

<<新生儿>>

图书基本信息

书名：<<新生儿>>

13位ISBN编号：9787806619841

10位ISBN编号：7806619844

出版时间：2004-7

出版时间：上海远东出版社

作者：霍华德·希尔顿

页数：247

字数：286000

译者：马楠

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>

<<新生儿>>

内容概要

在本书里，著名的新生儿（科）学家霍华德·希尔顿医生积其二十几年的专业经验，为新生宝宝的父母提供了最有效的建议和最科学的解释。

内容涵盖了从宝宝出生之日起到一岁前会遇到的所有问题，包括重要的医护事宜、父母应该了解宝宝的需要以及宝宝的各种自然天性，等等。

本书语言幽默、简洁、实用，是新生儿父母手边必备的权威“教材”。

第一天“定心指导速成法”

医院里发生了什么？

家里发生了什么？

自然进化与宝宝需要

<<新生儿>>

作者简介

霍华德·希尔顿，新生儿（科）学专家，有二十多年的专业经验。他曾在伦敦、牛津等地最富有声誉的中心接受培训，并逐渐成为业界权威人士。如今，霍华德·希尔顿已是悉尼皇家妇女医院新生儿护理科主任。

<<新生儿>>

书籍目录

引言第一部分 开始阶段的基本信息 1.第一天：“快速定心指导”帮你应对新生宝宝（谁有时间阅读行更多？） 2.迷信和期待第二部分 医院里发生了什么？ 3.你那宝宝的出生经历 4.了解新生宝宝的身体 5.最初的几天 6.重要的医护问题 7.母乳喂养第三部分 进化与宝宝 8.自然进化如何设计我们的宝宝？ 9.宝宝怎样征服父母 10.和你的宝宝一起睡：迷信与真相第四部分 在家里发生了什么 11.在家里安顿下来 12.后来的医护事宜 13.急腹痛与哭闹的宝宝 14.防疫接种 15.包皮环切的决定 16.婴儿猝死综合症 17.所有父母承担的隐忧 18.产后抑郁症 19.后几个月：宝宝和他们的需要如何发展尾声：为人父母的禅和艺术译后记

