

# 《1000日——打造宝宝的抵抗力》

## 图书基本信息

书名：《1000日——打造宝宝的抵抗力》

13位ISBN编号：9787533157333

10位ISBN编号：7533157338

出版时间：2011-1

出版社：山东科学技术出版社

作者：多美滋金盾,妈妈宝宝 编著

页数：223

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)

# 《1000日——打造宝宝的抵抗力》

## 内容概要

1000日抵抗力计划，ISBN：9787533157333，作者：

# 《1000日——打造宝宝的抵抗力》

## 书籍目录

1000日抵抗力，宝宝健康成长的保障 第一部分—280~0日（孕期）维护孕妇健康的饮食 孕动起来，动出抵抗力 对话抵抗力专家 第二部分 1~180日（0—6个月）1~180天宝宝的抵抗力小测试 好营养才有好抵抗力 母乳——宝宝的天然抵抗力 剖宫产宝宝抵抗力计划 及时合理添加辅食，吃出抵抗力 抵抗力辅食轻松做 对话抵抗力专家 好成长来自好抵抗力 安稳睡眠，新宝宝发育的好环境 按摩皮肤，与抵抗力亲密接触 宝宝大便，肠道抵抗力的晴雨表 宝宝体操Follow Me 日光浴为抵抗力加分 对话抵抗力专家 好父母胜过好医生 腹泻，营养吸收的天敌 应对愁人的肺炎 及时发现异常黄疸 赶走便秘，赶走肠道健康的敌人 消灭湿疹，让宝宝和大自然更亲近 对话抵抗力专家 第三部分 181~365日（6~12个月）181~365天宝宝的抵抗力小测试 好营养才有好抵抗力 好奶粉带来好抵抗力 新食物，新抵抗力 抵抗力辅食轻松做 对话抵抗力专家 好成长来自好抵抗力 抵抗力推动宝宝的第一次 快乐的抵抗力运动 带宝宝户外探索吧 对话抵抗力专家 好父母胜过好医生 从便便中看宝宝肠道的抵抗力 如何拒绝反复感冒，增强抵抗力 别跟呼吸道过敏过不去 肠胃炎卷土重来 补血，给抵抗力储备小仓库 对话抵抗力专家 第四部分 366~1000日（1~3岁）366~1000天宝宝的抵抗力小测试 好营养才有好抵抗力 均衡营养成就强健抵抗力 抵抗力重要一步——良好的饮食习惯 厌食，抵抗力的敌人 有益抵抗力的美食 选对适合体质的食物 抵抗力辅食轻松做 对话抵抗力专家 好成长来自好抵抗力 做好宝宝入园准备 带宝宝出游的抵抗力攻略 好情绪带来好抵抗力 规律睡眠，培养良好抵抗力 对话抵抗力专家 好父母胜过好医生 传染病来袭，不怕不怕 来势汹汹的肺炎 寒暖交替，让宝宝拥有出色抵抗力 谁让宝宝依赖上了抗生素 对话抵抗力专家 结语 附录1 预防接种表 附录2 抵抗力最爱的食物排行榜 附录3 增强抵抗力小游戏大搜集 附录4 妈妈们的抵抗力误区

### 章节摘录

版权页：插图：在自然分娩中，婴儿通过接触母亲产道和肠道分泌物，使母体的菌群在肠道定植。但是剖宫产儿与母体的接触十分有限，同时又暴露于特定的医疗环境中，其后果是使正常肠道菌群的定植推迟，并且双歧杆菌的定植率低。这样的宝宝大约到半岁时才能接近正常分娩儿的菌群比例，这可能是剖宫产宝宝易患感染性疾病或过敏性疾病风险升高的主要原因。剖宫产宝宝抵抗力计划最佳的办法是尽早进行母乳喂养，特别是第一口奶最好为母乳。出生后尽早与妈妈接触，尽快地吸吮妈妈的乳头，即使暂时吸不出母乳，也能将乳头和乳管内的正常菌群吞咽进入宝宝的肠道。新妈妈尽量坚持母乳喂养6个月以上，这是因为母乳不仅含有最好的营养，还能帮助婴儿建立肠道菌群。如果宝宝因特殊原因不能接受母乳喂养时，宜选择婴儿配方奶粉。建议可以选择含有添加益生元的配方奶粉，帮助宝宝尽早建立健康的肠道菌群。

# 《1000日——打造宝宝的抵抗力》

编辑推荐

# 《1000日——打造宝宝的抵抗力》

## 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)