

《超简单的宝宝养育说明书》

图书基本信息

书名：《超简单的宝宝养育说明书》

13位ISBN编号：9787115341540

出版时间：2014-2-1

作者：伯根尼希特

页数：252

译者：徐丽佳

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

《超简单的宝宝养育说明书》

内容概要

怀孕很辛苦？育儿很烦恼？没时间看“砖头书”？ 不要砖头书，只要小精美 美国权威妇产专家、医学博士 专为微时代都市白领打造 将父母比喻成“生产商”，将宝宝比喻成“新产品” 生动独特的比喻、精炼幽默的语言、简单个性的图示 完美表达微时代孕育观点，简单、实用、有趣 孕育宝宝就像启动电脑一样轻松自如、顺畅无忧 推荐组合购买：微怀孕：超简单的孕期生活说明书（不要砖头书，只要小精美，美国权威妇产专家、医学博士，专为微时代都市白领打造，孕育宝宝就像启动电脑一样简单轻松）

《超简单的宝宝养育说明书》

作者简介

关于作者 路易斯·伯根尼希特医学博士 经美国儿科学会认证的儿科医师，美国犹他大学医学院儿科助理教授，美国社会责任医生协会董事会成员，在美国盐湖城从事婴幼儿医疗工作达16年之久。2002年，《妇女家庭杂志》(Ladies' Home Journal) 授予他“犹他州最佳儿科大夫”的称号。伯根尼希特博士目前与太太乔迪·伯根尼希特共同居住。由于伯根尼希特博士经常在半夜接到急诊电话需要外出，乔迪在很长一段时间里患有失眠症。现在，她终于完全适应了丈夫的工作，并能够整夜安睡了。

乔·伯根尼希特 是路易斯·伯根尼希特博士的儿子，初为人父的他经常致电父亲讨教育儿经验。此外，乔还身兼作家、企业家等多个身份，并合著出版了《男子汉养成术》《超级淑女养成术》《揭密高尔夫》等书。目前，乔与妻子梅勒妮、儿子乔纳和伊莱（近10岁，始终保持着最佳状态）共同居住在美国的盐湖城。

关于插画师 保罗·克普尔和祖德·巴法姆 是费城知名设计工作室“疯人设计”(HEADCASE DESIGN)的合伙人。该工作室的作品受到了《美国插画》(American Illustration)、《传媒艺术》(Communication Arts)以及《印刷》(Print)等诸多著名设计刊物的追捧。在1998年创办疯人设计工作室前，保罗曾在Running Press出版社工作过数年。保罗和祖德都毕业于泰勒艺术学院，目前都在该学院任教。据说，当祖德还是婴儿的时候，其父母经常试图延长他的睡眠时间，而保罗的父母则无数次尝试送走婴儿时期的保罗，因为他们坚信，没有头发的保罗具有出生缺陷。

《超简单的宝宝养育说明书》

书籍目录

迎接你的新生宝宝
宝宝全身各部位清单及示意图
头部
身体
第一章 准备工作与家居布置
如何进行家庭准备工作
如何布置婴儿房
婴儿床
尿布台/更衣台
其他育婴用品
基本的育婴用品
基本的出行工具
婴儿背带
婴儿推车
汽车安全座椅
如何安装汽车安全座椅
如何为宝宝选定儿科保健医生
第二章 日常护理
如何与新生儿建立亲密关系
新生儿的常用抱法
如何抱起宝宝
摇篮式抱法
倚肩式抱法
如何传递宝宝
会爬宝宝的常用抱法
跨髋式抱法
俯卧式抱法
啼哭：宝宝传递信息的特殊方式
如何安抚宝宝
如何用襁褓包裹宝宝
快速包裹法
玉米煎饼卷式包裹法
安抚奶嘴的选择和使用
天然的安抚奶嘴
人造的安抚奶嘴
如何给宝宝按摩
适合宝宝玩耍的游戏
音乐播放游戏
增强肌肉力量的游戏
如何为宝宝挑选合适的玩具
适合1个月宝宝的玩具
适合2~6个月宝宝的玩具
适合7~12个月宝宝的玩具
第三章 喂养：宝宝的能量来源
制订合理的喂养计划
新生儿的喂养标准
2~6个月宝宝的喂养标准

《超简单的宝宝养育说明书》

7~12个月宝宝的喂养标准

按需哺乳vs按时哺乳

母乳喂养

母乳喂养的基础知识

母乳喂养的基本用品

哺乳期间如何合理膳食

母乳喂养的正确姿势

摇篮式

足球式

侧卧式

如何在公共场所哺乳

正确的含接姿势

两侧乳房交替哺乳以及适当的哺乳频率

母乳的储存

如何加热储存的母乳

人工喂养

如何清洁奶瓶

如何用配方奶喂养

配方奶的选购

配方奶的冲调与加热

外出时如何冲调配方奶

如何使用奶瓶喂养宝宝

如何给宝宝拍嗝

倚肩式拍嗝法

坐式拍嗝法

如何给宝宝戒夜奶

如何给宝宝添加固体食物

给宝宝喂固体食物的基本工具

如何给宝宝喂固体食物

如何训练宝宝学会自己进食

避免给宝宝食用的六类食物

如何给宝宝断奶

第四章 培养良好的睡眠习惯

如何营造优质的睡眠空间

摇篮

婴儿床

父母的床

了解宝宝的睡眠习惯

了解宝宝的睡眠周期

正确使用睡眠时间表

如何对宝宝进行睡眠训练

安抚入睡训练法

控制哭泣训练法(1.0版)

