

<<幸福妈妈育儿百科>>

图书基本信息

书名：<<幸福妈妈育儿百科>>

13位ISBN编号：9787510428784

10位ISBN编号：7510428785

出版时间：2012-8

出版时间：新世界出版社

作者：刘京文

页数：320

字数：550000

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>

## <<幸福妈妈育儿百科>>

### 内容概要

《幸福妈妈育儿百科》对3岁以下宝宝养育过程中所涉及的各种问题进行了详细而科学的讲解，如营养怎么补、早教如何做、护理怎样才到位、潜能如何更好地开发、怎样培养宝宝的独立能力等问题。

这本包罗万象的育儿百科全书，全方位地关注着宝宝的成长细节，旨在让每一位爱孩子的父母都能够给予孩子最适合的养育与关爱。

## 作者简介

刘京文

北京协和医院儿科主治医师 教授

1997年研究生毕业于河北医科大学。

曾分别在法国巴黎儿童医院和日本东京儿童医院留学。

2001于日本东京儿童医院获博士学位。

从事儿科临床工作及教学至今，临床经验丰富，目前为北京协和医院儿科疑难杂症科学攻关带头人。

《中华儿科杂志》《临床儿科杂志》《国际儿科学杂志》等杂志编委。

<<幸福妈妈育儿百科>>

书籍目录

Part1 新生儿篇 (0~1个月)

1个月：宝宝降临幸福家

1宝宝成长日记

何谓新生儿

新生儿的发育指标

宝宝发育周周看

本月宝宝的发育特点

2本月宝宝关注点

黄疸

面部表情很怪

蜕皮

口腔加厚

头发稀少、脱发

宝宝有“马牙”

