

图书基本信息

书名：<<崔玉涛图解家庭育儿5 小儿营养与辅食添加>>

13位ISBN编号：9787506060363

10位ISBN编号：7506060361

出版时间：2012-1

出版时间：东方出版社

作者：崔玉涛

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>

内容概要

《崔玉涛图解家庭育儿5:小儿营养与辅食添加》编辑推荐：崔大夫的辅食添加理念却有与传统不同之处，比如第一种辅食从米粉开始，在一岁后加食盐，这些都是最前沿的儿科权威知识。这本《崔玉涛图解家庭育儿5:小儿营养与辅食添加》以生长发育和营养健康为导向，通过记录比照儿童的生长曲线，个性化调整孩子的膳食比例和搭配。孩子饮食方面的其他常见问题也都有应对之法。泣血推荐给爸爸妈妈爷爷奶奶姥姥姥爷。

作者简介

崔玉涛，北京和睦家医院儿科主任。
从医25年，是中国第一批从事新生儿急救的儿科权威。
每天坚持发微博普及育儿知识。
是中国粉丝最多的儿科医生。
雅安地震亲赴灾区参与医疗救护工作。

书籍目录

小儿辅食添加基本原则 婴儿的主食与辅食 孩子多大开始添加辅食比较好？

首次添加辅食的最佳选择：婴儿营养米粉 小儿辅食添加的原则：少量、简单 喂养顺序：先喂辅食后喂奶，一次吃饱 吃多了不限制，吃少了不强制 家长对孩子口味的引导 家长要开始训练孩子的咀嚼动作 辅食要粗细搭配，循序添加 给孩子食用时要注意的食物种类 构筑孩子合理的饮食结构 如何判断辅食添加的效果 从小培养良好的饮食习惯 合理烹调，留住营养 从婴儿期开始预防肥胖 家长容易进入的辅食添加误区 把鸡蛋黄作为孩子的第一种辅食 辅食仅给孩子吃鸡蛋 让孩子过早接触成人食物 给孩子吃很多零食以弥补吃饭不好 让孩子多吃蔬菜少吃米粉 把别人家孩子的进食量当做自己孩子的进食标准 过分迷信微量元素检测 添加营养品代替正常食物 给1岁以内小婴儿的食物加盐 给孩子喝煮水果水或煮菜水 用奶、米汤、稀米粥等冲调米粉 用奶瓶给孩子喂养辅食 小儿辅食添加过程中经常出现的问题 添加辅食后孩子出现“厌奶”的迹象 孩子大便中有较多原始食物 添加辅食后孩子出现腹泻 添加辅食后孩子出现便秘 添加辅食后孩子出现过敏 辅食添加不合适导致皮肤发黄 孩子添加辅食后体重增长缓慢 孩子出现偏食应该如何纠正？

