱，从一颗健康的蝌蚪到一个聪明可爱的宝宝，点从自身的心理准备到妻子的起居关怀，从孕期的准备到宝宝刚出生后的点滴，争做新时代家庭奶爸，你还在犹豫什么？看英国绅士如何化身全能奶爸，打造“英伦范”贴心大总管，让准妈妈安心享受五星级孕期生活！

<<准爸爸必备宝典>>

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>