

<<轻松养育0-3岁宝宝>>

图书基本信息

书名：<<轻松养育0-3岁宝宝>>

13位ISBN编号：9787510418938

10位ISBN编号：7510418933

出版时间：2011-7

出版时间：新世界出版社

作者：李国英

页数：224

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>

## <<轻松养育0-3岁宝宝>>

### 前言

把自己的孩子养育得健康强壮并且调教得彬彬有礼，这不仅是每个爸爸妈妈为之努力的目标，更是孩子身边所有亲人们最大的心愿。

对于每位爸爸妈妈以及准爸爸准妈妈们来说，现在的育儿信息来源真是太广泛了：热心的邻居所提供的妙方、亲友们的育儿经，还有来自网络、报刊杂志以及电视等媒体的相关报道，甚至奶粉公司或婴儿用品厂商也不遗余力地印制了精美的育儿手册提供给他们潜在的消费群，媒体上更是有许多有资深经验的名人专家现身说法，或者教您怎样带孩子，或者介绍哪些商品对宝宝最好。

面对这些林林总总的信息，哪些是可信的，哪些又是巧妙包装的广告呢？

相信不论是老资格的婆婆、妈妈，还是有专业执照的保姆等从业人员，甚至在婴儿房、小儿科服务的医护人员，都不见得能回答得一清二楚。

当今社会，商品的层出不穷让不论是正在带孩子的爸爸妈妈，还是与育儿领域相关的专业人员都会遇到类似的问题：如何在各种可能被广告包装的商品信息中判别出真相？

这时，掌握正确的育儿知识不仅是帮您做出正确判断，还是您妥善照顾好宝宝的前提。

独生子女多娇宠、宝宝发育快可以早点断奶、宝宝穿旧衣服比较好养活、趁早学习才不会输在起跑线上……这些说法都是对的吗？

有些疑问是随着新兴产品广告而来，有些误解则是老一辈人的传承，令人摸不着头绪。

从日常生活照顾到儿女管教，您很容易在媒体、书店、商家找到五花八门的建议，这些建议的提出者都希望自己的建议被采纳，而这些隐藏在信息背后的商业动机，您发现了吗？

身为宝宝最亲密的成长伙伴，面对热心的邻居、亲友的好意指点，以及充斥着商业目的的各式育儿信息，您究竟该相信谁呢？

不论您已为人父母或正准备怀孕，拥有分辨真伪育儿信息的能力，能让您和您的孩子获益无穷。

本书作者拥有扎实的专业知识，长期以来对育儿相关信息十分关注，还曾担任知名保健杂志、医药网站育儿频道主编。

本书是结合年轻妈妈以及婚后预备生宝宝的网络族群最常讨论的问题，从日常生活、饮食、学习教养、疾病照顾以及民间传说等各方面，为读者整理出的最专业、最通俗的育儿书，并且没有接受任何一家婴儿食品、用品商的赞助。

不论您是亲自照顾宝宝，还是只有假日才与宝宝相聚的父母亲，我们将站在最客观的角度，帮助您撇清流言蜚语，轻松成为自信且观念正确的家长。

## <<轻松养育0-3岁宝宝>>

### 内容概要

宝宝看电视容易突笨？  
宝宝发育快可以早点断奶？  
语言学习得越早学得越快？  
趁早学习才不会输在起跑线上？

这些说法都是对的吗？

面对热心的邻居和亲友们诸多的育儿建议，以及充斥着商业目的的各式育儿广告和信息，身为父母的您究竟该相信谁？

《轻松养育0-3岁宝宝》作者李国英曾担任台湾知名保健杂志、医药网站育儿频道主编，在这本书里，作者将带着您对这些流传甚广的育儿信息加以分析，让您轻松认清各种育儿谜团。

宝宝是唯一的，可各方面的育儿建议却是一大箩筐也装不完。  
作为新手爸妈的您，是否因此为心爱宝宝的成长不知何去何从？  
没关系，有了这本《轻松养育0-3岁宝宝》，这些问题都将迎刃而解。

<<轻松养育0-3岁宝宝>>

作者简介

李国英(台湾)

曾服务于台湾医学中心及专科医院，担任护理工作；还曾在亚洲医药网健康生活家网站任职，担任《家有宝贝》育儿频道、《专属女人》女性频道。

以及《健康医报》主编。

作者作品主要有《滥用抗生素，有病没药医》及《小护士阿曼卫教专区》卫生宣传活动、网站内容和各式手册等的文字宣传品，以及九年一贯健康与体育科《正确使用药物》辅助教市才的编撰。

