

<<快乐宝宝第一年>>

图书基本信息

书名：<<快乐宝宝第一年>>

13位ISBN编号：9787506489997

10位ISBN编号：7506489996

出版时间：2013-1

出版时间：中国纺织出版社

作者：吉娜·福特

译者：李韬,向娟

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>

<<快乐宝宝第一年>>

内容概要

《快乐宝宝第一年》将告诉你每个月里，小宝宝会发生哪些变化，喝奶和睡觉要注意哪些事项，怎样通过游戏让宝宝获得足够的爱，得到适当的发育的刺激……只要你遵照《快乐宝宝第一年》所提供的作息规范，再加上这本书的一系列建议，你就可以陪伴心爱的宝宝，度过最开心、最完美的第一年！

<<快乐宝宝第一年>>

作者简介

<<快乐宝宝第一年>>

书籍目录

亲爱的宝宝，欢迎来到人间1 你永远的宝贝3 出生后24小时5 关于抱孩子9 给宝宝换尿布13 宝宝的哭泣17 第1个月23 第一个月的哺乳25 宝宝的睡眠36 睡眠与洗澡的时间安排43 宝宝的生长发育49 第2个月59 建立日常作息的规则61 给宝宝喂奶62 宝宝的睡眠64 宝宝休息和洗澡的规范65 宝宝的免疫66 宝宝的生长发育67 第3个月77 给宝宝喂奶79 宝宝的睡眠80 睡觉和洗澡的时间规范81 免疫接种81 宝宝的生长发育82 第4个月91 让宝宝习惯他人护理94 给宝宝喂奶94 宝宝的睡眠96 睡觉和洗澡时间安排97 免疫接种98 宝宝的生长发育98 第5个月107 对宝宝的护理109 给宝宝喂奶112 宝宝的睡眠114 睡眠与洗澡时间安排115 宝宝的生长发育115 牙齿与出牙期119 第6个月125 宝宝的进餐127 宝宝的睡眠135 睡眠与洗澡时间安排137 生长发育137 第7个月145 宝宝的进餐147 宝宝的睡眠149 关于长牙150 生长发育151 家中的安全事项156 第8个月161 宝宝感冒怎么办163 宝宝的进餐163 宝宝的睡眠166 睡眠和洗澡时间安排167 生长发育167 第9个月175 独一无二的宝宝177 宝宝的进餐180 宝宝的睡眠181 休息和洗澡时间安排181 生长发育182 第10个月189 兄弟姐妹和年龄差191 宝宝的进餐192 宝宝的睡眠193 睡眠和洗澡时间安排195 生长发育195 第11个月203 大家庭205 宝宝的进餐205 宝宝的睡眠207 睡眠与洗澡时间安排207 生长发育208 第12个月213 宝宝的进餐215 宝宝的睡眠216 生长发育216

