第一图书网, tushu007.com

<<宝宝营养黄金方案>>

图书基本信息

书名：<<宝宝营养黄金方案>>

13位ISBN编号：9787502353780

10位ISBN编号：750235378X

出版时间：2006-8

出版时间：科学技术文献出版社发行部

作者：张毅

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

第一图书网, tushu007.com

内容概要

本书从婴儿出生到五、六岁科学喂养方法做了系统的论述，并配有科学饮食的创新饭菜及调味芡汁配方。

<<宝宝营养黄金方案>>

书籍目录

宝宝的营荠知识／1始宝宝营养均衡原则／3始宝宝主营养与辅助营养／14宝宝不同时期的营荠／21新生儿期(胎儿出生后28天内)／23一、宝宝的发育特点／23二、宝宝的营养需求／31三、黄金喂养方案／39四、食谱举例／41五、针对易发病的饮食调理／44六、喂养中要注意的事／47婴儿期(年龄在1岁内的小儿)／52一、宝宝的发育特点／52二、宝宝的营养需求／61三、黄金喂养方案／65四、食谱举例／71五、针对易发病的饮食调理／146六、喂养中要注意的事／147幼儿期(1～3岁)／159一、宝宝的发育特点／159二、宝宝的营养需求／161三、黄金喂养方案／162四、食谱举例／163五、针对易发病的饮食调理／179六、喂养中要注意的事／181学龄前期(4～8岁)／183一、宝宝的发育特点／183二、宝宝的营养需求／190三、黄金喂养方案／193四、食谱举例／196五、针对易发病的饮食调理／204六、喂养中要注意的事／216特殊宝宝的喂养／222一、早产儿／222二、矮小儿／223三、肥胖儿／223四、厌食儿／226五、贪食儿／227六、贫血儿／228七、佝偻病／231八、食谱举例／236常见食品营荠元素含量表／239

章节摘录

书摘3.脑发育特点　脑不仅是人身体的指挥部，而且也是人智慧的所在。
脑的发育是否正常，直接关系到小儿的智力。
那脑是怎样发育的呢？ 小儿刚出生时，脑的重量仅有350～400克，大约是成人脑重的25%。
此时，虽说在外形上已具备了成人脑的形状，也具备了成人脑的基本结构，但在功能上还远远差于成人。
所以，小儿刚生下来时，不会说话、不会自动活动，这些能力需要在日后脑发育的基础上才能逐渐具备。
到了1岁时，脑的重量达到出生时的两倍，达到成人脑重的50%，2岁时为成人脑重的75%。
从脑重量增长的速度可以看出，显然在最初的1～2年内脑发育是最快的，所以，也可以这么说，小儿出生后头1～2年是脑发育的关键期。
所谓关键期，也就是说在这段时间内小儿最容易学习某种知识和经验，错过这个时期就不能获得或达到最好的水平。
相反，在这段关键期内，大脑也最容易受到损伤，但代偿恢复能力也最强，如果损伤不能得到及时的修复，往往会造成不可逆的后果，影响至终身。
“狼孩”的故事大家可能都听说过，他就说明了关键期对儿童大脑发育的重要性，狼孩在大脑发育的关键期里，就脱离了人类社会环境，处在狼的生活环境中，学习了狼的生活习惯和狼的言语，因而就不能发展起人的智力，即使长大后被人发现带回人类社会环境中，因为过了关键期也就很难达到正常人的智力水平了。
　脑的发育会受到许多因素的影响，如遗传、环境、教育、营养与疾病等，家长要避免一些不利因素对儿童大脑发育的影响。
在优生的基础上，为孩子创造良好的生活环境，给与丰富的环境刺激、良好的教育、充足的营养，大脑就会健康的发育起来。
　P27

编辑推荐

怎样才能养育出一个可爱的宝宝？
年轻的父母们一定正在发愁。
本书结合参阅国际上著名营养学家、育婴专家、蛋白质科研组等文献论点，从婴儿出生到五、六岁科学喂养方法作了系统的论述，许多观念的论点既科学又新颖，并配有科学饮食的创新饭菜及调味芡汁配方，是一本科学、全面、实用的育儿指南。

第一图书网, tushu007.com

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