<<新生儿>>

章节摘录

书摘1. 第一天：“快速定心”指导“帮你应对新生宝宝（谁有时间阅读得更多？）” 这些信息你可能在宝宝出生的当天就会需要。

接待了太多的访客，你既疲劳又兴奋，当然没有时间拿起书。

如果你恰好看到这两页，那别的内容就可以留着等以后再看。

- 大多数宝宝在出生后的24小时里会排出黏液似的东西。

如果这样的东西卡在他们的喉咙里，有的宝宝还会“脸色发青”。

别担心，宝宝们有很好的本领把黏液排出气管。

让他们平躺着不会有问题，也不会发生窒息。

小宝宝，正如我将在本书中多次提到的，被大自然设计得刚好适应出生及出生后的生活。

- 宝宝在出生后的第一天或以后几天中，皮肤上会出现红痕，看上去像是被蚊子叮过似的。

在接触尿布或衣服的部分，这些红痕更常见。

这种皮疹叫做“中毒性红斑”，是皮肤对外界接触，特别是对棉制品这类纺织物的一种反应。

这种红斑没有害处，没有刺激性，而且会不治而愈。

并不表明你的宝宝皮肤过敏。

- 母乳在大约两天半以后才会到来。

这以前，宝宝在进食方面毫无规律，有时连续吃奶，有时则长时间睡觉。

你的乳房在最初两天里只会分泌几滴初乳。

因此，对有些宝宝来说，不值得为此醒来。

让他想怎样就怎样好了。

反正母乳随后就到。

你的工作是好好保护乳头，不要被宝宝的小嘴弄伤了。

- 请一个助产士来帮助你正确将宝宝正确贴近乳房。

像其他灵长类动物一样，我们的宝宝并不是一生下来就知道正确的吃奶技巧——他们需要学习正确的做法。

在掌握技巧以前，他们可能会弄破母亲乳头的皮肤。

- 当你感觉乳房渐渐变形而且充涨，这就说明12个小时之内母乳就会到来了。

这时你的宝宝会开始频繁而且贪婪地吸食——他似乎不知满足（小“吃奶狂人”）。

他会24小时一会儿上一会儿下地在他的乳房上不停折腾。

给他吃吧。

不管他怎么做，肚子都不会疼，也不会吃进空气，他就是想吃，而且也会引导你的奶流出来。就由他去吧。

- 宝宝在子宫里是海洋生物，而且刚生下来全身也浸满了水。

在最初的几天里，他们会慢慢干燥，体重也可能会减少10%。

这就是为什么母乳需要缓几天才到来。

其他动物的乳汁随着分娩就分泌了，但是人类需要拖后一些时间，以便让全身干燥。

不用担心体重的减轻。

这很正常，而且减少的只是水分。

- 不存在你的宝宝被喂得过分饱的情况。

你的宝宝正在努力促使足量的乳汁流出来。

过饱的宝宝会吐奶。

没关系的。

- 不存在你的宝宝被抱得过多的情况。

你的宝宝刚刚离开温暖安全的子宫。

他很想知道自己在哪里。

他听不到你心跳的熟悉声音，而那是他在你体内孕育时曾贯穿了他全部生活的声音。

<<新生儿>>

当他不安时，把他抱起来，让他靠在你的胸膛上听你心跳的声音。

他会很快平静下来。

- 在这个阶段，你不可能把宝宝宠坏。

宝宝与妈妈的接触越多越密切越好。

他们不可能得到过度关注。

也不可能在几个月内学会什么坏习惯。

不要理睬那些相反的建议。

- 一旦母乳到来，鼻塞和黏液可能会重新出现。

你的宝宝绝没有患上感冒。

当你的奶水到来，奶量会增多数倍。

宝宝可能会把奶水吸到鼻窦里，为不让奶水(如果他呕吐的话甚至还有胃酸)裹住这些组织脆弱的黏液层，组织壁会分泌更多黏液。

这种情况可能持续数周，而且在你出院后，晚上可能会更厉害一些。

- 所有的宝宝都呕吐。

但是，他们不应吐出胆汁。

奶液回流是宝宝常见的一种现象。

这并不表明他会因此受罪或有哪里不适。

但如果他吐出胆汁(鲜绿色呕吐物)的话，就应该引起注意——赶紧找医生诊治。

- 尿液中出现的并不是血。

在最初几天，大多数宝宝通过小便排出粉色结晶状的尿酸盐。

尿布上的这种红色污迹并不是血，而且相当常见。

随着母乳到来，宝宝吃到更多奶汁，这种现象就会慢慢消失。

- 凌晨2点也不要放弃母乳喂养！

半夜时分经常让某些事情显得特别可怕——在白天，这些事情中的大部分并不显得那么糟糕。

如果你因为夜里感觉疲倦、烦躁又痛苦，宝宝也一直哭个不停，就不给他喂奶，那么第二天早上你一定后悔不迭。

这是白天再做决定吧——这会给你更好的机会，确保你做出的是正确的决定！

- 宝宝的成长并不需要特别多的睡眠。

说宝宝只有睡觉才能长个儿是不迷信。

他们无论如何都会成长。

要不然，这个世界会满是侏儒！

“袖珍”婴儿 那些出生体重没有达到2.5千克(5磅半)的宝宝被算作是“袖珍”婴儿。

有几个原因可以解释宝宝为什么较小：· 他们父母的体形可能较小。

这种类型的宝宝行为和需求会同任何其他足月的宝宝一样。

- 宝宝可能尚未发育成熟。

这种类型的宝宝可能有某些重要的功能也尚未发育成熟：这会导致他吮吸和吃奶无力，呼吸困难，容易感冒或低血糖，而且总体上比较迟钝。

- 宝宝可能“比按日期推算的要弱小”。

这类的宝宝比他体重显现出来的成熟得多，但是营养不良，原因常出在脐带上，因为脐带在最后几个月没有发挥好从母亲那里传输食物的功能。

最后两类宝宝要给予额外关注，直至他们的情况稳定而且像大一些的孩子一样各项功能发挥正常。显而易见，如果宝宝非常弱小，情况不稳定，而且不管因何原因都需要特殊照顾的话，都要送入新生儿监护室中。

监控的方法不在本书的话题范围内，但绝大多数宝宝都得到了非常好的护理。

但是如果他们属于早产儿的话，一般说来要待到相当于孕期38周时才能回家。

观察 那些已经“大”到可以和妈妈呆在产后病房的袖珍宝宝也要经常被检查：· 呼吸节律(每4个小时)；· 心律(每4个小时)；· 体温(每四个小时)；· 做服用葡萄糖后的足跟采血或BM棒测试来

<<新生儿>>

测量他们的血糖水平。

监控 如果宝宝早产了一周左右(也就是说,在孕期第35到36周出生),母亲要做好思想准备,得等稍长一段时间才能哺乳喂食,因为宝宝的吮吸反射在最初的几天里力度可能还不够。

对像这样吸奶缓慢的宝宝要有耐心和决心才能把母乳喂养坚持下来。

与此相反,那些“比按日期推算的要弱小”的宝宝也许有着贪婪的食欲而且为了自己的生存权而努力地增重——以他那可怜妈妈为代价。

同样的,耐心和无限制的哺乳此时也会发挥作用!

