

<<宝宝自己来>>

图书基本信息

书名：<<宝宝自己来>>

13位ISBN编号：9787806537404

10位ISBN编号：7806537406

出版时间：2006-4

出版时间：广东旅游出版社

作者：吉伯特

页数：全6册

译者：梁碧滢

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>

<<宝宝自己来>>

内容概要

育婴系列：宝宝要吃奶，母乳喂养非常值得提倡，但是你可能需要一定时间去适应，并且在这个过程中可能会遭遇一些困难。

这正是本书所要谈到的问题。

书中涵盖了大量实用的知识、解释、观点和提示，以及一些曾经遇到困难并找到解决方法的女性提供的宝贵意见。

你可以根据自己的喜好，从头到尾详细阅读，也可以一部分一部分有选择性地阅读。

本书最后还附有一个有关哺乳的问题排除表和一些常见的问题及解答，可以引导你获得所需的帮助。

如果你还没有决定是否采用母乳喂养，那么这本书可以帮助你正确地看待这一问题。

在这一点上，你可能会觉得第一章尤其有帮助。

如果你已经在母乳喂养，但是同时想混合使用奶瓶，那么你将会在第六章找到你所需要的指点。

你一定要相信，97%的女性是可以成功地进行母乳喂养——如果她们适时得到正确帮助的话。

育婴系列：乖乖不哭所有的父母都会碰到孩子蛮不讲理的发脾气行为。

从呱呱坠地开始，孩子似乎就把哭叫当成了每日的必修课，轻声低啜的、声嘶力竭的、尖锐有力的……各式各样的哭闹，弄得初为人父母的家长们茫然无措、手忙脚乱：你怎么了，我的小宝宝？

拿起这本书的时候，你可能会会有这个疑问：值得就小孩子发脾气这个主题写一整本书吗？

不就是很简单的一件事吗，有什么可写的？

我必须承认，刚开始执笔的时候，我也有差不多的感觉。

但后来在逐步跟其他家长们接触后，我才发现事情远非想像中那么简单。

这些家长中，有些人的孩子正好处在易发脾气、爱哭闹的典型年龄段，有些虽然孩子已经过了那个阶段，但过往的痛苦历程仍然历历在目，另外还有一些孩子已经挺大了，但仍然容易发脾气。

