

《走近童心》

图书基本信息

书名：《走近童心》

13位ISBN编号：9787510818332

10位ISBN编号：7510818338

出版时间：2013-1

出版社：九州出版社

页数：212

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

前言

天使降临幸福家！宝宝的到来是不是让您有些措手不及，尽管您对他(她)期待已久。初为人父、人母的喜悦之后，紧接着的是做不完的家务、忙不完的琐事、宝宝莫名其妙的哭闹……但，这些都不能影响我们发自内心的骄傲，因为“我当爸爸、妈妈”了！宝宝出生的前3年，是他(她)一生中成长最快，也是非常关键的时期，无论是生理还是心理的成长，都是宝宝人生的奠基时期。0~3岁，宝宝从只会呆呆地仰望妈妈的脸，到学会翻身、坐、爬、站立、行走，直至随心所欲地攀爬、跳跃；从咿呀学语到亲切地喊出“爸爸、妈妈”，唱儿歌、讲故事，以及亲切地和您说着悄悄话；从只会本能地抓握，到自己动手吃饭、搭出漂亮的小“楼房”，用五颜六色的彩笔描绘出心目中的缤纷世界；从认为自己和世界是一个整体而啃咬自己的小手、抓伤自己的小脸，到渐渐地把自己与外界区分开来，具有自我意识，并形成自信、乐观的人格特征……所有一切都在我们不经意间发生，同样，宝宝的点滴进步无不渗透着父母对宝宝那无私的付出，无尽的爱！给宝宝最需要的指导和关爱，让他在这三年中得到最多的收获，身心得以最好的发展，为他(她)的一生打下坚实的基础，是每一位父母的希望。面对“不善言辞”的宝宝，只有我们能够读懂他们的内心表白，了解他们的成长规律，才能给予宝宝最需要的爱。在现实生活中，我们的身边就出现过很多因不懂得宝宝的成长规律而后悔莫及的事情，把对宝宝的爱变成了伤害。有一位妈妈因为担心刚出生不久的宝宝的小手会抓伤小脸，就给宝宝戴上了手套，并且把宝宝的手臂牢牢地捆绑起来，结果导致宝宝的手部肌肉坏死。尽管这是个例，并不是所有戴手套的宝宝都会出现这种情况。但事实上，给宝宝戴手套的害处还不仅如此，这样还会对宝宝的触觉发育不利。宝宝通过小手对外界的触摸，是他们认识世界的一种手段，同时也对大脑形成刺激，促使大脑的发育。触觉是宝宝最早发展的能力之一，丰富的触觉刺激对宝宝的身心发展都有着重要影响。因此，家长不仅不能限制宝宝的小手，而且还要创造条件，让宝宝的小手多与外界接触。再如，有的妈妈制作宝宝辅食时，一味地追求“好吃”，让宝宝经常食用高盐、高油和高调味料的食物，用大人的口味去衡量宝宝的味觉，在这种喂养方式下，很多宝宝慢慢形成了偏食、挑食，喜欢吃油炸、口味重的饮食习惯，他们更喜欢吃“外边”的饭菜，要知道，真正健康的、有营养的美食一定是出自自家的厨房。此外，宝宝从小食用高油、高盐、高调味料的食物，会加重宝宝内脏器官的负担，比如食盐过多会加重肾脏的负担，而此时宝宝的肾脏还没有发育成熟，这很有可能会损伤宝宝肾脏的功能，还会给宝宝长大后患高血压、高血脂、糖尿病等成人病埋下隐患；而摄入糖分过多，不仅容易发生龋齿，而且会影响宝宝食欲，伤及脾胃。还有的妈妈觉得花大价钱给宝宝请了“金牌”保姆，就把宝宝放心地交给了别人来带，认为这样做，宝宝的成长就“万无一失”了，像是放进了保险箱，妈妈就可以去忙其他事情了。到头来，因为妈妈和宝宝没有建立起正常的亲子依恋关系，一旦月嫂离开或频繁地更换保姆，很容易使宝宝因为对周围世界没有建立足够的信任，导致形成胆小、不自信的心理特征，因此，我建议在宝宝出生的第一年爸爸妈妈一定要尽量多陪伴他们。爱宝宝，是父母的天性，但是爱并不能以金钱来衡量，看您会不会采取更加适合宝宝成长的方式来爱他。让我们的宝宝健康茁壮地成长，需要我们读懂宝宝的行为，学习我们所不知道的育儿知识，拥有爱宝宝的能力！

