

<<中国儿童早期健康方案>>

图书基本信息

书名：<<中国儿童早期健康方案>>

13位ISBN编号：9787802034877

10位ISBN编号：7802034876

出版时间：2008-5

出版时间：中国妇女出版社

作者：桑艳梅 编

页数：242

字数：270000

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>

<<中国儿童早期健康方案>>

内容概要

儿童是人类的未来和希望，儿童的身心健康不仅关系到民族的兴衰和国家的前途，而且牵系着千千万万个家庭的幸福，每个家庭都希望有一个健康聪明的孩子。

特别是我国实行计划生育政策以来，独生子女已成为三口之家。

甚至是整个家族的关注焦点，家庭在孩子的抚育方面，情感的投入和人力、财力的支出越来越多。

因为工作的原因，我每天都接触大量患儿和他们焦急的家长，我发现，相当多的孩子生病都与家庭的养育方法不当有关，比如过度喂养、营养失衡、过度保护、不健康的生活方式等，都会造成孩子身体或心理的不适。

也就是说，如果家长多掌握一些科学的育儿知识。

很多病是完全可以避免的。

健康重要的在于日常生活中的维护，应该防患于未然，而不是孩子生病后上最好的医院、吃最昂贵的药。

家长必须树立起“健康维护”的观念。

<<中国儿童早期健康方案>>

作者简介

桑艳梅女，39岁，首都医科大学附属北京儿童医院儿内科副主任医师，临床医学博士，硕士生导师。亚太儿科内分泌协会(APPES)成员，北京市儿童青少年糖尿病中心副主任。2004年获国家留学基金委博士后专项基金，赴美国宾夕法尼亚大学费城儿童医院进行了为期一年的博士后研究。

曾获

<<中国儿童早期健康方案>>

书籍目录

常识篇 第1章 营养，健康的物质基础 第2章 免疫、健康的守护神 第3章 运动，健康的助推器 第4章 意外伤害，健康的大敌 第5章 心理刀菜，健康不可忽视的重要方面 实务篇 第1章 新生宝宝的健康维护 第2章 1~2个月宝宝的健康维护 第3章 2~3个月宝宝的健康维护 第4章 3~4个月宝宝的健康维护 第5章 4~5个月宝宝的健康维护 第6章 5~6个月宝宝的健康维护 第7章 6~7个月宝宝的健康维护 第8章 7~8个月宝宝的健康维护 第9章 8~9个月宝宝的健康维护 第10章 9~10个月宝宝的健康维护 第11章 10~11个月宝宝的健康维护 第12章 11~12个月宝宝的健康维护 第13章 1~1.5个月宝宝的健康维护 第14章 1.5~2个月宝宝的健康维护 第15章 2~3个月宝宝的健康维护

<<中国儿童早期健康方案>>

章节摘录

营养到位，健康才到位营养是健康的物质基础，处于生长发育期的儿童，不仅需要营养来维持一切生命活动，修补组织损耗，更重要的是，他们需要大量的营养素来保证其生长发育。

生长发育越迅速，所需要的营养素也就越多。

某种营养物质的短缺将导致儿童体格发育的迟滞和心理——智能发育的落后，后者甚至是终生不可逆转的损失。

婴幼儿期（0—3岁）是人一生中生长发育最快的时期之一，出生后满3个月时的体重约为出生时体重的2倍，1周岁时的体重约为出生时体重的3倍；1周岁时身高约为出生时身高的1.5倍。

体格的迅速发育需要大量相关营养素的支持。

婴幼儿期良好的营养是人一生体格发育的基础，也是预防成年慢性疾病的保证，如动脉粥样硬化、冠心病等。

婴幼儿期同样是大脑——中枢神经系统发育的关键期，早在人胚3周时即已分化出大脑神经元（脑细胞），并较机体其他组织细胞增殖得快。

自胎儿4~6个月起直到出生后6个月，大脑神经元一直非常旺盛地增殖着。

婴儿出生时大脑已有上千亿个细胞，这些分散的细胞被反复刺激转化成有组织的、可以认知、思考和记忆的功能细胞团，较多的功能细胞团整合形成特定的功能区。

婴儿出生后的头两年是大脑功能区从形成到较为完善的时期，这段时期大脑发育的质量决定着大脑将来的结构和功能。

大脑功能的成熟有赖于脑细胞整体结构的增大，合理的营养是脑功能——智力发育的重要保证。

<<中国儿童早期健康方案>>

编辑推荐

《中国儿童早期健康方案(0-3岁)》：因为工作的原因，我每天都接触大量患儿和他们焦急的家长。我发现，相当多的孩子生病都与家庭的养育方法不当有关，比如过度喂养、营养失衡、过度保护、不健康的生活方式等，都会造成孩子身体或心理的不适。

也就是说，如果家长多掌握一些科学的育儿知识，很多病是完全可以避免的。

健康重要的在于日常生活中的维护，应该防患于未然，而不是孩子生病后上最好的医院、吃最昂贵的药。

家长必须树立起“健康维护”的观念。

——北京儿童医院小儿内科专家 桑艳梅世界卫生组织对健康的定义是“生理、心理及社会适应三方面全部良好的一种状态”，关注儿童心理健康的维护是《中国儿童早期健康方案(0-3岁)》的一大特点。

家长应该了解孩子的心理发展规律，营造良好的家庭教育环境，让孩子不仅成长为一个身体健康的人，更成长为一个心理健康的人。

健康是孩子享用一生的财富。

——空军总医院儿科副主任医师 刘晓宇这是一本告诉父母怎样帮助孩子远离疾病的书，包括不同年龄宝宝的喂养方法、预防免疫的基本常识、智力启蒙的趣味游戏、情商培养的有效方法，内容全面、实用，是新手父母育儿的好帮手！

——北京世纪坛医院急诊科医师 任民

<<中国儿童早期健康方案>>

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>