窒息

乳房肿胀

假月经

新生儿包茎

尿液呈红色

产瘤

大便呈绿色

呼吸急促

四肢抽动、下巴抖动

屈曲着四肢

体重下降

脱水热

不排大便

皮肤青紫

3营养需求，就看这里

宝宝需要的营养素

4新生儿特有的动作反射

觅食反射

吸吮反射

抓握反射

惊吓反射

吞咽反射

踏步反射

巴宾斯基反射

牵引反射

莫洛反射

5喂养壮宝宝，妈妈有妙招

母乳喂养

人工喂养

混合喂养

奶粉的选择

## <<幸福妈妈育儿百科>>

### 6宝宝日常护理小百科

宝宝平安过四季

脐带护理关键词

你会抱宝宝吗

给宝宝洗澡有讲究

宝宝保暖很重要

呵护宝宝小五官

清洗肛门要注意

宝宝能竖着抱吗

穿衣戴帽的学问

不要给宝宝带小手套

新生儿的睡眠特点

可以把母乳和配方奶混合起来吗

你会哄宝宝睡觉吗

妈妈的情绪对宝宝的影响

注意清洗宝宝的食具、寝具

母乳喂养要注意卫生

室内环境的营造

防止宝宝受到意外伤害

宝宝体检注意事项

挑选合适的尿布和纸尿裤

给宝宝挑选合适的婴儿床

宝宝衣物的选择技巧

宝宝用药要谨慎

宝宝可以练习俯卧抬头吗

给宝宝做抚触好处多

7早产儿，需要您更多的爱

何谓早产儿

宝宝早产，喂养有别

早产宝宝的护理方法

8开发宝宝智能，就看这里

小宝宝游泳好处多

用鲜艳色彩锻炼宝宝视觉能力

尊重小宝宝的个性

回声引导发声

宝宝具有哪些模仿能力

9常见问题和应对策略

小宝宝需要剃掉胎发吗

如何预防小宝宝红臀

小宝宝为什么容易呕吐

小宝宝突脐要紧吗

找出宝宝哭闹的原因

宝宝特别嗜睡是怎么回事

宝宝长得不好看

宝宝脸上起“痘痘”怎么办

乳头混淆是怎么回事

宝宝不好好吃奶怎么办

<<幸福妈妈育儿百科>>

宝宝睡觉时发出“吱吱”声的原因

让宝宝停止打嗝的4大方法

宝宝不停打喷嚏是什么原因

宝宝总是鼻塞怎么办

胎脂需要清除吗

宝宝可以包“蜡烛包”吗

宝宝易吐奶，应对招数很简单

宝宝大便黑绿色是怎么回事

宝宝喉咙有痰鸣不一定是生病

10新生儿免疫

接种卡介苗

接种乙肝疫苗

11本月爱心提示

带宝宝晒太阳

密切关注宝宝凶门

给宝宝补充水分

关注宝宝关节脱臼

让宝宝感受爸爸妈妈的爱

Part2 婴儿篇（1~12个月）

2个月：微笑宝宝更迷人

1宝宝成长日记

宝宝的发育指标

本月宝宝学到的新本领

2营养需求，就看这里

本月营养指标

需要重点补充的营养

3喂养壮宝宝，妈妈有妙招

母乳喂养

人工喂养

混合喂养

4宝宝日常护理小百科

宝宝平安过四季

“口水”宝宝的护理方法

宝宝适合什么样的睡眠环境

宝宝的排便，反应健康状况

解密宝宝的哭声

户外活动注意什么

5开发宝宝智能，就看这里

开发智能，男女有别

巧听声音练听力

多让宝宝看气球

抓玩具，激活宝宝的小手

亲子互动别忘呼唤宝宝

6常见问题和应对策略

预防宝宝斜视和弱视

让宝宝看电视吗

宝宝需要补钙吗

<<幸福妈妈育儿百科>>

宝宝打嗝怎么办  
宝宝吐奶怎么办  
宝宝怎么边吃边拉  
宝宝头睡偏了怎么办  
怎样能让宝宝白天少睡、晚上多睡呢  
7本月爱心提示  
及时服用小儿麻痹糖丸  
多陪宝宝，多交流  
爸爸和孩子建立感情  
3个月：带着宝宝晒太阳  
1宝宝成长日记  
宝宝的发育指标  
本月宝宝学到的新本领  
2宝宝营养需求，就看这里  
本月营养指标  
母乳喂养宝宝营养需要  
人工喂养宝宝营养需要  
补充营养素的原则  
添加辅食不宜过早  
3喂养壮宝宝，妈妈有妙招  
母乳喂养  
人工喂养  
混合喂养  
4宝宝日常护理小百科  
宝宝平安过四季  
让宝宝养成良好的睡眠习惯  
宝宝哭闹莫大意  
不提倡晚上过勤换尿布  
5开发宝宝智能，就看这里  
逗宝宝出声搭话  
捉迷藏游戏不简单  
寻声源可练听力  
翻过来多好玩  
6常见问题和应对策略  
宝宝肥胖  
可以隔一天消毒一次奶瓶吗  
呛奶  
宝宝在吃奶时睡着了怎么办  
湿疹反复发作  
可否让宝宝看书  
7本月爱心提示  
及时接种疫苗  
莫忽视对宝宝的情商培养  
4个月：宝宝想品尝世界  
1宝宝成长日记  
宝宝的发育指标  
本月宝宝学到的新本领