现实就是这样，不仅仅是处于所谓“难缠两岁”的小孩会现出诸如哭闹、愤怒、发脾气、不高兴时尖声吼叫的不良行为、年长的孩子，甚至某些成人也常有这种现象！

育婴系列：宝宝断奶啦作为父母，我们只想把最好的给予孩子。

但是，除了乳汁之外，我们还能给给他们更好的人生开始吗？

那一勺勺非常细腻润滑的婴儿羹，标志着婴儿进入发育进程的一个新的、令人激动的阶段。

开始喂善意这些食物时，我信就教会婴儿如何吸啜和吞咽，而不是吸吮。

吸啜和吞咽是与吸吮相当不同的重理反射，需要一定时间去学习；只有婴儿掌握了这种反射，食物才具有营养上的重要性。

本书给家长们提供了很多实用的建议和有益的提示，覆盖了在喂养婴儿的第一年所需要知道的所有知识。

书中一目了然的图表准确地告诉你，从婴儿4个月、5个月、6个月和9-12个月大的时开始，每个阶段应该从他们的饮食中剔除。

从婴儿断奶后最初摄入的羹，到享用固体食物以及婴儿接近1周岁时跟家人一起进餐的乐趣，应用尽有。

为婴儿提供理相的食物，是父母们表达对宝贝的爱的最好方法。

育婴系列：宝贝自己来初为父母，每天面对着孩子堆积如山的脏尿布，你一定很想让孩子快点学会自己上厕所。

但是，小孩自己用便盆，也许会弄得周围脏兮兮，这可能因为上厕所的问题而哭闹大作，这些不免令家长对孩子上厕所心生畏惧。

本书的主题“如厕训练”不禁让大家想到一幅这样的画面：一群一两岁小孩列队坐在便盆上，像接受军训那样接受误导。

当然，本书的目的并非是你每隔20分钟就让小孩踏着步操进厕所，而且不完成任务就不让出来，而是通过因势利导，让孩子从小学会自行如厕，使家长少操一些心。

很多人理所当然地认为，家长如果能让小孩很早学会走路、讲话、不用穿开裆裤，他们就是“最佳父母”。

<<宝宝自己来>>

实际上，这些只是孩子必经的自然发展阶段，欲速则不达。

我希望本书的内容能助你从容选择适当的时机训练孩子自己上厕所。

育婴系列：宝宝长牙了几乎没有什么比看见宝宝嘴里萌出第一颗乳牙更让你感到开心的了。

从一开始，你就需要特别留心照顾宝宝的牙齿及牙龈，正如你一开始就要建立健康的卫生习惯一样。

但是，远在你看见第一颗小牙齿出现以前——大概在你怀孕4个月时，胎儿的牙齿就已经开始形成，所以，在怀孕期间照顾好自己是非常重要的。

本书第一章的很多建议，就是针对你在怀孕的这段特殊时期而提出的，包括如何保持饮食平衡，如何照顾你和发育中的宝宝等。

当然，婴儿不可能天生就长有牙齿的，但不用多久你就能看到宝宝的嘴巴里出现第一抹珍珠白。

通过阅读第二章，你将会清楚宝宝的每颗新牙齿会在什么时间萌出，以及你应该如何保持宝宝的口腔健康。

随后，当牙齿开始萌出时，第三章会教你如何减轻出牙给宝宝带来的不适。

该如何保持婴儿的牙齿干净，这是你应当了解的重要事情之一。

第四章会告诉你如何选择适当的牙刷及牙膏，以及怎样完善刷牙技巧。

除此之外，它还教你如何让不愿意刷牙的宝宝刷牙！

第五章则介绍了防止宝宝出现龋齿的最佳办法，包括留心宝宝的饮食及保证氟化物对牙齿的重要保护作用。

拜访牙医是牙齿长期保健的重要一环，所以，在第六章中，我们会帮你选择合适的牙医，阐述如何保证第一次拜访的顺利进行，让你知道牙医会为你做什么，并且建议你在宝宝的确需要补牙时该如何处理。

尽管得到了最好的照顾，宝宝的牙齿还是可能出现一些你意想不到的问题。

为此，在本书的最后一章中，我们会列出前面没有提及的其他一些潜在问题，并为你提供一些专业的建议，以让宝宝戒除那些影响牙齿及牙龈的坏习惯，如吸吮手指等。

我们真诚希望你能喜欢这本书，并且对你在照顾宝宝的牙齿时有所帮助。

育婴系列：乖乖睡吧。

或许你一直视安枕甜睡为理所当然的事，但在小宝宝闯进你的生活后，一切都不一样了，睡眠问题足以令你烦恼不堪。

初为父母，难免会遇到睡眠匮乏的问题。

新生命的诞生，既让人兴奋雀跃，但同时也是一件很累人的事。

从怀胎十月到一朝分娩的整个历程，都可能令你身心俱疲——对准爸爸来说也是如此，然而，真正的挑战是在小生命诞生后才开始的：他每时每刻都有不同的需要，父母得随时命地去照料呵护。