目前致力于保健相关资讯的撰稿工作，著有《家有小宝贝》一书，文章散见于网络及杂志。

## <<轻松养育0-3岁宝宝>>

### 书籍目录

#### 日常照顾篇

1. 宝宝不乖乖吃饭时应该要求他，并使他养成好习惯吗？
2. 为了营养均衡，宝宝不爱吃的东西也应强迫他吃吗？
3. 葡萄酒或啤酒有助于哺乳吗？
4. 喂母乳的妈妈不可以喝含咖啡因的饮料吗？
5. 痱子粉可以预防痱子吗？
6. 宝宝应该使用宝宝专用的乳液吗？
7. 宝宝比较喜欢柔和的色彩吗？
8. 宝宝穿旧衣服比较好带吗？
9. 布尿布比纸尿布好吗？
10. 宝宝的房间最好保持恒温吗？
11. 夏天蚊子多，如何使用电蚊香、蚊香最安全？
12. 吸收力强的纸尿布可以防止尿布疹吗？

#### 饮食篇

13. 喂母乳的妈妈怎么吃药才安全？
14. 宝宝可以吃人参吗？
15. 四个月大就可以开始吃辅食吗？
16. 吃母乳的宝宝讲话咬字比较清楚吗？
17. 帮宝宝准备辅食时，该注意哪些事情？
18. 太咸或太甜的食品容易让宝宝生病吗？
19. 宝宝不能吃咖喱吗？
20. 进口的蜂蜜对宝宝比较安全吗？
21. 让宝宝喝太多运动饮料，会增加宝宝肾脏的负担吗？
22. 葡萄糖水比白开水更适合宝宝吗？

<<轻松养育0-3岁宝宝>>

- 23.宝宝不应该吃“零食”吗？
  - 24.宝宝可以喝牛奶吗？
  - 25.添加了抗体的配方奶粉是否也比不上母乳？
  - 26.该不该担心宝宝食欲变差呢？
  - 27.吃母乳的宝宝比较瘦吗？
  - 28.宝宝要避免吃生冷的食物吗？
  - 29.喝牛奶的宝宝比较牛脾气吗？
  - 30.宝宝应该额外补充维生素吗？
  - 31.小时候重口味的食品吃多了，长大是不是也爱重口味？
  - 32.只要是通过食品检验的婴儿食品就可以放心食用吗？
  - 33.为了避免产生过敏，是否越晚喂辅食越好？
  - 34.果汁类的辅食不会导致过敏，可以早点儿喂宝宝吃吗？
  - 35.宝宝需要吃鱼肝油来补充营养吗？
  - 36.奶瓶一定要消毒后才能使用吗？
  - 37.用离子水取代白开水喂宝宝比较好吗？
  - 38.胆固醇对大人不好，所以宝宝也要小心吗？
  - 39.羊奶比牛奶更适合宝宝吗？
  - 40.“纯中药”的配方就没有副作用吗？
- 学习、教养篇
- 41.使用学步车时该注意些什么？
  - 42.宝宝额外打针补充钙质发育会比较好吗？
  - 43.宝宝看电视容易变笨吗？
  - 44.让宝宝健康看电视的小秘诀
  - 45.多上才艺班，才能让宝宝不输在起跑线上吗？

<<轻松养育0-3岁宝宝>>

- 46. 语言学习得越早学得越快吗？
- 47. 宝宝乱摔东西的习惯要及早矫正吗？
- 48. 一岁以前可以尽情地宠宝宝吗？
- 49. 大小便训练早一点开始就可以早一点学会吗？
- 50. 宝宝的坏脾气要及早调教吗？
- 51. 太早学写字手会变形吗？
- 52. 太早学站的宝宝容易扁平足吗？
- 53. 宝宝的O型腿是天生的吗？

疾病篇

- 54. 过敏会不会遗传？
- 55. 自然发麻疹比打预防针好吗？
- 56. 发烧时盖被“捂汗”能帮助宝宝退烧吗？
- 57. 宝宝发烧时用酒精帮他擦澡可以帮助退烧吗？
- 58. 宝宝肚子痛时可以给他吃止痛药吗？
- 59. 宝宝发烧时马上给他吃退烧药，反而会延误病情吗？
- 60. 喂宝宝吃药时可以将药掺在食物里给他吃吗？
- 61. 宝宝抽筋时没有咬着东西就会咬自己的舌头吗？
- 62. 食物直接从粪便排出表示消化不良吗？
- 63. 烫伤时立即冰敷好得比较快吗？
- 64. 尿布疹是因为照顾不周而造成的吗？
- 65. 中耳炎是因为耳朵进水造成的吗？
- 66. 宝宝常发烧是因为胎火旺吗？
- 67. 宝宝不小心吃错了东西，首先应该催吐吗？
- 68. 免疫力越强越好吗？