<<幸福妈妈育儿百科>>

2宝宝营养需求，就看这里

从乳类中获得的营养

贫血宝宝要注意补铁

不可强迫宝宝吃辅食

不同阶段添加辅食的原则

妈妈上班后如何给宝宝添加奶类和辅食

3喂养壮宝宝，妈妈有妙招

母乳喂养

人工喂养

混合喂养

4宝宝日常护理小百科

宝宝平安过四季

增强宝宝抵抗力的好方法

男宝宝女宝宝护理有别

宝宝适合穿什么样的衣服

脚的保暖很重要

宝宝的睡眠有个体差异

宝宝要和妈妈分床吗

5开发宝宝智能，就看这里

多带宝宝邻里串门

和宝宝一起看图说话

拉坐练习帮宝宝学坐

做举高高的小游戏

6常见问题和应对策略

宝宝咬乳头

如何喂养腹泻宝宝

预防宝宝气喘

倒睫

眼睫毛掉到眼睛里怎么办

7本月爱心提示

别忘了及时接种疫苗

宝宝厌食奶粉是短暂的

汁水类食品添加技巧

注意安全

5个月：宝宝“认生”了

1宝宝成长日记

宝宝的发育指标

本月宝宝学到的新本领

2宝宝营养需求，就看这里

需要添加辅助食品了

辅食的分类

常用营养素的补充原则

3喂养壮宝宝，妈妈有妙招

母乳喂养

人工喂养

辅食添加

4宝宝日常护理小百科

<<幸福妈妈育儿百科>>

宝宝平安过四季  
宝宝的牙齿需要护理吗  
宝宝为什么会流口水  
怎样让宝宝学会吞咽食物  
鹅口疮如何护理  
半坐位喂奶的优势  
如何帮助5个月宝宝坐起来  
5开发宝宝智能，就看这里  
叫名回头的小练习  
给宝宝念儿歌  
教宝宝认物  
让宝宝自己玩耍  
6常见问题和应对策略  
宝宝出牙晚正常吗  
宝宝的辅食能加盐吗  
增加辅食后出现便秘怎么办  
宝宝头发长得慢是缺锌吗  
宝宝爱看电视会导致近视眼吗  
防止宝宝蹬被子  
7本月爱心提示  
接种疫苗及其他常见疾病知识  
不要忘了陪宝宝玩耍  
防止宝宝吞入异物  
宝宝专注时怎样才能不让他受到惊吓  
6个月：帮宝宝建立对周围世界的信任  
1宝宝成长日记  
宝宝的发育指标  
本月宝宝学到的新本领  
2宝宝营养需求，就看这里  
给宝宝添加辅食  
食补维生素K  
3喂养壮宝宝，妈妈有妙招  
宝宝的饮食安排  
辅食添加的原则  
宝宝辅食推荐  
巧厨妈妈辅食推荐  
怎样防止宝宝偏食  
给宝宝适量吃些固体食物  
4宝宝日常护理小百科  
宝宝平安过四季  
警惕小宠物伤害宝宝  
宝宝大便异常怎么办  
老人如何带宝宝户外活动  
性别教育从穿戴开始  
按宝宝的特点安排睡眠  
宝宝拿什么吃什么正常吗  
5开发宝宝智能，就看这里

<<幸福妈妈育儿百科>>

栓绳玩具练手眼  
双手同时接物的练习  
照镜子培养自我意识  
宝宝也会随乐摇摆  
6常见问题和应对策略  
宝宝不宜多喝果汁吗  
能用嘴给宝宝喂食吗  
宝宝老吸吮手指怎么办  
宝宝喜欢朝左侧睡，有必要调整吗  
7本月爱心提示  
及时接种疫苗  
应对宝宝经常发烧  
宝宝夜惊  
7个月：妈妈陪宝宝坐一坐  
1宝宝成长日记  
宝宝的发育指标  
本月宝宝学到的新本领  
2宝宝营养需求，就看这里  
母乳、奶粉仍是主食  
辅食搭配要合理  
每日食物与营养参考  
吃哪些食物能补充锌和钙  
3喂养壮宝宝，妈妈有妙招  
一日食谱推荐  
添加鸡蛋的方法  
培养宝宝的饮食习惯  
从6个月开始自己动手吃  
春夏季喂养宝宝的注意事项  
4宝宝日常护理小百科  
宝宝平安过四季  
为什么宝宝本月体重、身高都长得不多  
让宝宝习惯使用杯子和碗  
怎样给宝宝添置衣物  
对宝宝的排泄护理  
注意锻炼宝宝的进食能力  
5开发宝宝智能，就看这里  
练习翻滚够玩具  
奇妙的声音游戏  
考验宝宝坐的能力  
锻炼观察力的小游戏  
6常见问题和应对策略  
宝宝练习爬行注意什么  
宝宝喝豆浆好吗  
酸奶可以替代奶粉吗  
了解宝宝生病的信号  
宝宝经常抓自己的耳朵怎么办  
7本月爱心提示

<<幸福妈妈育儿百科>>

防止蚊虫叮咬及痱子化脓  
谨防宝宝对辅食过敏  
防止会爬的小宝宝出意外  
8个月：让宝宝爬起来  
1宝宝成长日记  
宝宝的发育指标  
本月宝宝学到的新本领  
2宝宝营养需求，就看这里  
应如何给7个月的宝宝安排饮食  
含铁食物有益处  
宝宝吃母乳越久越好吗  
母乳喂养的宝宝试试配方奶  
3喂养壮宝宝，妈妈有妙招  
训练宝宝喝水要从用奶瓶开始  
怎样轻松地喂宝宝吃饭  
宝宝可以吃整个鸡蛋了  
辅食并不是越碎越好  
4宝宝日常护理小百科  
宝宝平安过四季  
宝宝吃饭能力怎么锻炼  
为宝宝选择什么样的玩具  
宝宝运动需要什么样的环境  
宝宝学爬益处多  
去除宝宝口腔异味小妙招  
5开发宝宝智能，就看这里  
小乌龟，爬一爬  
让宝宝学会自己坐起  
父子互动，小猴登山  
妈妈“学”宝宝  
6常见问题和应对策略  
宝宝怕生怎么办  
怎样给宝宝洗头  
宝宝怎么还不长牙  
让宝宝早点学走路好不好  
7本月爱心提示  
宝宝出牙期，护理要做好  
让宝宝学会保护自己  
本月宝宝应注射的疫苗  
9个月：夸奖，让宝宝更聪明  
1宝宝成长日记  
宝宝的发育指标  
本月宝宝学到的新本领  
2宝宝营养需求，就看这里  
促进宝宝大脑发育的食物  
促进宝宝长高的食物  
3喂养壮宝宝，妈妈有妙招  
巧烹饪“锁住”食物的营养