《走近童心》

作者简介

张丽娟，本科毕业于中国人民大学新闻专业，后攻读于中科院心理研究中心心理咨询与治疗专业，高级育婴师，国家二级公共营养师，儿童健康成长导师。代表作：《聪明孩子从聪明妈妈开始》、《好妈妈管孩子就这样简单》、《孩子，我知道你在想什么》。

书籍目录

走近童心（0~3岁卷）——好妈妈要知道的育儿经 第一章善解童心，给宝宝最需要的爱 第一篇轻轻松松带孩子 宝宝适合什么样的室内环境 宝宝自己睡更好吗 科学洗澡及脐带护理 宝宝要不要剃满月头 正确给宝宝做抚触 如何训练宝宝的便管理能力 出牙时期家长应注意什么 给宝宝穿脱和选择衣服 宝宝戴手套不如剪指甲 第二篇简简单单喂宝宝 母乳——妈妈送给宝宝最好的礼物 母乳喂养需知的三件事 人工喂养也能喂出壮宝宝 怎样应对宝宝吐奶 早产儿的喂养需知 宝宝添加辅食的最佳时机 上班族妈妈如何哺乳 第二章读懂宝宝行为，您就是最好的家长 0~1岁篇 宝宝出生才2天，怎么就会笑 宝宝爱看彩色气球 宝宝喜欢玩镜子 宝宝“怕生”怎么办 宝宝吃手指家长要管吗 拿什么吃什么怎么办 爬行让宝宝更聪明吗 1~2岁篇 不肯松手独自走 宝宝不喜欢和小朋友一起玩 宝宝喜欢推倒积木 宝宝要“自己来”，放权有讲究 宝宝注意力不集中 什么都是“我的” 三招应对宝宝不吃饭 2~3岁篇 公共场合撒泼哭闹，家长怎么办 我家宝宝太磨蹭 宝宝乱发脾气 宝宝和家长“对着干” 宝宝喜欢说“不” 宝宝不爱洗脸 第三章巧厨妈妈学做宝宝营养餐 第1篇0~1岁宝宝营养方案 4个月宝宝应及时添加辅食 5个月宝宝可适当补铁 6个月宝宝的辅食要助长牙 7个月宝宝辅食应含“脑黄金” 8个月宝宝辅食可用手拿吃 9个月宝宝吃饭要坐餐椅 10个月宝宝可适当多吃肉 11个月宝宝辅食配合断奶 12个月宝宝辅食营养要均衡 第2篇1~2岁宝宝营养方案 13~18个月宝宝饮食三餐三点 19~24个月宝宝要培养良好的用餐习惯 第3篇2~3岁宝宝营养方案 25~36个月宝宝要慎食“儿童食品” 第四章玩具怎么挑，游戏怎么玩 第1篇0~1岁宝宝益智方案 新生儿：全新眼光看世界 2月龄宝宝三件事：抬头、抓握、听音乐 3月龄：多多触摸也益智 4月龄：运动就是健脑 5月龄：宝宝需要能拿在手里的玩具 6月龄：和宝宝一起搭积木 7月龄：宝宝的玩具要不怕咬 8月龄：宝宝和玩具一起爬 9月龄：鼓励宝宝去模仿 10月龄：玩具要有更大的可控性 11月龄：宝宝涂鸦作画玩具不能少 12月龄：宝宝开始动手折叠 第2篇1~2岁宝宝益智方案 13~18月龄宝宝：认识自己 19~24月龄宝宝：要学习沟通 第3篇2~3岁宝宝益智方案 25~36月龄宝宝：学习社会规则 第五章生活不设防，安全无小事 第1篇如何让宝宝远离意外伤害，您必知的安全常识 为宝宝创造安全的成长环境 房间安全常识 浴室安全常识 厨房安全常识 起居室安全常识 卧室安全常识 门厅、楼梯和走廊安全常识 第2篇应对意外，护理要科学 常见的意外伤害及处理方法 表皮擦伤 肌腱和软组织损伤 皮肤出血 眼睛进异物 外耳道进异物 鼻腔里面进异物 咽部卡异物 食道异物 气管支气管异物 误服药物 触电 皮肤烫伤 严重出血 失去知觉 休克 高处跌落 宝宝溺水 家庭必备小药箱 第六章宝宝常见病及处理方法 第一篇宝宝有病早发现、早治疗 啼哭 异常表现 精神状态 正确给婴儿喂药 婴儿患病的饮食 第二篇常见营养性疾病的原因和对策 什么是营养性疾病 宝宝营养不良的特征和防治 缺铁性贫血 营养素缺乏性病症 维生素B2缺乏 维生素C缺乏 叶酸缺乏 维生素D缺乏 维生素E缺乏 维生素K缺乏 碘缺乏 维生素A缺乏 第三篇生活保健与护理 婴幼儿常见病及应对方法 佝偻病的表现与预防 婴儿湿疹 水痘的预防和护理 处理婴儿发热的护理方法 腹痛的护理 婴儿呕吐的护理 婴儿夜惊的护理 婴儿鼻出血的简单护理 急性上呼吸道感染的护理 腮腺炎的护理 高热惊厥的家庭急救 秋季腹泻的预防与护理 百日咳的预防和护理 哮喘患儿的家庭护理 轻度肺炎的家庭护理 尿布疹的护理 《走近童心》部分内文 宝宝适合什么样的室内环境

