

<<妈咪宝贝健康计划>>

图书基本信息

书名：<<妈咪宝贝健康计划>>

13位ISBN编号：9787802513556

10位ISBN编号：7802513553

出版时间：2010-4

出版时间：金城出版社

作者：俞芬 编

页数：277

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>

<<妈咪宝贝健康计划>>

前言

家有宝贝初临世，年轻的父母面对崭新的生命，欣喜之余也会有些茫然。

照顾宝贝的责任是重大的，同时也是幸福的。

陪伴孩子走过他们年少时的每一个春夏秋冬，看着孩子健康的成长，见证孩子的每一个足迹，是父母的最大心愿。

而在成长的过程中，父母是孩子最直接的朋友，教他学会走路，听他叫第一声妈妈……生命，总是充满感动。

孩子是家庭幸福的核心，是一个家庭最美的希望，他们就像春天的花蕾、阳光下稚嫩的幼苗。

每当看到一个在妈妈怀中牙牙学语的幼儿、一个蹦蹦跳跳的小宝贝、一个蹒跚学步的孩童，欣喜、怜爱、关切之情便会油然而生。

在孩子的成长初期，家庭是他温暖的港湾，家长是他的守护神。

为孩子的成长提供一个舒适健康的环境，是每一位父母的心愿。

宝贝是家庭中的一个重要成员，自从他呱呱坠地的那一刻起，父母就将自己的全部身心投入到了宝宝健康成长中的事业中。

父母为他努力打拼、任劳任怨，对他悉心照料、日夜操劳，而他们最大的心愿就是宝贝能健康成长。

<<妈咪宝贝健康计划>>

内容概要

孩子，对于一个国家来说，是祖国的花朵；对于一个家庭来说，是爱情的结晶，不论是父母还是国家都对他们寄予了无限的期望，希望他们能健康成长，创造辉煌的未来。

让宝宝健康成长是每一位父母的责任，婴幼儿时期的健康状况直接关系到孩子将来的成长和身心素质。因此，爸爸妈妈要了解孩子成长过程中的点点滴滴，了解他们成长过程中的心理变化，合理搭配孩子的饮食，为他们的成长提供足够的营养，及时预防疾病，为孩子的健康成长创造一个良好的环境。

<<妈咪宝贝健康计划>>

书籍目录

新生儿篇

- 第一章 新生儿的生理状况
- 第二章 新生儿的心理状况
- 第三章 新生儿的饮食营养
- 第四章 新生儿的体能训练
- 第五章 新生儿的疾病预防
- 第六章 新生儿的日常护理
- 第七章 早产儿

婴儿篇

- 第一章 婴儿期的生理状况
- 第二章 婴儿期的心理状况
- 第三章 婴儿期的饮食营养
- 第四章 婴儿期的体能训练
- 第五章 婴儿期的疾病预防
- 第六章 婴儿期的日常护理

幼儿篇

- 第一章 幼儿期的生理状况
- 第二章 幼儿期的心理状况
- 第三章 幼儿期的饮食营养
- 第四章 幼儿期的体能训练
- 第五章 幼儿期的疾病预防
- 第六章 幼儿期的日常护理
- 第七章 幼儿期的家庭教育

<<妈咪宝贝健康计划>>

章节摘录

认识新生儿宝宝新生儿刚离开母体，身体的各个方面都还没有形成独立的机能，身体组织尚未成熟，四肢短小，上肢呈外伸的W型，而下肢则为内缩的M型。

新生儿身体的含水量高，大约在70%~80%左右，因此新生儿经常呈现口腔干燥的状态，身体极需要补充水分。

头（四级标题）由于经过妈妈狭窄产道的挤压，很多新生儿的头部都会产生肿块，医学上将这称之为“产瘤”。

产瘤主要分为两种：一种是头皮下的水肿，爸爸妈妈不需要太在意，这种产瘤会慢慢地自然消退；还有一种是头皮由于出血形成了血肿，这种产瘤需要经过较长时间才能消除，妈妈要通过轻柔地按摩来帮助宝宝消退血肿，不然血块很有可能会钙化变成硬块，对宝宝的脑部发育造成一定的影响。