<<幸福妈妈育儿百科>>

过甜过咸均不宜

4宝宝日常护理小百科

宝宝平安过四季

怎样才能放心让宝宝自己玩

宝宝使用学步车要注意安全

应对宝宝的各种啼哭

让宝宝主动配合穿衣

宝宝发烧时的正确处理

宝宝和爸爸妈妈同桌吃饭

让宝宝自己动动勺子

5开发宝宝智能，就看这里

给小宝宝讲故事

时常带宝宝听儿歌

打电话

和宝宝玩传球

玩具在哪里

6常见问题和应对策略

及时处理宝宝受伤

逗笑宝宝的注意事项

长牙时宝宝会发烧吗

纠正宝宝牙齿发育期的不良习惯

怎样教育性急的宝宝

7本月爱心提示

预防宝宝荨麻疹

宝宝吃西瓜有讲究

10个月：宝宝养育方案

1宝宝成长日记

宝宝的发育指标

本月宝宝学到的新本领

2宝宝营养需求，就看这里

出牙期要保证钙的摄入

适当选择强化食品

科学地给宝宝补充维生素的原则

3喂养壮宝宝，妈妈有妙招

做好断奶的准备工作

养成良好的进餐习惯

添加的辅食要鲜嫩

4宝宝日常护理小百科

宝宝平安过四季

关注爱流口水的宝宝

宝宝含着奶嘴睡觉怎么办

让宝宝学会与人分享

让宝宝自己捧杯喝水

宝宝学走路妈妈选好鞋

5 开发宝宝智能，就看这里

让宝宝学“钓鱼”

玩具们哪儿去了

<<幸福妈妈育儿百科>>

小树苗长高了，又变小了

带宝宝去公园看鸟

6常见问题和应对策略

宝宝爱扔东西，该怎样教育

宝宝体重增长慢的原因

宝宝患口疮该怎么办

宝宝太爱动是多动症吗

宝宝要学步了，地砖又滑又硬怎么办

7本月爱心提示

不要低估宝宝的语言能力

对宝宝不能过度保护

不要滥用抗生素

宝宝一直睡大床，怎么让他改睡小床

11个月：给宝宝断奶有步骤

1宝宝成长日记

宝宝的发育指标

本月宝宝学到的新本领

2宝宝营养需求，就看这里

断奶期辅食要选对

吃些粗粮，宝宝更健康

3喂养壮宝宝，妈妈有妙招

合理安排吃奶和吃饭的时间

怎样增强1岁前后宝宝的免疫力

不能以副食代替主食

给宝宝吃些健胃美食

一日食谱推荐

4宝宝护理小百科

宝宝平安过四季

快乐宝宝更聪明

摩擦宝宝皮肤好吗

对宝宝要奖罚有度

让宝宝在玩中学

宝宝磨牙

让宝宝多听多交流

和宝宝玩“过家家”

怎样训练宝宝坐便盆

5开发宝宝智能，就看这里

购物中的认知练习

竖起食指，学认“1”