本书将为你提供一系列指导性的方法和建议，让你有足够的信心使自己和宝宝都能获得高质量的睡眠。

书中包括了大量实用的训练技巧，你可以参考并结合自己的家庭实际情况加以改良应用。

虽然任何方法都不可能100%有效，但书中所提供的这些技巧、策略，都是从各地父母的成功实践总结而来的，十分值得借鉴。

每个宝宝、每个家庭的情况都有其独特之处，不能一概而论，但你绝对可以从前人的经验中得到启发，迈出育儿的成功步伐。

祝愿你和你的宝宝每晚都甜梦不断！

<<宝宝自己来>>

书籍目录

育婴系列：宝宝要吃奶 前言：第一道完美食物 1.母婴齐努力 乳房和母乳 正确的哺乳姿势
 松开和含住乳房 婴儿为什么会拒绝母乳 开始几天存在的问题 如何选择合适的哺乳乳罩 2.哎哟——喂奶真痛！
 乳头疼痛 乳头皲裂流血 输乳管堵塞 乳房脓肿 鹅口疮 3.婴儿是否吃饱 喂多少奶，间隔多长时间 宝宝不愿吃奶怎么办 婴儿吃奶时间为何要这么长 婴儿的生长发育
 奶水是否过少 4.婴儿为什么会不舒服 婴儿为什么哭闹 肠胃气胀 肠胃绞痛 呕吐
 头痛和其他疼痛 如何对付婴儿哭闹 牛奶过敏 咬乳房 5.影响母乳喂养的特殊情况
 扁平或者内陷乳头 乳房问题 双胞胎和三胞胎 剖腹产 早产儿 舌系带短缩的婴儿
 新生儿黄疸 6.奶瓶和婴儿配方奶粉介绍 何时开始使用奶瓶喂养 减少母乳喂养次数
 如何挤奶 选择合适的配方奶粉 何时开始断奶 母乳喂养问题排除表 疑难解答育婴系列：乖乖不哭 前言：陪伴孩子度过人生第一个狂飙期 1.关于大哭大闹 什么是大哭大闹 让家长头疼的哭闹行为 长大后孩子发脾气的问题会自然消失吗 2.了解你的小孩 正常情况
 非常刁蛮的小孩 男孩子是否真的更难管教 不发脾气的小孩 3.孩子为什么会发脾气 脾气发作的导火线 察言观色防患于未然 4.能让孩子不发脾气吗 让孩子不发脾气的策略 巧妙化解发脾气的问题 日常斗气场合如何应对 5.如何应对孩子发脾气问题 如果他只是偶尔耍耍小性子 如果他在公共场所中又哭又闹 如果他蛮不讲理地大发脾气 6.积极正面的育儿之道
 良好的育儿方式有哪些 懂得发掘孩子的美好行为 利用幽默化解冲突和敌对 7.行动计划 帮助郭明智地处理发脾气行为 是否对自己的反应不满意 面对孩子哭闹时的自我调节 对付孩子发脾气的十大方法育婴系列：宝宝断奶啦 前言：给宝宝享用最好的婴儿食物 1.从乳房到奶瓶 母乳：婴儿最早的完美食物 如何从乳房转入奶瓶喂养 哪种配方奶粉更适合你的宝宝
 配方奶粉，应该喂多少 婴儿的生长图表 如何给喂养用具消毒 适时添加其他饮品 从奶瓶到婴儿吸管杯 2.婴儿的第一餐固体食物 该断奶了吗 该添加哪些固体食物 适时适量，循序渐进 适应给宝宝增添新口味 婴儿对食物过敏吗 不要错过最佳的断奶时间 喂养计划——断奶头四周 应该避免的食物 新的食物搭配表 3.从5个月（断奶后4周） 让婴儿试试新口味 确保食物卫生 保持良好的食物质感 能不能用素食喂养婴儿 能否给宝宝吃有机食品 自制婴儿食物 DIY基本用具 冷冻自制婴儿食物 重新加热婴儿食物 购买现成的婴儿食品 4.从6个月（断奶后8周） 适用新的进食方式 增加更多的口味 分量应该多大 5天的婴儿食谱 鼓励婴儿大胆尝试新食物 认识婴儿不断变化的营养需要 从羹到糊的质地过渡 5.从9个月到12个月 添加更多样化的食物 适时变换质地和口味 新鲜的是不是就是最好的 让宝宝逐渐学会自行进食 5天的婴儿食谱 跟家人一起进餐 婴儿挑食该怎么办 健康饮食，十大秘诀育婴系列：宝贝自己来 前言：从便盆到马桶都能轻松应对 1.培养自理能力的最佳时机 从穿纸尿裤到小内裤的转变 女孩与男孩的发展差异 何时开始进行如厕训练 不必拘泥于老一辈的做法 让孩子“决定”何时不用尿布 2.如厕训练的准备和指引 激发孩子使用便盆的兴趣 培养孩子对身体功能的自觉意识 穿裤子还是纸尿裤 便盆的选择 直接学用马桶 孩子被托管时如何进行如厕训练 借助图书影带辅助如厕训练 3.别了，尿布 创造条件，合理计划 好看不如好穿 两大训练方式 如果是小男孩该怎么办 应对外出时之急需 温馨拥抱与口头称赞 养成良好的如厕习惯 十大误区，避免陷入 4.疑难问答 孩子不愿配合训练怎么办 父母最为担心的一些问题 孩子为啥对厕所心存畏惧 如何应对训练时的倒退情况 怎么训练有特殊需要的儿童 5.安心洁净每一晚 何时可“扔掉”尿布 让孩子彻底摆脱尿布束缚的方法 半夜里是否可以“抱起尿尿” 怎样才能使孩子不尿床 十大成功秘诀育婴系列：宝宝长牙了 前言：让宝宝拥有一副健康的牙齿 1.怀孕期间 胎儿牙齿是如何发育的 哪些因素会影响胎儿牙齿 如何保证胎儿牙齿健康发育 安全预防 2.了解宝宝的牙齿 牙齿是如何长出来的 牙齿有哪些支持组织 颌部与牙龈的作用 乳牙为什么很重要 喂奶对牙齿发育的影响 3.出牙期 如何判断宝宝开始长牙了 出牙还是生病 如何安抚烦躁不安的宝宝 帮助宝宝减轻出牙时的疼痛 4.如何保持牙齿清洁 何时开