如何预防孩子偏食、挑食？

崔大夫门诊问答 孩子生病后不爱吃饭怎么办？

孩子每天、每餐应该吃多少辅食？

宝宝这么小，怎么会有口臭呢？

开始添加辅食后要不要给孩子补钙？

孩子每天晒太阳，还要补充维生素D吗？

婴儿是否需要补水？

怎样给孩子添加水果、蔬菜比较好？

多少摄氏度的食物适合孩子吃？

如何喂养生长发育较快的婴儿？

什么时候断母乳比较好？

孩子见饭就躲怎么办？

孩子出牙期应该如何处理食物？

孩子不懂“饿”怎么办？

给孩子补充葡萄糖酸锌制剂好吗？

DHA摄入越多，孩子越聪明吗？

孩子吞食了异物怎么办？

多大的婴儿才可以吃酸奶？

章节摘录

版权页：插图：家长要开始训练孩子的咀嚼动作 咀嚼虽然是人的本性之一，但也不是先天固有的，需要有一定的前提条件——磨牙的存在和有效咀嚼动作。

孩子出生后6个月起开始萌出的前面门牙，可以啃食物，但是不可能达到磨碎食物的作用，因此不能参与咀嚼。

对于磨牙还没有萌出的婴儿，家长应该有意地先训练孩子的咀嚼动作。

当孩子进食米粉等泥糊状食品时，家长嘴里也应同时咀嚼口香糖之类的食物，并同时进行夸张的咀嚼动作。

通过这样的表演式的行为诱导，孩子就会逐渐意识到进食非液体食物时应该先进行咀嚼，才能吞咽。

多次进行咀嚼式表演的诱导，孩子就会学会吞咽前的咀嚼动作。

即使孩子学会了咀嚼，在磨牙萌出之前，还是不能给婴儿提供含有小块状的食物。

因为无效或效果极微的咀嚼动作不能达到食物有效的研磨，这样的食物直接吞进胃肠，会造成食物消化和吸收不够完全，既增加了食物残渣量，也就是粪便量，同时也减少了营养素的吸收，长时间还可造成生长缓慢。

孩子喜欢进食大人食物可能与大人食物味道丰富有关。

加上有些孩子吞咽功能又强，就会出现囫圇吞枣式的进食方式。

这样非常不利于食物内营养素的吸收，会造成排便量增多，生长反而减缓，达不到预期的效果。

磨牙萌出，加上有效的咀嚼动作就可开始真正咀嚼块状食物了。

这是个循序渐进的过程，家长不要操之过急。

媒体关注与评论

白百何（演员）同意崔大夫的观点！

药物不是治愈宝宝的唯一办法，这本书可以引导很多新妈妈护理新生儿的各种急症。

有书，有漫画，总之我觉得80后的妈妈会特别喜欢。

——白百何（演员）李小璐（演员）谢谢崔玉涛医生对宝宝的照顾，让我了解关于宝宝的知识，我相信我可以照顾好我的宝宝。

这套书赶快购置起来！

之前甜心儿肠绞痛时看了帮助特别大。

——李小璐（演员）李小萌（央视主持人）这一套书确实有很大的价值，第一它可以给你直接的技术方面的指导，第二他会给你心灵上的安慰和支持。

和长辈育儿观念发生冲突的时候，你把这套书拿出来，长辈很容易信服。

——李小萌（央视主持人）马伊琍（演员）

编辑推荐

《崔玉涛图解家庭育儿5:小儿营养与辅食添加》编辑推荐：崔大夫的辅食添加理念却有与传统不同之处，比如第一种辅食从米粉开始，在一岁后加食盐，这些都是最前沿的儿科权威知识。这本《崔玉涛图解家庭育儿5:小儿营养与辅食添加》以生长发育和营养健康为导向，通过记录比照儿童的生长曲线，个性化调整孩子的膳食比例和搭配。孩子饮食方面的其他常见问题也都有应对之法。泣血推荐给爸爸妈妈爷爷奶奶姥姥姥爷。

名人推荐

同意崔大夫的观点！

药物不是治愈宝宝的唯一办法，这本书可以引导很多新妈妈护理新生儿的各种急症。

有书，有漫画，总之我觉得80后的妈妈会特别喜欢。

——白百何（演员）谢谢崔玉涛医生对宝宝的照顾，让我了解关于宝宝的知识，我相信我可以照顾好我的宝宝。

这套书赶快购置起来！

之前甜心儿肠绞痛时看了帮助特别大。

——李小璐（演员）这一套书确实有很大的价值，第一它可以给你直接的技术方面的指导，第二他会给你心灵上的安慰和支持。

和长辈育儿观念发生冲突的时候，你把这套书拿出来，长辈很容易信服。

——李小萌（央视主持人）崔玉涛大夫提醒多喝水才能退烧，还有高烧孩子不可捂，越捂烧越高！

观察一下发烧的人不出汗，快退烧时自身才会排汗，所以就算高烧时强行用被子捂出一身汗，可不久还会再烧，所以要科学退烧。

还有个有趣现象，爱马有两次发烧一到医院就吓得大哭满头是汗，一会就退烧了。

谢谢崔大夫科学的解释。

——马伊琍（演员）

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>