

<<育儿一本通>>

图书基本信息

书名：<<育儿一本通>>

13位ISBN编号：9787802026247

10位ISBN编号：7802026245

出版时间：2007-6

出版时间：中国人口出版社

作者：崔绍珍 编

页数：608

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>

<<育儿一本通>>

前言

推荐序 有幸拜读了《育儿一本通》一书，读后更感开卷有益，受益很多，这是一本有利于家庭、父、母、祖辈哺育、养育、教育宝宝的“真经”。

21世纪是高科技飞速发展的时代，是人力资源亟待开发的时代；是人才竞争的时代，人力资源的开发，人才的有无、多少，尤其国家栋梁之才的有无、多少将直接关系到国家的兴旺发达，民族的繁荣昌盛。

为此全世界都在关心、关注儿童早期综合发展事业。

国家、社会、家庭皆需要更多的专家、学者指导家庭、父母培育好宝宝，皆需要每个家庭、每位父母培育好宝宝，使宝宝健康茁壮地成长，培养人才，多出人才。

《育儿一本通》正是基于上述理念撰写而成。

作者系统叙述了胎儿期、新生儿期、婴幼儿期、学龄前期的育儿方略。

就宝宝各个时期的生长发育、合理营养、科学喂养、平衡膳食、体能运动、智能开发、早期教育、日常保健及传染病、常见病、多发病的防治的相关知识、内容做了详尽的绘声绘色的描述，对家庭、父、母、祖辈在育儿中的方法、义务、责任进行了科学性的指导。

该书可以作为家庭、父母养育宝宝的参考。

当您的宝宝处于某个年龄段，某个时期时，阅读作者撰写的该年龄段的内容，对您育儿必有帮助和指导意义。

北京优生优育协会副会长兼秘书长 陈靖宇

<<育儿一本通>>

内容概要

《育儿一本通》全书共21章，前18章分别为育前准备与周岁前（每月一章）、周岁后（每年一章）新生儿或幼儿的生理标准和评价、喂养、日常生活护理、体能训练、智力培养、素质塑造等内容，第19章为单亲家庭与祖辈家长等特殊家庭育儿知识，最后两章分别为幼儿意外伤害预防及救助和新生儿与幼儿常见病防治等内容。

本书与目前市场上的类似图书相比，最突出的特点就是“中国式”。

这些“中国式”的特点，有的内容按照所突出的内容贯穿于各章之中，有的按照其特点内容在某些章节中独立出现。

比如：针对孕妇只准喝小米粥、婴幼儿睡硬枕头、绑腿等中国传统的育儿习俗，既摒除了封建迷信等不健康的东西，又从国情、民情出发，将传播现代育儿知识与继承中华民族传统较好地结合在一起。书中不仅有如何给宝宝取一个中国式的、富有现代色彩的名字，而且还把中国传统的伦理教育贯穿于有关章节，为培养宝宝文明、礼貌、坚韧、谦和、朴实、勤劳、勇敢等方面的优良品质提供了参考。特别是在独生子女教育问题上，专家们在书中提供了家长如何克服溺爱心理和宝宝的“中国式小皇帝”心理，并有针对性地介绍了相关的科学育儿知识和技巧，注重培养宝宝的整体素质和独立生活的能力。

