

<<80爸爸育儿与妻同行>>

图书基本信息

书名：<<80爸爸育儿与妻同行>>

13位ISBN编号：9787807233824

10位ISBN编号：7807233826

出版时间：2009-1

出版时间：远方出版社

作者：敬羽

页数：209

字数：200000

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>

## <<80爸爸育儿与妻同行>>

### 内容概要

《摩登父母系列：80爸爸育儿与妻同行》主要内容包括：准爸爸的“准备运动”、老爸实战训练营、做宝宝的健康护卫军、树立老爸形象进行时四大版块。每个部分都包括老爸实战篇、老爸讲堂和Q&A三个部分，帮助80老爸与妻儿同成长。

## &lt;&lt;80爸爸育儿与妻同行&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 准爸爸的“准备运动” 1. 天使降临人间 80老爸实战篇 初为人父,幸福满满 80老爸讲堂 生个宝宝要花多少钱 2. 心痛的回忆——写给准爸爸 80老爸实战篇 生命中不能承受之重:飞走的天使 80老爸讲堂 妻子流产丈夫有责 3. 准爸爸的努力方向——只为妈妈开心颜 80老爸实战篇 宝宝健康,老爸护航 80老爸讲堂 开展孕期爱妻行动吧 4. 给宝宝最好的教育,从现在开始 80老爸实战篇 科学胎教任我行 80老爸讲堂 准爸爸参与胎教益处多 5. 等待宝贝——在爱与痛的边缘 80老爸实战篇 梦想成真的时刻 80老爸讲堂

准爸爸陪产利与弊第二章 老爸实战训练营 1. 陪老婆坐月子的新爸爸 80老爸实战篇 80老爸,轮到你了 80老爸讲堂 产褥期护理与保健 2. 宝宝、妈妈都是心头爱 80老爸实战篇 喜欢妈妈的笑,老爸要努力让她开心哦 80老爸讲堂 关于产后抑郁症 3. 老爸厨房 80老爸实战篇 浓情老爸,洗手做羹汤 80老爸讲堂 产褥期营养搭配先知道 4. 初为人父第一天——合适奶爸攻略 80老爸实战篇 亲亲我的宝贝儿 80老爸讲堂 新生儿期的特征与护养要点 5. 勇敢面对:宝宝的哭闹 80老爸实战篇 宝宝,怎样才能不让你哭? 80老爸讲堂 新生儿哭闹的几大原因第三章 做宝宝的健康护卫军 1 喂奶:宝宝给的难题 80老爸实战篇 “超级奶爸”养成攻略 80老爸讲堂 如何照顾宝宝的一日三餐 2 宝宝甜睡,老爸之福 80老爸实战篇 宝宝和睡眠有个约会 80老爸讲堂 为什么我的宝宝不睡觉 3 让人心疼的宝宝成长记录 80老爸实战篇 钢铁是这样炼成的 80老爸讲堂 那些陪伴宝宝成长的疫苗们 4 宝宝病了,老爸来关心 80老爸实战篇 宝宝与疾病的PK史 80老爸讲堂 老爸必知的N种常见病 5 留意点滴——让宝宝远离遗憾 80老爸实战篇 与你相伴,风雨无悔 80老爸讲堂

时刻留心你的宝贝第四章 树立老爸形象进行时 1 宝宝第一颗牙启开老爸微笑 80老爸实战篇 粗心老爸的亡羊补牢篇 80老爸讲堂 老爸帮宝宝护牙第一课 2 打扮宝宝。老爸拿手 80老爸实战篇 为宝宝精挑细选 80老爸讲堂 给宝宝选衣服有学问 3 老爸见证——宝宝迈出的第一步 80老爸实战篇 宝宝学走路——粗心老爸的教训 80老爸讲堂 学走路宝宝有自己的时间表 4 感动我心的呼唤 80老爸实战篇 宝宝第一声呼唤——送给爸爸 80老爸讲堂 教宝宝说话从前语言阶段开始 5. 宝宝爸爸同成长——面对成长路上的惊喜 80老爸实战篇 宝宝老爸——成长监督小秘密 80老爸讲堂 宝宝1~12个月成长指标

## <<80爸爸育儿与妻同行>>

### 章节摘录

宝宝这几天在妈妈肚子里可不乖，大闹天宫一样地折腾，弄得老婆吃不下、睡不香，还时不时想呕吐。

身体不好脾气自然也好不到哪去，动不动就对我“横眉冷对”，我是大气不敢出一声，像是逆来顺受的“小媳妇”，坚持“打不还手，骂不还口”，整天忙着洗衣、做饭、干家务，那叫一个“累”啊！不过虽然感觉真的有点累，但是可以套用一句俗语“累并快乐着”，就是我此刻的心情。