控制哭泣训练法(2.0版)

如何将宝宝调整到日醒夜睡的模式

如何训练宝宝在婴儿房以外的地方入睡

如何训练宝宝在推车里入睡

如何训练宝宝在汽车里入睡

如果宝宝在夜间频繁醒来

《超简单的宝宝养育说明书》

利用过渡性客体

如何应对过度兴奋的宝宝

睡眠障碍

第五章 日常清洁与护理

尿布的使用与更换

尿布台的准备

布质尿布vs一次性纸尿裤

如何给宝宝更换尿布

尿布疹的治疗与护理

监测宝宝的排泄功能

宝宝的排尿功能

宝宝的排便功能

宝宝的清洁与护理

如何使用海绵给宝宝洗澡

如何使用澡盆给宝宝洗澡

如何使用浴缸给宝宝洗澡

如何给宝宝清洗头发

耳朵、鼻子和指甲的清洁与护理

牙齿的清洁与护理

如何为宝宝清洁牙齿

如何帮助宝宝刷牙

如何为宝宝修剪头发

如何给宝宝穿衣

如何防止宝宝过热或受寒

如何防止宝宝过热

如何防止宝宝受寒

第六章 生长与发育

监测宝宝运动与感觉器官的发育

视觉器官(视力)

听觉器官(听力)

运动器官(活动)

嗅觉器官(气味)

如何对宝宝进行反射检查

吸吮反射

觅食反射

拥抱反射

握持反射

踏步反射

颈紧张反射

防御反射

1岁以内宝宝的发育里程碑

3个月宝宝的发育里程碑

6个月宝宝的发育里程碑

9个月宝宝的发育里程碑

12个月宝宝的发育里程碑

监测宝宝的生长发育水平

宝宝的语言交流

婴语

自然语言

《超简单的宝宝养育说明书》

宝宝的运动能力

爬行

站立

攀爬

行走

宝宝摔倒后的正确处理方法

如何应对宝宝的分离焦虑

如何应对宝宝发脾气

第七章 安全与急救

如何为宝宝创造安全的环境

家庭安全的基本策略

厨房的安全策略

浴室的安全策略

卧室的安全策略

客厅的安全策略

餐厅的安全策略

外出时的安全策略

如何配备宝宝专用的急救箱

海姆立克氏急救法和心肺复苏术

及时发现呼吸道异常

如何实施海姆立克氏急救法

如何实施心肺复苏术(cpr)

如何测量宝宝的核心体温

婴儿常见疾病及保健方法

哮喘

婴儿湿疹

碰伤和擦伤

水痘

胎记和胎疹

包皮环切术

泪腺堵塞

急性腹绞痛

鼻塞

便秘

乳痂

哮喘

割伤

脱水

腹泻

药物过敏

耳部感染

发热

胀气

打嗝

昆虫咬伤或蜇伤

神经性震颤

流行性出血性结膜炎(红眼病)

胃食管反流

出牙

《超简单的宝宝养育说明书》

脐带残端

接种反应

呕吐

防止婴儿猝死综合征(sids)的发生

及时发现重大疾病

脑膜炎

肺炎

癫痫

呼吸道合胞病毒(rsv)感染

附录

定期体检与保健

常见问题解答

常见问题解决指南

关于作者

《超简单的宝宝养育说明书》

精彩短评

- 1、14年版很新的书，知识也很新，不像不少以前的书内容都很老套，尤其是母乳喂养的部分跟国际母乳协会提倡的内容一致。书的内容简单明了又有趣，配的插图都很可爱让人一看就记得住，还有一些有趣的附表可以记录排尿排便和睡眠的时间，很有创意又实用，喜欢这样新颖可爱的教科书
- 2、简洁，易懂，很赞
- 3、有意思，涨知识
- 4、简明实用，解决了我的一些基础到都不好意思问人的困惑，比如婴儿应该怎么抱。。。从来没有抱过婴儿，以前遇到热情的盆友要把自家小孩给我玩的时候，顶多硬着头皮捏一下小手就迅速躲开。本来还指望我妈帮我，结果我妈说她也不会！她连我都没抱过！！我出生之后她根本碰都不敢碰我！我婴儿期都是我小姨照顾的！！#真·亲妈#我还是硬着头皮自己来吧。。。

《超简单的宝宝养育说明书》

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