还将中国的春节等传统节日与科学育儿联系起来，把“有朋自远方来不亦悦乎”的礼仪、礼貌等中华民族传统美德教育融合于日常生活之中。

同时，还倡导“育儿看家当”的原则，反对超越家庭承受能力的盲目攀比，提倡在力所能及的家庭条件下，优化育儿策略，创造良好环境，使孩子健康成长。

在编排方面，本书较好地突出了实用性，体例为条目形式，内容详尽明晰，叙述简单扼要，排序科学合理，读者在阅读本书时也可以感受速查方便的编排特点。

<<育儿一本通>>

作者简介

崔绍珍，北京市海淀区妇幼保健院儿童保健主任医师，北京电视台特邀专家。

毕业于青岛医学院，有多年临床和儿童保健门诊和管理工作经验。通过多年的潜心研究和儿童保健实践，总结出一套儿童保健临床和管理经验，并很好地将这些经验运用到实践中。

<<育儿一本通>>

书籍目录

第一章 育前准备第二章 新生儿期（第一个月）宝宝的养育第三章 第二个月宝宝的养育第四章 第三个月宝宝的养育第五章 第四个月宝宝的养育第六章 第五个月宝宝的养育第七章 第六个月宝宝的养育第八章 第七个月宝宝的养育第九章 第八个月宝宝的养育第十章 第九个月宝宝的养育第十一章 第十个月宝宝的养育第十二章 第十一个月宝宝的养育第十三章 1岁宝宝的养育第十四章 1-2岁宝宝的养育第十五章 2-3岁宝宝的养育第十六章 3-4岁宝宝的养育第十七章 4-5岁宝宝的养育第十八章 5-6岁宝宝的养育第十九章 单亲家庭育儿第二十章 隔辈老人育儿第二十一章 独生子女的教育第二十二章 宝宝疾病诊与治

<<育儿一本通>>

章节摘录

~插图第二个月宝宝应该注意的问题宝宝吐奶及解决的办法 宝宝吐奶，对于许多做了爸爸妈妈的人来说，是屡见不鲜的事情。

宝宝的吐奶问题并不是从第二个月开始，而是在新生儿期就开始了，并且男婴较女婴多见。

两个月的宝宝更是会经常地吐奶。

只不过有的宝宝吐奶吐得利害，而有的吐奶吐得相对轻一些。

一般吐奶的宝宝，身体都比较健康，吐奶前的面部也无任何痛苦的表情。

通常情况下，宝宝吃完奶后，妈妈刚把宝宝放到床上，或还没来得及把宝宝放躺下，奶就从宝宝嘴角流出，而不是喷出。

吐完奶后，宝宝的面部仍无任何异常或痛苦的表情。

这种吐奶一般属于“溢奶”。

吐奶的主要原因，是宝宝饿的久了，喂奶急、快，同时咽下大量空气，气体轻，当宝宝平躺后，气体向上走，将奶一并带出，还有就是宝宝胃的上口“贲门”较松弛，也是溢奶的一个原因。

