

## <<原来育儿可以这样高效>>

### 图书基本信息

书名：<<原来育儿可以这样高效>>

13位ISBN编号：9787512705531

10位ISBN编号：7512705530

出版时间：2013-1

出版时间：李璞 中国妇女出版社 (2013-01出版)

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>

## <<原来育儿可以这样高效>>

### 作者简介

李璞：原北京协和医院儿科专家，现任北京新世纪儿童医院资深健康管理顾问。

曾任北京市卫生局三级甲等医院等级评审委员会委员。

曾任北京市某区卫生局医疗事故鉴定委员会委员。

专长于儿科临床、儿童早期教育、儿童营养、健康咨询、体格和气质测评、智力开发等。

李璞医师从医40余年，医术精湛、医德高尚，善于将医疗术语转化为通俗易懂的语言与患儿监护人沟通，曾为五胞胎宝宝进行健康监控与测评。

## &lt;&lt;原来育儿可以这样高效&gt;&gt;

## 书籍目录

出生第个月的宝宝 写给新手爸妈 直面宝宝出生后的手忙脚乱 如何爱上这个介入家庭的“第三者” 初为人父，爱心+耐心+责任心 找个帮手让你更从容 养宝宝，别让月嫂“越俎代庖” 给宝宝上户口的程序和流程 宝宝成长记 新生儿身体发育数据参考 新生儿主要指标测量方法 慢慢闭合的囟门 新生儿免疫接种提示 新生儿与生俱来的能力 听宝宝说 妈妈，我的视力还很弱 妈妈，我哭是在跟你沟通 妈妈，我也会开心和难过 别担心，这是新生儿的特有现象 生理性黄疸 四肢屈曲 生理性体重下降 生理性脱皮 “马牙”和“螳螂嘴” 斜视 先锋头 生理性脱发 正常性啼哭 呼吸时快时慢 假性白带、月经 惊吓 面部怪表情 皮肤红斑 枕秃 出汗 初学母乳喂养 保养好宝宝的粮袋——乳房 初学人工喂养 按需喂奶，饿了就喂 怎么抱，宝宝最喜欢 打理好宝宝的个人卫生 守护宝宝的健康 让新生儿睡个好觉 老辈育儿法对不对 宝宝最爱——婴儿被动操 婴儿抚触，传递更多关爱 出生第2~3个月的宝宝 宝宝成长记 听宝宝说 让宝宝吃到营养安全的母乳 过渡到定时喂养 妈妈上班后怎么给宝宝喂母乳 大小便与睡眠 常见的喂养问题 哭是宝宝的语言表达方式 宝宝的个人卫生 宝宝用品的清洁与消毒 逐渐使宝宝养成好习惯 第一次带宝宝出门 宝宝的第一次体检 积极互动，给宝宝安全感 适合本阶段的游戏和玩具 出生第4~6个月的宝宝 宝宝成长记 听宝宝说 营养需求与喂养变化 第一次给宝宝添加辅食 常见的喂养难题 常见的辅食添加误区与烦恼 照顾好开始出牙的宝宝 大小便与睡眠 不同季节的护理 宝宝的看护人 接种疫苗后的护理 预防意外的发生 适合本阶段的游戏和玩具 出生第~个月的宝宝 宝宝成长记 听宝宝说 营养需求与喂养变化 常见的喂养难题 准备断奶的措施 大小便与睡眠 出牙期的常见烦恼 惯要从小培养 了解孩子间的生长差异 能力倒退是正常现象 合理安排户外活动时间 预防意外的发生 适合本阶段的游戏和玩具 出生第7~9个月的宝宝 宝宝成长记 听宝宝说 营养需求与喂养变化 常见的喂养难题 尽量采用自然断奶法 断奶期的常见问题 大小便与睡眠 维护乳牙健康 学走路：迈出人生第一步 多和宝宝说话 不要让宝宝养成不良习惯 预防意外的发生 适合本阶段的游戏和玩具 出生第10~12个月的宝宝 宝宝成长记 听宝宝说 营养需求与喂养变化 常见的喂养难题 进入语言学习的关键期 学会和宝宝沟通 训练大小便的前提：宝宝愿意合作 让宝宝在实践中长本事 帮宝宝建立自信心 带宝宝出游 应对宝宝的多种睡眠问题 请爷爷奶奶帮助带宝宝的注意事项 预防在家中发生意外事故 适合本阶段的游戏与玩具 出生第13~18个月的宝宝 宝宝成长记 听宝宝说 营养需求与喂养变化 常见的喂养难题 大小便与睡眠 处理好宝宝的说话难题 进入心理反抗期 让宝宝学会分享 如何应对宝宝的多种“坏行为” 要尊重并引导宝宝的个性成长 积极回应宝宝的情感 让宝宝理解物权概念 培养宝宝的生活自理能力 适合本阶段的游戏与玩具 ..... 出生第19~24岁的宝宝 2~3岁的宝宝