如果新生儿回家后肿块不但没有消退，反而越来越大，或者头顶部的两边都出现了肿块，就需要去医院检查。

手新生儿刚出生时，一般手都呈握拳姿势，手掌大小及肌力的表现也是两边对称的，但是这时新生儿的手指灵活度不高，尤其是大拇指，一般他们的手都不太喜欢伸开，父母可以轻轻地拉拉小宝宝的手指，帮助他的手部发育，如果父母发现宝宝的手指关节或肌腱太紧的话，就需要经常拉拉宝宝的手指，或者带宝宝到医院做复健。

肚脐宝宝刚出生的时候，医护人员在医院都会为宝宝的脐带做一个初步的护理。

宝宝从医院回家以后，爸爸妈妈可以为宝宝买一瓶酒精，定时在宝宝的脐带上轻轻地擦拭，让脐带慢慢干燥、自然脱落，一般脐带约过10~14天就会自然脱落。

如果宝宝的脐带一直没有干燥，很有可能是脐带长息肉或造成感染。

如果宝宝出现倦怠、发烧、食欲不振等症状，并且脐带有发臭或变黄的现象，就需要带宝宝到医院就诊，检查宝宝的脐带是否受到感染。

脚丫刚脱离母体的新生儿由于身体在妈妈的羊水里泡了很久，脚丫一般都会有脱皮的现象。

但是这种脱皮的状况通常在1~2个礼拜内就会完全结束，不需要做额外特殊的护理。

而且宝宝的足底一般脂肪都比较厚，这样宝宝的脚看起来会有点像是扁平足，但是爸爸妈妈无需担心，随着年纪的增长，宝宝的脚便会慢慢形成足弓。

小宝贝的大本事刚刚出生的宝贝一般都不会有很多的动作和表情，他们常常闭上眼睛安静地睡觉，一睡就是几个小时，但是千万不要因为他现在喜欢睡觉就小瞧了小家伙，他的本事可大着呢。

视觉虽然新生儿通常睡眠时间比较长，但是当他睡醒了，他的眼睛就开始寻找他感兴趣的物体，并且能追随物体移动的方向。

对于一些颜色鲜艳的物体，宝宝时常会目不转睛地盯着它们。

如果在宝宝的头顶上挂上一个红色的气球，并且轻轻地摆动气球，宝宝的眼睛就会随着气球的移动的方向转动，当气球停住不动时，他还会专注地注视着它。

新生儿对光也很敏感，遇到较强烈光线的刺激时，就会很自然地紧闭双眼。

听觉新生儿刚出生时，耳朵的鼓室里并没有空气，而且可能有羊水滞留，此时宝宝的听力稍差，他并不能听见比较小的声音。

出生3~7天后，经过发育，宝宝的听力已经基本正常。

如果在宝宝的旁边说话，或者是在他的耳边轻声呼唤，小家伙会敏感地寻找声源，并把头转向出声的方向。

如果声音过大，宝贝的耳朵会感觉不舒服，他就会用哭叫来表示抗议。

最适合的距离是离宝宝耳朵的10~15厘米处，如果用持续、温和的声音在这个距离和宝宝说话，宝宝会转过头来认真地倾听。

由于宝宝在妈妈的身体里待了很长时间，因此宝宝对妈妈的声音最熟悉，他会很自然地喜欢倾听妈妈的声音，对妈妈的声音十分关注。

味觉和嗅觉新生儿在妈妈的身体里生长到8个月左右时，他的味觉和嗅觉就已经基本发育完善，而新生儿的嗅觉和味觉则已相当灵敏，只是接触到的味道比较单调。

<<妈咪宝贝健康计划>>

随着时间的变长，他们的味觉和嗅觉也会随之更加敏感。

小宝贝们此时对味道已经能够分辨得很清楚，品尝到不同的味道，新生儿会相应产生不同的反应。如果给他们喂甜的食物，宝宝会很开心地接受；如果把带有苦味的食物放入他们的口中，他们就用做出咧嘴的样子，或者吐出食物以示抗拒。