所以，在给宝宝吃完奶后，不要急着把宝宝放躺下，应该把宝宝的身体慢慢竖起，放到自己的肩头，然后用手轻轻拍拍宝宝的后背，一直到宝宝打嗝为止。

这样宝宝肚子里的空气排出来了，就不会吐奶了。

如果上述两种方法都用过，宝宝还是吐奶，那就要观察宝宝其他方面是否正常，如果排除了其他原因，宝宝的大便也正常，就不要管它。

因为习惯性吐奶一般到3个月，最迟5个月时，会自然好转。

宝宝吐出的奶有时会流到耳朵里，应立即用柔软的棉布擦干净，以免损伤宝宝的耳朵，引起外耳炎。

宝宝头部奶痂的形成及处理办法 宝宝头部奶痂通常在前凶门周围较多。

宝宝头部奶痂之所以形成，是因为爸爸妈妈在整个月子里，没有给宝宝洗头；或洗头时，没有使用婴儿洗头水；或仅仅用清水冲一下；或只是用湿毛巾轻轻沾几下。

这样过不了几天，宝宝的头部，甚至眉间，就会慢慢地积起奶痂，颜色发黄，越积越厚，甚至还有龟裂现象发生。

如果宝宝已经形成了奶痂，爸爸妈妈千万不要硬性给宝宝往下揭痂，这样会损伤宝宝的皮肤，严重时可出血甚至发生感染。

爸爸妈妈可以用甘油涂在奶痂上，也可以用温水浸泡，等到奶痂变得柔软后，轻轻一擦就自行脱落了。

正像奶痂的形成不是一天两天那样，去痂也不可能一下子清除掉。

每天弄一点，慢慢地就弄干净了。

但爸爸妈妈要注意，今后给宝宝洗头 and 脸时，一定要耐心细致地洗干净，千万不要让宝宝再结奶痂了。

湿疹的治疗及护理 1~2个月的宝宝，最容易在头上、脸上出现湿疹，特别是在夏季更容易得。

宝宝有了湿疹应尽快在较轻时治愈，否则很快就会扩散到宝宝整个面部。

湿疹很轻时，每天给宝宝涂1~2次，含有肾上腺皮质激素的药膏，就会很快治好。

鉴于激素的副作用，不可长期、大量使用。

等到疮头长得很大，发红溃烂，在家里就难以照料了。

在涂了各种药膏仍未痊愈时，如果是喂牛奶的宝宝，可用7匙奶粉加3~4匙脱脂奶粉的比例试喂。

这种方法对于湿疹比较轻的宝宝有一定的疗效，对于较重的宝宝可缓解症状。

对宝宝的湿疹，爸爸妈妈要尽快想办法及早治愈。

最好能在3个月之前，宝宝还不能用手来挠时将其治愈。

到了宝宝四五个月，他（她）会自己用手来挠或者在枕头上蹭头部，这样在治疗上就有一定的难度，就不容易治愈。

如果宝宝的湿疹长时间不好，应尽早请医生治疗。

洗澡时，爸爸妈妈要用治疗湿疹用的弱酸性肥皂为宝宝洗，要经常为宝宝换枕巾、枕套及贴身衣

<<育儿一本通>>

服。

贴身衣物都要采用棉质物，勤洗勤换。

新物品应用开水洗过、烫过之后再使用。

宝宝出现疹子勿惊慌 宝宝在两个月时，如果某一天不那么精神，吃奶也稍有减少，第二天，全身发出又红又小的类似痱子的疹子。

这种疹子基本上在一天内就会消失，不会对宝宝的身体产生多大影响，因此，爸爸妈妈切勿惊慌。

但爸爸妈妈要了解疹子和痱子的区别。

在炎热的夏季，疹子与痱子的区别是，疹子可以在不知不觉中会完全消失，而痱子却不能在一天的时间内完全消失。

奶秃是一种生理现象 有的宝宝生下来的时候，有满头黑亮浓密的头发，可过了满月后出现了脱发现象，头发变得稀疏发黄了，这是怎么回事？

是不是宝宝缺乏营养了？

其实，两个月大的宝宝出现脱发是生长过程中的一种生理现象，民间俗称奶秃。

奶秃一般会随着宝宝月龄的增大，辅食的添加而消失，脱落的头发就会重新长出来。

另外，宝宝胎儿期的头发与妈妈孕期的营养有关，出生后与遗传、营养、身体状况等多种因素有关。

枕秃并不全是由缺钙引起 有的宝宝出现枕秃了，大多数的爸爸妈妈都认为是宝宝缺钙了，应该补钙。

实际上，并不是所有的枕秃都是由缺钙引起。

枕秃的形成与宝宝的睡姿或枕头的材料有关。

两个月的宝宝基本都是仰卧着睡觉，而且一天的大多数时间是在枕头上度过的。

特别是有的爸爸妈妈给宝宝睡得枕头过硬，宝宝整天在枕头上磨来蹭去的，时间一长，就会把枕后的头发磨掉，形成枕秃。

因此，爸爸妈妈不要发现宝宝有枕秃，就忙着给宝宝补钙。

要先弄清楚，枕秃是由什么原因引起的，然后再对症处理。

宝宝小便次数减少并不全是缺水 宝宝在新生儿期，小便次数真是多，几乎十几分钟就尿一次，爸爸妈妈一天要更换几十块尿布，每次打开都是湿的。

随着宝宝月龄的增加，进入第二个月的宝宝与新生儿期的宝宝相比，排尿次数逐渐减少了。

爸爸妈妈就很担心，宝宝是不是缺水了？

要想判断宝宝是不是缺水，一是要看季节；二是要看宝宝的体征。

如果是在夏季，天气热，宝宝可能会缺水。

反应的症状是，宝宝不但尿的次数减少，而且每次尿量也不多，嘴唇还可能发干，这就证明缺水了，应该赶紧补水。

还有一个原因会使宝宝的小便次数减少，那就是，宝宝逐渐大了，膀胱也比原来大了，储存的尿液也多了，原来垫两层尿布就可以，现在垫三层也会湿透，甚至能把褥子都尿湿。

可以说，不尿便罢，一尿就尿透。

因此，宝宝小便次数少，并不是缺水了，而是宝宝长大了，爸爸妈妈应该高兴才是。

宝宝用手抓脸请不要给戴上手套 进入两个月的宝宝，常常会用手抓脸，如果宝宝指甲长，就会把自己的脸抓破，即使不抓破，也会抓出一道道红印。

为防止这种现象的发生，妈妈就给宝宝缝制一双小手套，用松紧带束上手套口或用绳系上。

妈妈认为，这样就放心了。

但这样做，宝宝的脸是放心了，可随之带来更大的弊端，而且还存在着安全隐患。

如果手套口束得过紧，会影响宝宝手的血液循环；如果缝制的手套内有线头，可能会缠在宝宝的手指上，使手指出现缺血，宝宝没有表述能力，如果爸爸妈妈及时发现不了，极易使宝宝手指出现坏死，造成终身的遗憾。