当他的体重追上来以后(通常在最初的3个月内)他就会安定下来,作息表也会放松得多。

值得记住的是这些宝宝最初的几天里能量储备少得可怜。

这就是为什么时刻要关注他们的血糖水平(通过足跟采血),直到情况稳定为止。

如果这些宝宝在最初的两到三天里因为太弱而等不及母乳的到来,可能就需要增加额外剂量的配方奶。

另外,他们的体温也要经常检测,因为如果他们在一个清凉的环境中衣服不够就会很容易感觉寒冷。

弱小的宝宝应该按常规时间打免疫针——从他们的出生那天开始算,而不必计较他们是否早产。

两手空空的母亲 如果你的宝宝需要呆在特别监护室而不是你的身边,这真的很让人沮丧。

除去焦虑以外,你还常会有一种觉得辜负了他的感觉,因为你不能自己满足他所有的需要,而且某种程度上你还会忧惧,担心你们俩之间的亲情受挫(如果好好控制,就不会出现)。

不同的父母对特别监护室产生不同的反应。

有些人发现医疗技术可以让他们安心:他们觉得所有的措施都在让他们的宝宝好转起来;有些人则害怕宝宝被放在那种似乎更适合太空人的设备中。

大家会鼓励你尽可能地花时间陪着你的宝宝——如果这让你感觉舒服一些的话,就这么做。

从另一方面来说,如果坐在他身边会让你觉得惊慌失措,就不要这么做。

过几天你就能感觉和他呆的时间长一点会很惬意。

对这一点,没有硬性的规定,也没有任何捷径可走。

许多父母,特别是母亲,在宝宝出生后发现问题时,有一段近乎悲伤的短暂时期。

她们为失去了孕期中设想的完美而悲伤。

她们可能又失望又生气,同时也难过而焦虑,当然她们也在挣扎着调整情绪。

她们最强烈的情绪,要么表现为直接指向自我——产生负罪感,要么转向外界,把火发在伴侣、医生护士——甚至宝宝身上。

像身体的每个部分一样,我们的头脑在受伤后也要花时间愈合,这些情绪就是愈合过程的一部分。

接受它们的自然面目——这是痛楚但关键的改善办法。

这些情绪都将会过去,对最大多数的母亲来说,当健康宝宝重回臂弯的一刻,喜悦会冲淡所有的一切

。

.....

<<新生儿>>

媒体关注与评论

引言刚做了父母的人在最初的几个星期里，都会有两大问题：缺乏睡眠和有帮助的建议。

第一个问题属于个人调整范围内的；第二个则很麻烦。

宝宝的一些事情引得每个人都来帮忙。

少数老年男人会在购物中心让年轻的母亲们停下来给她们提供几句关于母乳喂养的建议，而祖母们的嘴更是什么事情都拦不住……身兼悉尼一家大型妇婴医院的新生儿护理主任一职，20多年来我自己对提供建议也相当在行。

但是我发现还有一种更好的办法，就是通过告诉父母自然进化是如何设计新生儿的；通过解释宝宝的由来和基本的生物知识，以及他们所希望降生的社会形式，我们就能够使得家长们自己琢磨出应该如何料理他们的宝宝。

年轻父母需要空间和自主权，这样他们能够保持对情况的控制，不过他们也需要信息，这样他们就能享受为人父母的乐趣，减少不必要的担心。

我们每个人都是不同的。

每个人都以不同的方式处理生活中的状况，这是我们个人的条件和环境造成的结果。

通过生儿育女，我们传承了我们童年获取的信息，而这些信息微妙地影响着我们的心态和行为。

因此，有些妈妈，举个例子，必须和她们的宝宝一起睡；另一些则发现这条路通向的是灾难。

不过，有了对宝宝的角色怎样形成和小小新生儿如何活动的基本了解，就能够帮助年轻父母们找到照顾他们宝宝的最佳办法，而不再需要求助于朋友和专家们没完没了的建议。

霍华德·希尔顿

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>