而对于母乳的味道，新生儿则十分敏感，只要闻到母亲的奶香味，他就会很自然地把头扎到妈妈的怀里，去寻找母亲的乳头。

由于每个人的体味不同，小宝贝们还可以很轻松地分辨出自己妈妈的味道。

这些小家伙们，甚至还能区分出自己的母亲与其他母亲的不同气味。

触觉正常情况下，人的触觉一般都相当灵敏，新生儿也不例外，除了特殊的反应外，宝宝刚出生时的触觉已经和成人无异。

宝宝会特别喜欢妈妈抱他，这是因为他十分喜欢怀抱里的那种温暖，他喜欢大人轻柔地抚摸他的身体。

这种轻柔地接触会让他感觉到自己被人疼爱，让他感到安全，就仿佛宝宝又重新回到了在妈妈子宫里被羊水和软组织包裹的日子，这样的抚摸使宝宝充满了安全感和幸福感。

相对于成人来讲，新生儿的触觉在某些部位具有相当高度的敏感性，甚至比成人的触觉还要灵敏，尤其在眼、前额、口周、手掌、足底等部位，嘴唇和手是宝宝触觉最灵敏的部位，因此宝宝经常喜欢吸吮他们自己的手指来获得满足感。

而大腿、前臂、躯干等地方的触觉就相对比较迟钝。

一般情况下，每当孩子哭闹，这时只要把他抱起来，搂在怀里轻轻地拍拍他的背部，宝宝就会慢慢地安静下来，这是因为通过大人在宝宝背部的抚摸，触觉使他感受到大人给予自己的温暖，宝宝在心灵上得到了安慰，重新从大人那里获得了安全感，他的情绪就会慢慢平静下来。

妈妈经常给予宝宝皮肤的接触，抚摸宝宝的脸庞或者身体的其他部位，这种接触不仅是母子之间最亲密的身体接触，也是母子之间的一种情感交流，它可以让宝宝的情绪变得很好。

新生儿对于温度的感觉尤其敏锐，他们对于冷热的感觉程度和成人之间有较大的区别。

成人感觉只是温热的东西对于新生儿来说已经是很烫了，而稍微凉的食物对于婴儿来说，已经是非常冰冷的食物了。

接触温度过高或过低的东西时，新生儿都会作出不愉快的反应，通常他们一接触到这些东西时，便会迅速地抽回肢体。

母乳的温度对于新生儿来说是最适宜的，所以他们吃奶时总会流露出愉快、满足的表情，因为新生儿十分喜欢母乳的味道，而母乳的温度对于他们来说也是比较适宜的。

另一方面，新生儿的痛觉比较迟钝。

如果环境温度过低时，需要给宝宝适当的保暖。

家里的热水瓶、电烫壶等用品也要远离新生儿，在使用这些物品时，也要注意安全，千万不要靠近宝宝，即使是热水瓶口透出的热气，对于宝宝来说温度也是相当高的。

尽管宝宝能感觉到温度的高低，但此时他却无法用语言表达自己的感觉，因此家长要时时小心。

运动新生儿的运动能力是天生就具有的，当胎儿还在子宫内时，他们就已经有了运动，即通常人们所说的“胎动”。

出生后的新生儿拥有了足够大的活动空间，而且也拥有了一定的活动能力，宝宝有时会出现手舞足蹈的状态。

宝宝的四肢喜欢不断地进行伸屈运动。

当听到音乐时，宝宝还会不自觉地随着音乐的节奏不断地运动，挥动手、转头、伸腿等类似的动作，偶尔宝宝还会对谈话者表现出微笑、皱眉的表情。

新生儿的运动多属无意识和不协调的，有时我们会发现，宝宝会经常试图用手去碰母亲说话的嘴，实际上这时宝宝是在试图用运动的方式与妈妈交流。

当新生儿接近满月时，他的身体骨骼已经强壮起来，当妈妈抱起宝宝时，他的头部有时可以维持短时间的直立。

如果把宝宝抱起直立放在床上平坦的位置，让宝宝的腿与床面接触，这时宝宝会将一条腿伸直立在床

<<妈咪宝贝健康计划>>

面，而另一条腿则会不自觉地抬起。

<<妈咪宝贝健康计划>>

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>