## &lt;&lt;原来育儿可以这样高效&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：插图：什么情况不宜喂母乳 尽管母乳是新生儿的最佳食品，但是有些情况却不允许母乳喂养。

在新生儿出生后，医生会根据你和宝宝的情况建议你是否可以进行母乳喂养。

以下是不宜母乳喂养的特殊情况：妈妈的原因 患急性乳腺炎、传播性疾病如乙型肝炎等期间；患严重心脏病、慢性肾炎、尚未稳定的糖尿病、癫痫、感冒高烧时都不宜喂奶。

宝宝的原因 有苯酮尿症、代谢性病症，如半乳糖血症、乳糖不耐受等不宜母乳喂养。

患母乳性黄疸时不是完全不能喂母乳，只需要停喂2—3天，待新生儿黄疸消退或减轻就可以重新喂，如果黄疸再次加重，就再停1~2天，等减轻后再喂即可。

如何选择质量过关的奶瓶 对人工喂养和混合喂养来说，选择合适的奶瓶是一件十分重要的事。

奶瓶中奶嘴开口大小、材质软硬，会影响宝宝对奶粉的接受程度，也与宝宝是否溢乳有密切关系，所以，妈妈应谨慎选择。

奶瓶的选择：目前，奶瓶的材质有玻璃和PPSU、PP等塑料材质产品，你需注意挑选安全的品牌，不用微波炉和高压锅消毒，每次煮或蒸消毒不超过5分钟，也可以避免危害。

奶嘴的选择：材质上，异戊二烯胶、硅胶做成的奶嘴没有橡胶味，形状上，偏软、短、扁的奶嘴宝宝更容易接受。

奶嘴开孔的方式和大小决定着奶水的流速，十字叉式开口既可以抵挡细菌侵入，又可以根据宝宝的吮吸情况自动调节流量，是比较恰当的选择。

奶嘴孔的大小则以奶瓶倒立时、奶水滴下的速度差不多是每秒一滴，几秒钟后停止为宜。

什么样的奶粉好 你可以从以下几个方面把握奶粉的质量。

选品牌：有品牌的大企业生产的奶粉，产品质量较稳定，速溶效果较好，严格按国家规定添加营养物质，以适应婴幼儿不同生长阶段的需要。

看包装：选择奶粉成分标注清楚、制造日期、保质期明确、包装完好的产品。

注意营养成分表，如果需要补充某些营养素，就选择强化了这些营养素的产品。

辨色闻味：真奶粉呈天然乳黄色，打开包装，有牛奶特有的乳香味，把少许奶粉放进嘴里品尝，真奶粉细腻发黏，易黏住牙齿和舌头，溶解较快，且有无糖的甜味。

看溶解速度：用温开水冲时，真奶粉形成悬漂物上浮，搅拌之初会黏住调羹；掺假奶粉溶解迅速，没有天然乳汁的香味和颜色。

奶粉喂养的宝宝要喂水吗 奶粉中的蛋白质不易消化吸收，吃奶粉的新生儿容易便秘，需要勤喂些水。

一般每千克体重每天需要供给150毫升水，将这个需水量减去宝宝奶液中的水分就是每天需要摄入的水量，这样很方便计算。

给新生儿喝的水，选择白开水，但注意水里不要加糖。

新生儿生来就喜欢甜食，一旦尝过了甜味的水，就不会接受普通的白开水了，会导致以后喂水难，而且糖水会抑制肠胃的消化吸收能力。

## <<原来育儿可以这样高效>>

### 编辑推荐

《原来育儿可以这样高效》内容简介：文笔流畅、亲切，描写细腻，有利于妈妈理解和按此操作。内设“省时阅读”“育儿一点通”和“专家提示”版块，可减少妈妈的阅读时间，并在专家的精心指导下轻松解决育儿难题。

图文结合紧密，增加阅读的趣味性和亲和力。

儿科专家40余年育儿经验总结 共享宝贵的高效育儿秘籍 在对的时机做对的事才是高效的育儿方式 随书赠送：宝宝树网站制作的育儿及亲子益智游戏指导DVD，画面精美，语言亲切，四色印刷。具有品质感，让阅读变成一种享受。

<<原来育儿可以这样高效>>

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>