帮助宝宝吊单杠

爬爬楼梯练协调

6常见问题和应对策略

宝宝爬高

宝宝贪食

宝宝门齿之间的大缝需要处理吗

出现简单疾患要如何应对

为什么宝宝半夜起来玩，白天睡觉呢

## <<幸福妈妈育儿百科>>

7本月爱心提示

检查宝宝是否贫血

断奶方法要正确

不要强迫宝宝吃饭

快乐出游宝宝乘车有5忌

12个月：宝宝越来越爱说话

1宝宝成长日记

宝宝的发育指标

本月宝宝新学到的本领

2宝宝营养需求，就看这里

断奶期辅食应多样化

断奶期这些食物要回避

莫忘铜的补充

吃补铁食物时同时补充维生素C

3喂养壮宝宝，妈妈有妙招

每天应吃多少配方奶

给宝宝吃汤泡饭好吗

咀嚼让宝宝更聪明

多吃洋葱和香菇有利于保护牙齿

轻松让宝宝爱上胡萝卜

4日常护理小百科

宝宝平安过四季

正确处理宝宝断奶后便秘

用音乐促进宝宝智力

给宝宝拍照不宜频繁用闪光灯

鼓励宝宝用语言表达愿望

怎么预防宝宝肺炎及肺炎的护理对策

5 开发宝宝智能，就看这里

逛街识数

小宝宝爱存钱

宝宝照镜子

敲鼓听音

6常见问题和应对策略

夏冬两季断奶合适吗

宝宝嗜食如何预防与抢救

如何让宝宝的注意力更集中

宝宝应该先学爬还是先学走

胆小可能导致宝宝走路晚

7本月爱心提示

不要让宝宝恋上学步车

宝宝坐飞机注意事项

Part3 幼儿篇（12~36个月）

12~13个月：宝宝开始蹒跚学步

1宝宝成长日记

宝宝的发育指标

本月宝宝学到的新本领

2给宝宝最适合的营养

<<幸福妈妈育儿百科>>

本月宝宝营养需求

有益于钙质补充的食物

提高宝宝对铁的吸收

宝宝需要优质蛋白

3科学喂养，就看这里

健康饮食要从小培养

母乳喂养可持续

进食次数要增加

鼓励宝宝自己吃饭

根据宝宝的口味做烹调

给宝宝做健康的“混合饭”

4宝宝需要怎样的护理

宝宝平安过四季

清洁口腔防蛀牙

让宝宝自己拉屎

引导宝宝学走小技巧

5游戏也是一种早教

听反话

饼干哪里去了

学看图画书

圆形在哪里

6解答常见问题，就看这里

宝宝不爱吃饭怎么办

带宝宝学走路别忘扶肘

宝宝鼻塞流鼻涕要紧吗

宝宝还不会叫爸爸妈妈

宝宝怎么只爱自己玩

7温馨提示

宝宝饮食一定要卫生

从细节上注意饮食安全

谨防儿童玩具安全隐患

对宝宝的睡眠做调整

13~14个月：给宝宝适量吃些大人饭

1宝宝成长日记

宝宝的发育指标

本月宝宝学到的新本领

2给宝宝最适合的营养

食物无好坏，选搭最重要

宝宝的食物要易消化

合理安排零食，避免宝宝过瘦或肥胖

3科学喂养，就看这里

宝宝可以适量吃些“大人饭”了

宝宝需要吃些蔬菜

4宝宝需要怎样的护理

宝宝平安过四季

带宝宝多做户外游戏与活动

给宝宝一个安全舒适的座椅

<<幸福妈妈育儿百科>>

注意力的培养

5游戏也是一种早教

认食物，分水果

与小鸭子一起洗澡

尝食物辨味道

6解答常见问题，就看这里

宝宝喝饮料可以代替水吗

宝宝厌食怎么办

宝宝还要穿开裆裤吗

宝宝咳嗽怎么办

摔跤是能力倒退还是缺钙呢

7温馨提示

不要代替宝宝说话

宝宝不宜喝茶水

14~15个月：宝宝喜欢自己来

1宝宝成长日记

宝宝的发育指标

本月宝宝学到的新本领

2给宝宝最适合的营养

预防宝宝缺锌

注意谷物与豆制品的搭配

3科学喂养，就看这里

合理喂养，赶走偏食

多吃些健脑食品

钙剂补充有讲究

4宝宝需要怎样的护理

宝宝平安过四季

培养宝宝的安全意识

消除蛔虫病的困扰

培养宝宝良好的用餐习惯

让宝宝学会倾听

5游戏也是一种早教

亲子互动学儿歌

小小巧手捡红豆

骑大马，“练身手”