<<轻松养育0-3岁宝宝>>

- 69.脸红红的表示宝宝火气大吗？
- 70.宝宝拉肚子时应把牛奶泡浓一点吗？
- 71.宝宝拉肚子时应暂时不吃东西吗？
- 72.宝宝生病呕吐时该怎么处理？
- 73.小宝宝吐奶是正常现象吗？
- 74.发烧所导致的抽筋会影响宝宝的智力发展吗？
- 75.乳牙蛀了没关系，换牙时再注意口腔卫生也不晚？
- 76.在什么情况下，就算宝宝不喜欢，也要强迫他吃药？
- 77.在什么情况下，宝宝的症状只要有改善就可以停药？
- 78.该强迫生病的宝宝多休息吗？
- 79.宝宝的嘴巴破了该怎么办？
- 80.宝宝皮肤有毛病，该怎么办才好？

传言篇

- 81.肥胖会遗传吗？
- 82.宝宝哭时不要马上抱，以免宠坏他吗？
- 83.与爸妈同睡的宝宝依赖性较强吗？
- 84.宝宝专用的肥皂或洗发精都是特殊配方吗？
- 85.哺喂母乳容易造成妈妈骨质疏松症吗？
- 86.被爷爷奶奶带大的孩子比较没有责任感吗？
- 87.脑袋瓜的大小与智商有关吗？
- 88.喂母乳的妈妈不容易怀孕吗？
- 89.男孩不好带吗？
- 90.小时候胖不是真正的胖吗？
- 91.让宝宝吃手指胜过吸奶嘴吗？



<<轻松养育0-3岁宝宝>>

- 92. 趴睡的宝宝脸型比较漂亮吗？
- 93. 宝宝不宜与动物太亲近吗？
- 94. 剖腹产的宝宝头型比较漂亮吗？
- 95. 新生儿宝宝刚回到家里体重会减轻吗？
- 96. 剃胎毛是绝对必要的吗？
- 97. 爱玩弄私处的宝宝只是想引起大人注意吗？
- 98. 宝宝的小鸡鸡站起来是正常现象吗？
- 99. 宝宝口吃是发育的问题吗？
- 100. 独生子女比较娇纵吗？

## <<轻松养育0-3岁宝宝>>

### 章节摘录

版权页：插图：蜂蜜里含有许多微量的营养素，在中国人的传统观念里，蜂蜜不但可以通便，也是滋补又美味的营养品。

可是，许多研究指出，不论是国产的还是进口蜂蜜，普遍都有霉菌、肉毒杆菌等污染的问题。这些细菌对肠胃发育成熟且免疫力较强的大人来说，或许不会造成危害，但对不满周岁的宝宝来说，肉毒杆菌所分泌的毒素足以让宝宝有生命危险。

因此，有些医学专家建议爸爸妈妈等宝宝两岁以后再让他吃蜂蜜。

所以，如果您想让宝宝尝尝蜂蜜的滋味，等他大一点再说吧！

善用微波炉在为宝宝做食物时，您可以将不易煮熟的豆类或蔬菜用微波炉加热烹调，不但能节省许多时间，更可以保存住较多的维生素，防止营养在烹调过程中流失。

让宝宝喝太多运动饮料，会增加宝宝肾脏的负担吗？

这句话一点都没错，顾名思义，运动饮料是运动时喝的饮料，它不但能补充因大量出汗而流失的矿物质，里面所含的葡萄糖也能适度地为人体补充能量。

不过对宝宝来说，运动饮料中大量的钠、钾、氯等矿物质可能会对宝宝的肾脏造成负担，而运动饮料的香甜口感也可能让宝宝不爱吃正餐或喝白开水，长期下来恐怕会导致宝宝蛀牙和营养不均衡。

白开水对宝宝而言是最佳饮品。

首先，它不含糖，既不会使宝宝蛀牙，也不会让宝宝偏食或虚胖；其次，它不含其他成分，既不会影响宝宝的饮食，也不会对宝宝的内脏造成负担；再次，它纯净的特质可以带走宝宝体内的脏东西，让宝宝的新陈代谢保持顺畅。

所以，不要轻易让宝宝用其他饮料代替白开水哦！

不论是运动饮料，还是果汁、汽水，没有一种饮料的好处能比得过白开水。

运动饮料也能立大功虽然运动饮料平时不如白开水对宝宝好，但宝宝腹泻时，运动饮料也可以立上一大功。

拉肚子可是宝宝很常见的问题，除了看医生、按时吃药外，也可以将运动饮料以一比一，甚至更稀释的比例与开水混合喂宝宝，这样能帮助宝宝补充因为拉肚子而大量流失的电解质和热量。

不过，只有在宝宝拉肚子或呕吐严重而影响进食的情况下，才可以暂时以运动饮料代替白开水哦！

还有，在您计划用稀释的运动饮料为正在拉肚子的宝宝补充能量前，请您先与宝宝的医师讨论稀释的比例与用量，让能量的补充可以依照宝宝的自身情况量身订做，这才是对宝宝最好、最安全的方式。

<<轻松养育0-3岁宝宝>>

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>