

# 《妈妈是宝宝最好的按摩师》

## 图书基本信息

书名：《妈妈是宝宝最好的按摩师》

13位ISBN编号：9787512706715

出版时间：2013-12-1

作者：崔绍珍，宋艳

页数：183

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《妈妈是宝宝最好的按摩师》

## 内容概要

本书主要从治疗未病，即预防宝宝生病方面来教妈妈怎样为宝宝按摩。通过妈妈的按摩，达到增强宝宝的体质，提高宝宝的免疫力的效果，让宝宝和宝宝的家人远离疾病的困扰。书中用实景照片示范并配以穴位来展现具体的按摩方法，清晰明了、通俗易懂，是妈妈为宝宝按摩的良师益友。

# 《妈妈是宝宝最好的按摩师》

## 作者简介

崔绍珍：山东蓬莱人，毕业于青岛医学院，北京市海淀区妇幼保健院儿童保健主任医师、北京市卫生系统高级职称评审专家、北京电视台科教节目特邀专家。在二十余年的儿童保健实践中重视探索钻研和积累，特别是在儿童健康发育、儿童营养与喂养、婴幼儿教育护理等方面有较深入的研究。曾独立完成《儿童血压的流行病学调查》《儿童高血压干预措施的探讨》等课题的科研，获首届中国主任医师学术年会二等奖。发表科研论文数十篇、儿童保健科普文章百余篇，出版专著7本，包括《育儿学校》《早教学校》《问答式育儿百科》《育儿必修课》等。宋艳：毕业于山西中医学院针灸推拿专业，获北京中医药大学针灸推拿学院硕士学位，针灸推拿功底扎实，尤其对于小儿按摩有所钻研。曾参加首届全国大学生针灸技能操作大赛，在个人及团体项目中都取得了优异的成绩。

# 《妈妈是宝宝最好的按摩师》

## 书籍目录

### 目录

### CONTENTS

#### 第一章 为宝宝按摩是妈妈的必修课

按摩能够让宝宝健康成长

为宝宝按摩作准备

#### 第二章 感受爱的抚触

为0~2个月宝宝做抚触

为3~12个月的宝宝做抚触

#### 第三章 让宝宝更健康的按摩

让头发又黑又密的按摩

去除头皮痂的按摩

保护眼睛的按摩

耳朵保健按摩

让鼻子更健康的按摩

让牙齿顺利生长的按摩

提高皮肤抵抗力的按摩

让手指更灵活的按摩

提高双足抓攀能力的按摩

增强身体平衡与协调能力的按摩

增强宝宝体力的按摩

增强肌肉耐受力的按摩

强健体魄的按摩

养肝明目的按摩

增进食欲的按摩

增强咀嚼与吞咽能力的按摩

预防流口水的按摩

增强消化吸收功能的按摩

防止肥胖症的按摩

帮助宝宝排便的按摩

帮助造血的按摩

增强心肌收缩力的按摩

提高睡眠质量的按摩

放松身心的按摩

缓解多动烦躁的按摩

提高御寒能力的按摩

增加体重的按摩

恢复食欲的按摩

头部保健按摩

肩关节保健按摩

指腕关节保健按摩

膝关节保健按摩

踝关节保健按摩

脊柱保健按摩

提高免疫力的按摩

病后调养的按摩

健脾和胃的按摩

# 《妈妈是宝宝最好的按摩师》

防治感冒的按摩

防治咳嗽的按摩

消除暑热的按摩

缓解腹泻的按摩

缓解打嗝的按摩

缓解疳积的按摩

缓解厌食的按摩

缓解呕吐的按摩

缓解腹痛的按摩

缓解便秘的按摩

缓解痢疾的按摩

缓解湿疹的按摩

缓解自汗的按摩

缓解夜啼的按摩

肠胃好，身体壮

身高和后天也有关系

## 第四章 妈妈的按摩让宝宝更聪明

提高智力的按摩

提高记忆力的按摩

补肾益气的按摩

静心安神的按摩

促进逻辑思维发育的按摩

吸引宝宝注意力的按摩

促进宝宝触觉发育的按摩

## 第五章 宝宝四季保健按摩

春季养肝的保健按摩

夏季养心的保健按摩

秋季养肺的保健按摩

冬季养肾的保健按摩

## 第六章 亲子运动保健操

宝宝的上肢运动

宝宝的下肢运动

宝宝小拳头放松操

宝宝的仰卧起坐操

宝宝的腰部运动

宝宝的跳跃运动

宝宝的胸部运动

宝宝的屈肘运动

宝宝的腿部运动

宝宝的手部运动

宝宝爬爬爬

## 附录

能使宝宝聪明的食物

增强免疫力的食物

强壮骨骼的食物

对发育有益的食物

# 《妈妈是宝宝最好的按摩师》

## 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：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)