6解答常见问题，就看这里

宝宝怕天黑怎么办

如何防治宝宝积食

小宝宝为什么也上火

宝宝营养素缺乏有哪些表现

7温馨提示

别忘了爸爸和宝宝的互动

保证宝宝的睡眠时间

15~16个月：注意培养宝宝的观察力

1宝宝成长日记

宝宝的发育指标

本月宝宝学到的新本领

<<幸福妈妈育儿百科>>

2给宝宝最适合的营养

宝宝能吃补品吗

宝宝吃肉不宜过多

3科学喂养，就看这里

用饥饿疗法帮帮宝宝

给宝宝喂饭有窍门

宝宝吃饺子好处多

4宝宝需要怎样的护理

宝宝平安过四季

教宝宝保持双手卫生

怎么护理宝宝的眼睛

培养宝宝讲礼貌的好习惯

5游戏也是一种早教

小儿歌中的动物大会

看看小碗能套多高

影子游戏乐趣多

6 解答常见问题，就看这里

宝宝的脾气怎么越来越大

睡觉时一直玩枕巾怎么回事

宝宝睡觉磨牙

7温馨提示

宝宝吃水果也要有原则

关注宝宝的心理变化

16~17个月：宝宝挑食怎么办

1宝宝成长日记

宝宝的发育指标

本月宝宝学到的新本领

2给宝宝最适合的营养

膳食安排多样化

选择营养丰富易消化食品

饮食习惯与口味的改变

水果能代替蔬菜吗

3科学喂养，就看这里

餐点安排要得当

一日食谱推荐

为宝宝挑选合适的零食

4宝宝需要怎样的护理

宝宝平安过四季

用左手用右手，宝宝说了算

不要过分期待宝宝的成长

5游戏也是一种早教

玩具在空中飞

和玩具捉迷藏

聪明宝宝追皮球

6解答常见问题，就看这里

宝宝得了流感怎么办

宝宝不长个是怎么回事

<<幸福妈妈育儿百科>>

宝宝为什么饭量时大时小

宝宝可以吃猪血吗

7温馨提示

鸡蛋不能吃太多

正餐前最好不吃甜食

宝宝吃冷饮要有节制

本月免疫计划

17~18个月：宝宝有了小脾气

1宝宝成长日记

宝宝的发育指标

本月宝宝学到的新本领

2给宝宝最适合的营养

营养过剩影响智力发育

粗粮细粮都要吃

纤维性食物帮大忙

3科学喂养，就看这里

奶粉喂养仍然不可缺

对有主意的宝宝要巧喂养

4宝宝需要怎样的护理

宝宝平安过四季

宝宝光脚行走益处大

宝宝吃饭宜细嚼慢咽

学会和宝宝交流

5游戏也是一种早教

聚精会神穿彩珠

看图片，练表达

涂涂抹抹的小画家

6解答常见问题，就看这里

宝宝拉肚子怎么办

宝宝可以喝蜂蜜吗

18个月的宝宝要做哪些体检

7温馨提示

受伤的宝宝需要适度安慰

多手准备预防宝宝失踪

18~21个月：宝宝喜欢黏妈妈

1宝宝成长日记

宝宝的发育指标

本阶段宝宝学到的新本领

2给宝宝最适合的营养

宝宝营养需求

需要重点补充的营养

3科学喂养，就看这里

及时给宝宝断奶

辅食添加建议

4宝宝需要怎样的护理

宝宝平安过四季

让宝宝开始学习刷牙

<<幸福妈妈育儿百科>>

可以开始尿便训练了  
教宝宝养成好的睡眠习惯  
小心呵护宝宝娇弱的眼睛  
保护宝宝的小耳朵  
5游戏也是一种早教  
识别男孩女孩  
通过实物学数数  
认识长短与多少  
区分前后和上下  
6解答常见问题，就看这里  
拿“反抗期”的宝宝怎么办  
宝宝怕陌生人如何处理  
宝宝现在适合玩哪些益智玩具  
如何培养宝宝的好性格  
宝宝小病不断怎么办  
让宝宝不再粘在电视前  
7温馨提示  
注意户外交通安全  
室内“杀手”不容忽视  
本月计划免疫  
21~24个月：宝宝两岁了  
1宝宝成长日记  
宝宝的发育指标  
本阶段宝宝学到的新本领  
2给宝宝最适合的营养  
本阶段宝宝营养需求  
重点关注营养素：碘、铁  
以粮食、蔬菜、肉类为主  
3科学喂养，就看这里  
品种多样，荤素搭配  
宝宝健康的得力帮手——维生素  
喂养注意事项  
4宝宝需要怎样的护理  
宝宝平安过四季  
有龋齿要及时治疗  
培养宝宝自己事情自己做  
宝宝性格类型及对待方式  
建议给宝宝穿上背带裤  
5游戏也是一种早教  
模仿打电话  
听命令变高矮  
抓花生，比数量  
试试悬空翻跟斗  
亲子游戏拉大圈  
摸数字  
6解答常见问题，就看这里  
宝宝变得“不服管”怎么办

