

<<快乐育儿百科>>

图书基本信息

书名：<<快乐育儿百科>>

13位ISBN编号：9787802037328

10位ISBN编号：7802037328

出版时间：2009-6

出版时间：中国妇女

作者：李松

页数：280

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>

## 前言

行医这么多年，每当看到家长带着自己的宝贝急匆匆地来就医，我的心情总是和他们一样焦急。

每一个孩子都是父母的宝贝，每一位父母都希望自己的孩子能够健康快乐地成长。

我首先是一位父亲，然后才是一个医生。

我也曾看着自己的孩子从一个什么都不懂的小不点儿，渐渐长大。

我能深切地体会到每一位父母的期盼以及他们的需要。

然而遗憾的是，这些年仍然有不少的家长用一些传统落后的方法养育孩子，给孩子的成长带来了很多不利的影响，有的甚至酿成了惨痛的后果。

每当目睹这些本不应该发生的悲剧，我的心情总是非常沉痛。

作为医生，尽管我们总是不遗余力地告诉家长一些关于养育的知识，纠正他们的一些不当的做法，但是这种宣传和教育毕竟影响有限。

如果有一本书，能够将科学的育儿方法宣传给大家，那将是一件造福大众的好事，这也是我多年来的心愿。

曾经看过一些育儿方面的经典著述，但是这些书大多非常专业化，不适合家长们阅读；而另有一些育儿书，内容不够系统、科学。

结合多年的行医经验，以及人们在育儿过程中遇到的一些疑惑，我知道家长们需要一本既专业科学又通俗易懂的书。

## <<快乐育儿百科>>

### 内容概要

本书从新生儿的喂奶、洗澡、换尿布等日常生活的照顾讲起，其中包含了喂养孩子的技巧，孩子日常生活的照顾、饮食营养补充，对孩子的成长变化的观察以及孩子疾病的防治和意外事故的急救知识等。

本书的独特之处就在于，既重视幼儿的身体发育与智力发展，还强调了幼儿性格培养的重要性，力争做到全面、科学、实用。

本书解决了0~3岁孩子的养育过程中，父母容易遇到的相关问题，希望该书能够为年轻的父母带去帮助。

#### 作者简介

李松，北京大学第三医院儿科主任医师、教授、博士生导师，中华儿科学会全国委员，北京医学会围产医学分会副主任委员。

1970年毕业于原北京医学院医疗系，1983年于原北京医科大学第一医院儿科完成硕士研究生学业。1987～1990年在美国纽约州立大学医学中心做访问学者。

## 书籍目录

第1章 恭喜你升级为新手爸妈 1-1 你准备好了吗 新手妈妈要做好心理准备 新手爸爸该做些什么呢  
 1-2 新手爸妈该为宝宝准备什么用品呢 新生儿的身体机能 为宝宝布置一个舒适的房间 宝宝用的家具蕴藏着爸爸妈妈的爱 为宝宝准备舒适的衣物和被褥 宝宝的喂奶用具 宝宝的清洁用品 宝宝外出时需要的装备第2章 让宝宝畅快地享用乳汁 2-1 母乳和婴儿配方奶粉, 哪个更好呢 母乳喂养的优缺点 乳头内陷该怎么办 什么时候可以给新生儿喂奶 婴儿配方奶粉可以代替母乳吗  
 2-2 怎样给宝宝喂奶 宝宝拒绝妈妈的乳房该怎么办 乳头皲裂时怎么办 喂母乳的姿势 让宝宝享受母乳的乐趣 双胞胎宝宝的喂养 宝宝出牙前后, 妈妈喂奶该注意了 患有疾病的妈妈不适合给宝宝喂奶 2-3 上班族妈妈如何继续哺乳 断奶还是继续哺乳 挤母乳, 让宝宝继续享受妈妈的爱 挤奶的时候需要注意什么 冷冻母乳营养会不会流失 母乳的存储原则  
 2-4 乳母生病了可以服用药物吗 乳母服用药物对宝宝有影响吗 哺乳期的饮食禁忌 2-5 无法母乳喂养的宝宝该怎么喂 为宝宝选择合适的奶粉 鲜牛奶不适合喂养新生婴儿 可以给宝宝喂炼乳吗 怎样给宝宝调配奶粉 把奶粉冲得浓一点好吗 享受喂奶时的天伦之乐 如何确定宝宝喝够了 给宝宝的奶具消毒 每餐都要做奶瓶的消毒吗 2-6 怎样帮宝宝断奶 帮宝宝断奶时该注意什么 宝宝断乳后还应该继续喝牛奶 宝宝断奶不当容易引起哪些疾病 断奶后的宝宝饮食上应注意什么 宝宝总是断不了母乳怎么办第3章 精心照顾宝宝的日常生活 3-1 观察宝宝的排便 宝宝一天排便几次呢 观察宝宝大便的学问 宝宝便秘怎么办 宝宝小便次数变少是什么原因 培养宝宝规律性大小便 让宝宝学会自己大小便 3-2 怎样给宝宝换尿布 给宝宝制作合适的尿布 纸尿裤与传统尿布的利弊比较 选用理想纸尿裤的四项标准 轻轻松松换纸尿裤 几种特殊尿布的换用方法 洗尿布喽 预防尿布疹的方法 正确使用尿布可使宝宝少患疾病 3-3 为宝宝洗澡及清洁 经常洗澡对宝宝有好处 怎样给宝宝洗澡 怎样给宝宝做简单的清洁 给女宝宝洗澡的要点 给男宝宝洗澡的要点 帮宝宝清洁, 小地方更要注意 宝宝头发的护理 给宝宝清理鼻子和耳朵 怎样为宝宝剪指甲 3-4 小宝宝睡着了 小宝宝爱睡觉 哪种睡眠姿势更适合宝宝 怎样做可以使新生儿宝宝睡得舒服 如何让宝宝睡得安稳 宝宝的睡眠环境不必太安静 帮助宝宝养成有规律的睡眠习惯 宝宝入睡后打鼻鼾应及早检查 3-5 宝宝喜欢外面的世界 带宝宝出门应该准备什么 带宝宝去晒太阳吧 让宝宝呼吸新鲜空气 春季要帮助宝宝预防呼吸道疾病 夏季如何帮助宝宝做防晒 怎样预防宝宝中暑 宝宝中暑后的紧急处理 秋天怎样照顾宝宝 如何让宝宝安度寒冬 3-6 宝宝自己动手做 宝宝自己会吃饭了 1~2岁的宝宝可以学会自己洗手 宝宝最好自己睡 教会宝宝擤鼻涕 2~3岁的宝宝可以自己刷牙了 宝宝具有了一定的生活自理能力 如何训练宝宝使用筷子第4章 为宝宝烹制美食 4-1 宝宝可以吃饭了 从什么时候开始可以给宝宝添加辅食 及时添加辅助食品对宝宝很重要 尽量使食物容易吞咽和消化 添加辅食要循序渐进 4-2 怎样让宝宝吃好辅食 让宝宝愉快进食 让宝宝拥有自己的餐具 喂食的技巧 给宝宝吃水果的学问 不要用水果代替蔬菜 宝宝挑食怎么办 宝宝每日必需的营养素 怎样为宝宝补充所需的营养素 如何避免宝宝变成小胖子 4-3 不同月龄的宝宝的饮食特点 液态和糊状食物是4~6个月宝宝的最佳食物 4个月的宝宝一日饮食安排参考方案 5~6个月的宝宝一日饮食安排参考方案 4~6个月的宝宝的建议食谱 训练宝宝的咀嚼能力 7个月宝宝的饮食种类及一日参考量 8~9个月宝宝的饮食种类及一日参考量 7~9个月宝宝的建议食谱 训练宝宝用牙齿磨碎食物 10个月宝宝一天的食谱安排参考方案 11~12个月宝宝的饮食搭配及一天的食谱 10~12个月宝宝的建议食谱 1~2岁宝宝的饮食特点 适合1~2岁宝宝的一日饮食参考 1~2岁宝宝的建议食谱 2~3岁宝宝的饮食特点 2~3岁宝宝一天的饮食安排参考方案 2~3岁宝宝的推荐食谱第5章 宝宝的快乐成长第6章 宝宝的常见疾病和意外事故急救附录 预防接种的一般反应及异常反应 免疫接种可以预防的疾病 宝宝接种卡记录