<<快乐宝宝第一年>>

章节摘录

版权页：插图：开始规范作息 有一些新生儿非常喜欢睡觉，如果你的宝宝也属于这种类型的话，那么我建议，每隔3个小时就把他叫醒喂一次奶，每次喂5分钟。

逐渐地增加喂奶的时间，直到你开始分泌乳汁为止。

一般而言，在宝宝出生以后3~5天你就会开始分泌乳汁，而那个时候，宝宝每次吃奶的时间也延长到了15~20分钟。

你的目标是让宝宝能够适应每隔3个小时吃一次奶的进餐规律（这3个小时是从一次喂奶开始到另一次喂奶开始的时间）。

到了这个时候，很多宝宝从一侧乳房就能够吃饱，并且能够很愉快地坚持3个小时，直到下一次喂奶。

在孩子出生的早期，并不是所有宝宝都需要用两侧乳房来喂奶。

如果宝宝吃光了一侧乳房中的乳汁，你先给他拍拍背，换一下尿布，然后用另一侧乳房给他喂奶。

如果他还需要再吃一些，他自己就会吃。

如果他已经吃饱了，那么下一次给他喂奶时再用另外一侧乳房。

如果你发现，还没有到3个小时，宝宝已经开始饥饿了，说明还是需要给他喂奶。

如果宝宝每次吃奶的时间远远超出了建议的时间，并且过1个小时左右又饿了，那么你应该咨询儿科医师，听取他的建议。

母乳喂养小窍门 当你开始有乳汁分泌的时候，你会发现让宝宝衔住发胀的乳头非常困难。

如果出现这种情况，在喂奶之前，你可以先挤出一点乳汁，这样会对哺乳有所帮助。

在挤奶的时候，你可以拿一块用温水沾湿的法兰绒轻轻地挤压乳房。

在给宝宝喂奶的时候，有一点非常重要，那就是只有当他把一侧乳房当中的乳汁吃光的时候，才可以用另外一侧的乳房来给他喂奶。

如果太快地更换乳房给他喂奶，宝宝就会吃进去太多的前奶，我认为这也是造成很多宝宝肠绞痛的一个原因。

营养较为丰富的后奶是跟在前奶后面的，一个昏昏欲睡的宝宝，大概需要25分钟才能够吃到这种乳汁。

快乐宝宝第一年 在宝宝刚出生的时候，每隔3个小时给他喂一次奶，可以让你的乳头适应他的吮吸，也能够刺激乳汁分泌。

这也能够缓解乳汁过多造成的乳房胀痛。

如果你打算让宝宝遵循一种作息规范，那么在他刚出生的日子里，你可以挤出一些过多的乳汁，这样能够刺激你的乳腺更好地分泌乳汁。

如果你打算在早上6点到午夜之间每隔3个小时给宝宝喂一次奶，你将为建立一个良好的进餐习惯开一个好头。

如果你这样做，即便是非常小的宝宝也能够两餐之间坚持得更久一些。

遵循建议，可以确保减少宝宝晚上吃奶的次数而不是白天。

这样也可以避免整夜喂奶。

想要了解更多关于母乳喂养和奶瓶喂养的知识，请参照本书第30页。

<<快乐宝宝第一年>>

编辑推荐

《快乐宝宝第一年》编辑推荐：要照顾好一个1岁以内的宝宝，其繁杂程度可能会让人望而生畏，《快乐宝宝第一年》会给你切实有效的指导，具体包括如何安顿宝宝睡觉，如何给他喂奶，如何安慰他，如何和他互动等内容，鼓励并引领你顺利走过这非同寻常的一年。

<<快乐宝宝第一年>>

名人推荐

非常感谢你，亲爱的吉娜·福特。

你和你的书对于我们的帮助犹如天赐一般。

——卡罗尔·霍尔 如果没有你的书，我的小天使刚刚降临的时候，我可能会手足无措。

是你的建议让我拥有了一个如此美妙的宝宝。

我也期待着他给我带来新的挑战，因为我已经知道我将遇到的所有问题的答案了。

——茱莉亚·肯特 对于你的书，我无尽感激！

自从我的宝宝满10个星期以来，你的书就是我的救星，也是我的良师益友。

我一直遵照书中的内容来安排宝贝儿子的日常作息。

现在，宝宝已经将229个月大，无论谁见到他都会说：“他真是个可爱至极的宝宝！”

——简·布鲁克 自黛西第一天从医院回来，我们就遵循着吉娜·福特的作息规范，从未走过冤枉路。

直到现在，每一个见了黛西的人，都会评价她是“幸福安逸的宝宝，简直不可思议！”

”吉娜，谢谢你，谢谢你的书。

它给我们带来了快乐与信心。

——布朗夫妇 吉娜把我们的儿子变成了一个最快乐、最省心的宝贝，这正是我们梦寐以求的。

她广泛的知识面和执着的专业精神真是令人惊讶！

对于每一个即将出现的问题，她都有她的答案，而且这些答案在以后的日子里，确确实实地发挥了作用。

——麦吉·肖特 我的女儿很快乐而且安分。

朋友们都告诉我，作为一个宝宝，像这样是不“正常”的。

但是，若以“吉娜宝贝”的标准来衡量，我女儿是再正常不过了。

——露西·伍德 我们觉得，无论给予吉娜·福特多么崇高的赞扬都不足为过，我向所有满怀期待的父母推荐她。

她的价值难以衡量，我有太多的感谢要对她说，感谢她让我们正确理解了宝宝的需要，使我们成为了自信的父母；同时也感谢她让我们儿子的人生有了一个完美的开端。

——伊利莎白·怀特

<<快乐宝宝第一年>>

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>