<<幸福妈妈育儿百科>>

厨房里有哪些安全隐患  
宝宝饭量不变是怎么回事  
晚上还要喂一次奶，正常吗  
可以让宝宝蹲便盆吗  
7温馨提示  
警惕铅中毒  
保护宝宝的耳膜  
及时给宝宝换小床  
24~27个月：宝宝会跑步了  
1宝宝成长日记  
宝宝的发育指标  
本阶段宝宝学到的新本领  
2给宝宝最合适的营养  
本阶段宝宝的营养需求  
注意营养缺失信号  
3科学喂养，就看这里  
主副食做到合理搭配  
喂养注意事项  
宝宝服用维生素不宜过多  
给宝宝吃零食有讲究  
4宝宝需要怎样的护理  
宝宝平安过四季  
内向宝宝怎么教  
外向宝宝怎么教  
继续培养宝宝的吃饭能力  
怎样为宝宝选购牙齿护理用品  
这不是“O”型腿  
注意宝宝咽部感染  
5游戏也是一种早教  
赢字卡小游戏  
画香蕉，画月亮  
依据身体辨左右  
双手协调插积塑  
刚才这里是什么  
6解答常见问题，就看这里  
宝宝为什么经常感冒  
宝宝不爱吃蔬菜怎么办  
爱摆弄的宝宝适合玩什么玩具  
怎么让2岁的宝宝睡觉  
7温馨提示  
切勿让宝宝整块吞咽食物  
电源开关要处理好  
把药放到宝宝不能拿到的地方  
27~30个月：宝宝长成小孩子了  
1宝宝成长日记  
宝宝的发育指标  
本阶段宝宝学到的新本领

<<幸福妈妈育儿百科>>

2给宝宝最适合的营养

本阶段宝宝的营养需求

合理安排一日三餐

一日食谱推荐

3科学喂养，就看这里

食物不能完全“成人化”

把粗纤维请进宝宝食谱

不强迫宝宝进食

宝宝血铅含量偏高的饮食调理

让宝宝学用筷子

4宝宝需要怎样的护理

宝宝平安过四季

教会宝宝走失时的对策

饭前不要给宝宝喝水

让宝宝学会清洗玩具

如何对待宝宝耍赖

5游戏也是一种早教

生活演练过家家

认识动物的特点和用途

吹泡泡，追泡泡

蒙住眼睛摸鼻子

用圆衍生的图画

小手学解结扣子

6解答常见问题，就看这里

宝宝是不是想“独立”

2岁半的宝宝可否上幼儿园

宝宝爱打人怎么办

多吃营养品宝宝不易生病吗

7温馨提示

让宝宝养成好的用眼习惯

不能轻易给宝宝下结论

30~33个月：送宝宝去幼儿园

1宝宝成长日记

宝宝的发育指标

本阶段宝宝学到的新本领

2给宝宝最适合的营养

本阶段宝宝营养需求

对蔬菜的选择上不要偏食

让宝宝“眼睛亮”的三种营养元素

一日食谱推荐

3科学喂养，就看这里

加餐选择要合适

特别限量食品

4宝宝需要怎样的护理

宝宝平安过四季

让宝宝学会用手纸

让宝宝学习建立友谊

<<幸福妈妈育儿百科>>

让宝宝练习单独睡觉  
预防宝宝上幼儿园产生分离性焦虑  
宝宝和小朋友发生矛盾怎么办  
为宝宝从小建立正确的性别观念  
5游戏也是一种早教  
摸出一个大宝宝  
把你的小手摆一摆  
礼貌操  
谁在前面谁在后面  
袋鼠宝宝跳一跳  
6解答常见问题，就看这里  
宝宝疑似厌食怎么办  
宝宝为什么在幼儿园不爱说话  
宝宝情绪不稳定怎么办  
选择幼儿园的五大建议  
7温馨提示  
留意攀爬跳跃的危险  
爸爸妈妈，小心您的坏情绪  
怎样看待宝宝的个体差异  
33~36个月：独立的“小大人”  
1宝宝成长日记  
宝宝的发育指标  
本阶段宝宝学到的新本领  
2给宝宝最适合的营养  
本阶段宝宝的营养需求  
一日食谱推荐  
3科学喂养，就看这里  
饮食平衡搭配更易于吸收  
培养宝宝良好的进餐方式  
本阶段喂养建议  
4宝宝需要怎样的护理  
宝宝平安过四季  
教宝宝自己收拾书包  
养成良好的卫生习惯  
不要用食物进行奖励  
5游戏也是一种早教  
大小宝宝玩过家家  
给小树贴苹果  
摆10，学数的组合  
用小手印来作画  
背儿歌，倒数数  
6解答常见问题，就看这里  
宝宝怎么“口吃”了  
家庭语言训练有规范吗  
宝宝总患“上感”怎么办  
宝宝为什么会缺锌  
宝宝流鼻血如何处理