## 章节摘录

插图：做母亲是一种神圣的责任看到别的小孩子那么依恋他的妈妈，你是不是羡慕呢？看到小孩子活泼可爱的样子你是不是也充满了期待？

母亲是伟大的，也是神圣的。

想到你自己即将成为一位母亲，你就应该感到自豪和骄傲，同时也向你表示真诚的敬意。

因为，做母亲不仅是对家庭的贡献，而且也是对人类社会繁衍发展的贡献。

这是一种神圣的责任。

宝宝给生活带来无限生机和欢乐也许你已经习惯了二人世界，小宝宝的降生，会改变你原有的生活方式，随之而来的是养儿育女所要面临的一系列问题。

但是有了宝宝，从此你不会再空虚，也不会感到寂寞。

小宝宝每学会一个动作，甚至第一次发出声音都会给你带来莫大的喜悦与幸福。

在小宝宝的成长过程中，你将与幸福和喜悦相伴。

有付出就会有回报，尽管这种回报不是你所预期的。

作为一个母亲，在宝宝出生前、出生后，一直到幼年期间，你会觉得他不仅占据你的时间，你还要为宝宝的健康成长花费很大的心血。

但是，你的一切努力和奉献不会白费，因为在你付出的同时，也会得到爱的回报。

人生在世，女人因为有了丈夫而成了妻子，又因为有了宝宝而成了母亲。

宝宝的出生，不仅会给家庭带来欢乐和希望，而且还会带来无法替代的欣喜及乐趣。

体验真挚的母爱小宝宝总是人见人爱的，更何况你是他的妈妈，是他最信赖和最依恋的人。

你会因为宝宝而焕发青春，对生活重新充满激情，哪怕是在生活中遇到挫折和坎坷，一想到家中的宝宝，就会鼓起百倍的勇气和力量。

当然，随着宝宝的逐渐长大，你的付出会更多，但在付出的同时，你会感到收获者的喜悦——宝宝会蹬腿啦，宝宝会翻身啦，宝宝会坐立啦，宝宝会叫爸爸妈妈啦，宝宝会走路啦，宝宝会自己玩耍啦，等等。

宝宝是夫妻爱情的结晶，是夫妻生命的延续。

为了夫妻间诚挚的爱，做妻子的应当有信心和责任去承担孕育的重担。

只要你有强烈的责任感和坚定的信念，就一定能够克服所遇到的一系列困难，孕育出一个健康、可爱的宝宝，从而体验到人类最美好的情感——母爱。

#### 媒体关注与评论

媒体推荐养育孩子的过程最艰辛，但无疑又最幸福。

这本来自医生专业指导的书，在宝宝生活、饮食、健康、成长等方面中揉合了最权威、最完整的育儿知识，定会成为您贴心的小帮手，让你在轻松中，快乐的育儿。

——之宝贝网推荐

编辑推荐

《快乐育儿百科》是送给0-3岁宝宝父母的最权威、最完整的育儿知识。  
做快乐父母，养育健康聪明的宝宝。  
所有父母一定要知道的育儿知识，让宝宝舒心地享受爸爸妈妈的爱。

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>