<<宝宝自己来>>

始清洁牙齿 怎样帮宝宝刷牙 教会宝宝正确刷牙的技巧 如何选择适合宝宝的牙刷 5.防止蛀牙 培训班牙是如何发生的 牙周病要及早防治 如何防止蛀牙 6.拜访牙医 选择合适的牙医 第一次口腔检查 第一次补牙时要注意什么 如何定期进行口腔检查 7.常见的牙齿问题及治疗 影响牙的潜在问题 令人忧心的其他牙齿问题 牙齿脱出或破裂 如何戒除宝宝的坏习惯 乳牙什么时候会松动 常见牙齿问题之问与答 10个温馨提示育婴系列：乖乖睡吧 前言：挑战从小生命诞生后开始 1.新生儿与睡眠 认识婴儿独特的睡眠模式 你的宝宝有什么睡眠要求 宝宝睡在哪里好呢 宝宝睡得安全吗 睡眠严重受扰怎么办 2.睡前准备 睡眠习惯因人而异 如何让宝宝准备好入睡 营造恰当的气氛 准备入睡：疑问解答 3.一夜安睡 如何引导宝宝的睡眠习惯 合理安排睡前规律性活动 让宝宝学会自行入睡 方法一：360度彻底转变 方法二：渐进式转变 方法三：重复安慰 方法四：奖励策略 方法五：逐步抽离 迈向一夜安睡的目标 如何应对干扰婴儿睡眠的因素 排解疑难，促进一夜安睡 4.幼童睡眠调整 认识幼童的睡眠要求 如何培养幼童的良好睡眠习惯 以奖励辅助调整 排解幼童常见的睡眠问题 5.针对特殊宝宝的睡眠训练 单亲家庭里的宝宝 双/多胞胎宝宝 有特殊需要的宝宝 6.总结：安枕无忧 婴孩睡眠的基本事实 睡眠训练，适得其法

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>