再者，宝宝正处在生长发育期，戴上手套，手指活动受到限制，会给宝宝的成长带来一定的影响。

手在大脑发育中占有很重要的位置，手是宝宝发育中非常关键的器官，用手抓东西是宝宝的本能，也

<<育儿一本通>>

是宝宝初步感受事物的最基本的动作。

如果整天把宝宝的手用手套套着，就不利于宝宝手运动的发展。

宝宝看不到自己的小手，就不能有意识地锻炼，减少了锻炼机会，就会导致运动能力发展迟滞，影响智力发育。

手的神经肌肉活动可以向脑提供刺激，这是智力发展的源泉之一。

有的爸爸妈妈虽然没有给宝宝戴上手套，但给宝宝穿袖子很长的衣服，这虽避免了发生手指缺血的危险，但也同样会影响宝宝手的运动能力，也是不可取得。

不给宝宝戴上手套，并不是听之任之让宝宝抓脸。

只要把宝宝的指甲剪得稍微短些，然后再轻轻磨一下，让指甲很圆钝，就可以避免宝宝把自己的脸抓破了。

注意宝宝是否是斜颈 两个月时的宝宝，很容易出现斜颈。

这是因为宝宝的头还不结实，还没有能力变换自己的睡姿。

如果只让宝宝的头朝一侧躺，时间一长，头部会变形或者凹陷，一些地方称“偏头”。

因此，在宝宝前两个月，妈妈要经常变换宝宝头的方向。

如果宝宝已经睡成“偏头”也不要紧，一般到宝宝能抬起头时就会自然恢复。

如果宝宝的头部持续偏向一侧，妈妈变换头的方向也不起作用，就有可能是斜颈。

造成斜颈的原因，是因为颈部的一部分肌肉萎缩，形成的头部向一侧偏斜的现象，颈部肌肉或脊髓出现异常时多有这种情况发生。

如果怀疑是斜颈，应立即去医院进行诊断，轻度的斜颈可以通过物理方法来纠正，斜颈的治疗越早越好。

~

<<育儿一本通>>

媒体关注与评论

序言 有幸拜读了《育儿一本通》一书，读后更感开卷有益，受益很多，这是一本有利于家庭、父母、祖辈哺育、养育、教育宝宝的“真经”。

21世纪是高科技飞速发展的时代，是人力资源亟待开发的时代；是人才竞争的时代，人力资源的开发，人才的有无、多少，尤其国家栋梁之才的有无、多少将直接关系到国家的兴旺发达，民族的繁荣昌盛。

为此全世界都在关心、关注儿童早期综合发展事业。

国家、社会、家庭皆需要更多的专家、学者指导家庭、父母培育好宝宝，皆需要每个家庭、每位父母培育好宝宝，使宝宝健康茁壮地成长，培养人才，多出人才。

《育儿一本通》正是基于上述理念撰写而成。

作者系统叙述了胎儿期、新生儿期、婴幼儿期、学龄前期的育儿方略。

就宝宝各个时期的生长发育、合理营养、科学喂养、平衡膳食、体能运动、智能开发、早期教育、日常保健及传染病、常见病、多发病的防治的相关知识、内容做了详尽的绘声绘色的描述，对家庭、父母、祖辈在育儿中的方法、义务、责任进行了科学性的指导。

该书可以作为家庭、父母养育宝宝的参考。

当您的宝宝处于某个年龄段，某个时期时，阅读作者撰写的该年龄段的内容，对您育儿必有帮助和指导意义。

——北京优生优育协会副会长兼秘书长 陈靖宇

<<育儿一本通>>

编辑推荐

《育儿一本通》(怀孕一本通3)北京市海淀区妇幼保健院儿童保健主任医师、北京电视台特邀专家，崔绍珍主编；中国优生优育协会常务理事、中华医学会北京分会卫生专业委员会副主任委员、中国优生科学学会婴幼儿保健专家指导委员会委员、北京优生优育协会副会长兼秘书长，陈靖宇审核。
育儿真经，尽在一本通。

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>