章节摘录

版权页：通常情况下，宝宝出生后在医院住上3~5天，就可以出院回家了。为了给宝宝提供一个优越舒适的生活空间，爸爸妈妈真是费尽心思。豆豆的妈妈为豆豆购买了软软的婴儿床、预防宝宝受凉的电暖气、温水袋；妈妈担心大人说话会影响宝宝睡眠，全家人说话的声音都调到了最小的音量，就连卧室的钟表都换成了无声的；为了让宝宝的房间漂亮美观，爸爸还重新粉刷了房间的墙壁，买了五颜六色的气球，并在地上铺上新地毯，整个房间让人看起来既漂亮又温馨。那么，豆豆爸妈的做法对吗？其实，为宝宝提供适宜的室内环境，不能从成人的角度来考虑，而应该从宝宝的生理和心理发育特点出发。那么，什么样的室内环境适合宝宝的成长呢？育儿知识点（1）宝宝的房间不能一味地追求安静 要避免在宝宝的房间里大声吵闹喧哗，如果宝宝要睡觉，尤其是新生儿期，房间更要保持安静，另外，这时灯光最好能暗一些，如果是白天，可以把纱帘拉下来，给宝宝提供一个适宜睡眠的环境。需要注意的是，宝宝的房间不能一味地追求安静，在宝宝清醒的状态下，要让宝宝听到生活中正常的走路声、交谈声以及锅碗瓢盆声，让宝宝去熟悉和认识这些声音，这对宝宝的身心发育都是有好处的。（2）宝宝需要什么样的婴儿床 像豆豆妈妈那样给宝宝铺上软软的床垫，其实是不太合适，应该给宝宝选择一个稍稍硬些的床，以保证宝宝脊椎的正常发育。稍硬些的床还有益于宝宝将来在床上练习抬头、翻身、爬行、站立以及行走。（3）室内的温度不能太高和太低 宝宝体温调节能力较弱，尤其是刚出生未满一个月的新生儿，他们的体温调节中枢还没有发育完善，如果室温太低，就会冻坏宝宝。同样，太高的室温，也不利于宝宝的成长，室温以18~25摄氏度为宜。如果宝宝是在夏季出生的，那么您就可以使用空调或电风扇来调节室温，注意空调或风扇的风口不要直吹宝宝。对于冬季出生的宝宝来说，现在一般家庭中的暖气供暖就可以达到对室温要求，另外还可通过电暖气、空调或者把宝宝的身边放置热水袋等方式来保温。需要注意的是，宝宝的身边放上热水袋，不能紧贴着宝宝的身体，并且一定要把热水袋用干毛巾或毛毯裹上，避免烫伤宝宝。（4）通风换气，要保持室内空气清新 宝宝的呼吸系统发育还没有成熟，抗病能力低，室内的空气一定要清新。可以打开窗户通风换气，每天开窗通风15~30分钟，保持室内空气流通。如果宝宝在冬季出生，很多妈妈就忽视了开窗换气，通常是门窗紧闭，不让室内进入一点冷空气。其实这种做法是不可取的，即使是冬季，室内也最好每天保持通风换气，开窗时要避免冷空气直接吹到宝宝身上，另外，外界温度越低，通风效果越好，冬季每天开窗5分钟左右就足够了。像豆豆爸爸那样为了房间的美观而重新粉刷墙壁的做法，是不对的，要避免涂料中的有毒物质伤害宝宝的健康。

《走近童心》

编辑推荐

《好妈妈系列:走近童心(0-3岁卷)》不注重长篇大论，而以能为新手爸妈提供具体实用、切实可行的育儿方法为宗旨，理论联系实际，把科学的育儿知识用亲切温和的语言向读者娓娓道来，乃新手爸妈必不可少的育儿指导宝典。

《走近童心》

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