老婆自然什么事情也不能做，烧、洗、煮、蒸全部由我效劳。

还要充分地考虑合理的营养，考虑老婆的胃口。

水果是不能少的，骨头汤是补钙的，绿叶蔬菜是补充叶酸的，牛奶和鸡蛋是提供基础设施的。

还有，要注意保持老婆合理的作息时间，强迫她休息或者喝水吃东西，考虑购买防辐射的衣服，购买护理杂志等等，都是为了让老婆保持一个健康的身体状态。

此外，最重要的，是让她保持开心的状态，陪她说话，由着她做任何想做的事情。

其他的都还好，但是老婆吃东西一向挑剔，于是我这几个月来做得最多的就是逼迫她吃东西。

老婆最讨厌吃肉和核桃，还有牛奶，所以搞到现在每次吃饭只要我一夹肉她就护着碗，以为我要夹给她吃。

我一说吃的，她就对我翻白眼，恨不得打我。

呵呵，为了宝宝，挨打也没办法了。

不过还好，逼了这么久，现在好多了，肉虽然少了点，但吃其他东西，像牛奶这些啊还是比较自觉了。

宝宝的健康是我最大的希望，医生的一个忠告，我认为非常可行且可靠，所以对老婆大力推广。

医生对我们说，其实水果不用过分补充，适量即可，不然婴儿过大，会导致生育困难。

所以，她推荐我们每天生吃蔬菜，尤其是黄瓜和西红柿，可以取代水果的地位，成为每天早晚的食物。

所以，现在老婆每天总是要吃黄瓜或者西红柿，水果倒退到两天1次了。

现在她的固定食物为：1.1根黄瓜或者1个西红柿。

2.两个鸡蛋。

3.1碗牛奶。

4.两天1个苹果。

5.3天1次骨头汤或者鱼汤。

其他水果、零食、菜肴等等，一切随心所欲，有啥吃啥，想啥吃啥。

除了想方设法调节老婆的饮食，我还得时不时地应付她的“孕期综合征”，当然这个名字是我自创的，呵呵。

孕期综合征有很多症状，孕期感官退化症，还有孕期焦虑，孕期神经质，孕期狂想症和孕期唠叨等等。

孕期感官退化，就是指她的视觉、听觉、味觉和触觉会有一定程度的退化。

在老婆身上的主要表现为：叫她喝补汤，叫她吃鸡蛋，她从来就听不见的；由于想吃辣椒但被我禁止，我做的菜她都看不见的（尤其是骨头汤里面的骨头），诸如此类，不胜枚举……孕期狂想和焦虑主要是因为孕妇的生活过分安逸，而娱乐生活又过少，所以她们就会天马行空的狂想起来。

老婆于是开始过分操心未来可能发生的一些事情，她操心过将来宝宝的成长问题，操心过宝宝的健康问题，她甚至担心非典的重来，担心禽流感在全球的蔓延等等。

反正一句话，国事家事天下事，她事事操心。

此外，孕期神经质，孕期唠叨等等其他很多的反应我就不一一举例和总结了。

但是，不管怎么样，在我们家，老婆总是说了算的，即使很多时候，她的病症体现得很厉害。

可是，谁让她是孕妇呢？

我们做男人的，总是要让让她们们的。

对于她们的孕妇综合征，我们还是要采用引导加理性处理的办法。

<<80爸爸育儿与妻同行>>

能够引导的，就引导；不能引导的，就装看不见；如果看不见也不能装的，那就陪着她，由着她就是了。

不然她就又要和宝宝重复最常说的一句：“宝宝，你要记住啊，你爸爸最不好了，他老是惹妈妈生气，不喜欢我们。

”然后对着肚子摆出九阴白骨爪的招式，冲我喊：“你再气我，我就打他了，父债子还啊！”

”这个时候，我除了投降还有什么选择呢，不如趁早顺着她才是上策！

## <<80爸爸育儿与妻同行>>

### 媒体关注与评论

“哄宝宝睡觉是我最喜欢的事。

只要有时间，我就会抱着宝宝，看着他的眼睛。

让他依偎在我怀里直到他睡着。

我深刻地感觉到——他已是我生命的一部分。

”——馨馨爸工程师“每天我都学会一些新的东西，关于我自己、我的老婆、我的宝宝。

我们的关系越来越稳固了。

这种感觉无法形容，做爸爸是我所做过的事中最让我感动的。

”——小扬爸爸销售“工作和孩子、家庭的关系，最初我很难平衡。

其实一切过去后才发现，我和老婆的关系更密切。

工作也做得更好了。

”——涵涵爸爸律师“陪老婆一起照料宝宝：包裹宝宝、换尿布、为宝宝洗澡这套活儿，原来全部都可以学得会。

做细微小事儿原来也是快乐的事情。

”-一悦悦爸爸媒体记者

<<80爸爸育儿与妻同行>>

编辑推荐

《80爸爸育儿与妻同行》由远方出版社出版。

<<80爸爸育儿与妻同行>>

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>