<<幸福妈妈育儿百科>>

7温馨提示

带宝宝做视力检查

宝宝不宜过量食用果冻

附录

1新生儿(0~1个月)常见疾病及防治对策

产伤

新生儿感冒

新生儿发热

湿疹

新生儿低血糖

新生儿尿布疹

肺炎

腹泻

便秘

发烧

新生儿脐部疾病

2婴幼儿常见疾病及防治对策

小儿黄疸

鹅口疮

小儿湿疹

发热

感冒

支气管炎

水痘

扁桃体炎

流行性脑脊髓膜炎

猩红热

麻疹

流行性腮腺炎

咳嗽

风疹

小儿急疹

手足口病

章节摘录

版权页：插图：这个活动与之前介绍过的“小树苗长高变小”的小游戏类似，但它更强调宝宝对游戏命令的听从，并让宝宝学习遵守游戏规则。

妈妈同宝宝面对面站着，两个人同时举起双手，并踮起脚尖儿，一起说：“变高了。”

过了一会儿，妈妈又说：“变矮了。”

两个人同时蹲下，用双手抱住头，把头垂得很低。

妈妈告诉宝宝，看谁变得更快，变得更高或变得更矮。

变高时，妈妈把手臂伸长，变矮时可以用手抱着膝盖，成球状，这样宝宝还能够学会改变自己身高的方法。

抓花生。

比数量 帮助宝宝理解数的概念，对数量的多少有所认知。

在篮子里放许多花生，妈妈同宝宝比赛，看谁抓得多。

妈妈故意抓得少些，让宝宝抓一大把。

然后把两堆花生分开，妈妈拿出一颗，让宝宝也拿出一颗放在旁边，一对一排成两行，到最后看哪一排长出来，就算那边多。

试试悬空翻跟斗 使宝宝身体的平衡及协调能力得到更好的锻炼。

妈妈跪坐在地上，让宝宝站在自己的大腿上，并拉紧宝宝的双手，先让宝宝在自己的腿上蹦跳。

妈妈告诉宝宝跳高时使劲把腿靠近妈妈的腰部，头也使劲向后仰。

妈妈也帮着宝宝使劲向后翻转，使宝宝双脚落地，完成后滚翻。

亲子游戏拉大圈 让宝宝在情感上获得安全，同时也为宝宝与外界的交往做好准备。

爸爸妈妈带宝宝参加拉大圈游戏，开始时在家里三个人拉大圈。

爸爸妈妈拉着宝宝向右走，可以跟着播放的音乐走，也可以边唱儿歌边随着节拍走，唱完一段另起一段时间向左走。

如果家里来了亲戚，如爷爷、奶奶等，也可以让他们加入这个游戏。

摸数字 这个游戏可提高宝宝的形象思维能力。

通过玩这个游戏，宝宝在2岁时能认出10个数字。

爸爸妈妈把塑料数字放在装有肥皂水或洗米水的盆里，让宝宝从浑水里摸出爸爸妈妈要的数字。

如果家中没有塑料数字，可以用硬纸剪出数字，放在米桶或沙桶里，让宝宝伸手摸出来。

宝宝不用看，完全用手摸，得到的印象会更深。

媒体关注与评论

养育宝宝对于我来说真是一窍不通，小家伙为什么哭了，刚吃完奶就拉，换的衣服还来不及洗他又饿了，怎么给这软绵绵的小身体洗澡&hellip;&hellip;这些事情真是让我满头大汗还难于下手，幸好有这本育儿&ldquo;宝典&rdquo;，产前看了看，宝宝出生后，这些事情我很快就上手了，很不错，挺实用的。

&mdash;&mdash;孕妈咪玲玲                      这本育儿书从宝宝出生到三岁，包括喂养、护理、安全、性格培养等多方面的内容，翔实而科学，有疑问解答，有方法技巧，能够给新手爸妈适时的帮助。

&mdash;&mdash;翟桂荣妇产医院大夫                      我很喜欢书里关于爸爸与宝宝互动的内容，还有亲子互动游戏，让我这个初级爸爸看的兴趣盎然，童心大增。

&mdash;&mdash;新手爸爸小伟

## <<幸福妈妈育儿百科>>

### 编辑推荐

解答喂养护理、疾病防治的常见问题 提供智能开发、性格培养的科学指导 设立好玩有趣、丰富多样的早教课堂 《幸福妈妈育儿百科》按照宝宝年龄阶段划分为新生儿篇、婴儿篇和幼儿篇，每篇重点讲述了宝宝每月成长的具体问题，宝宝的日常护理注意事项和每月常见问题的应对策略等深受妈妈关注的内容，编排合理，注重细节，内容科学实用，操作性强，旨在帮助每一位妈妈科学地养育健康宝宝！

最科学、最全面、最实用、最前沿的育儿理念，最适合中国妈妈的育儿百科全书！

<<幸福妈妈育儿百科>>

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>