

《宝宝的喂养与护理》

图书基本信息

书名：《宝宝的喂养与护理》

13位ISBN编号：9787502946326

10位ISBN编号：7502946322

出版时间：2009-1

出版社：苗国营,等 气象出版社 (2009-01出版)

作者：苗国营,等

页数：178

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

《宝宝的喂养与护理》

前言

《孕幼养教全书》是全面地介绍孕产、养育、早教的书籍，共分三本，分别是《平安孕产》、《宝宝的喂养与护理》、《婴幼儿益智早教》。本套丛书不仅对优生优育、孕妇日常生活、产妇产后恢复及瘦身、新生儿的喂养及照顾、婴幼儿早期益智开发，以及婴儿成材的非智力因素都有详细的论述，还以简单、易懂、好记的“三字经”形式科学地阐述了孕妇在孕期的衣、食、住、行、美、乐等各个方面的注意事项，从不同角度启示孕妇如何进行胎教和婴幼儿早期智力的开发。婴幼儿身心健康是家长最为关心的问题，本套丛书还详细地介绍了婴幼儿科学喂养的知识及方法、常见疾病的预防及食物疗法。幼儿的早期教育更是关系着孩子的一生，如何科学地给孩子进行早教是一个难题。本书详细地介绍了利用游戏的方式开发幼儿的智力，从幼儿成材的非智力因素方面引导家长培养幼儿的观察力、想象力、创造力、思维能力等方面入手，为孩子以后成材打下坚实的基础。同样地，我们也总结编排了一些“三字经”，深入浅出地引导家长科学育儿。婴幼儿期是人生的重要时期，其身体、智力、行为习惯、性格等各方面都在迅速发育和形成。每一位父母都希望做到优生、优育、优教。尤其是现在，独生子女的成长教育也面临着许许多多的问题，年轻父母们更需要加强这方面的知识。孩子成长，情系父母，科学教育，势在必行。俗话说：“三岁看大，七岁看老。”在本书中，我们将育儿期分成不同的阶段，从优生、胎教、哺育、培养，直到把孩子送进学校接受教育，真是：悠悠寸草心，滴滴见真情。十年树木，百年树人。为了使宝宝能在未来绽开成美丽的花朵，让我们共同浇灌这棵娇嫩的幼苗吧！参与本书编写的还有曹祥卫、陈红全、丁娟、胡国锋、刘广臣、吕其玉、石佳、隋春江等，在此一并致谢。编者2008年10月

《宝宝的喂养与护理》

内容概要

《宝宝的喂养与护理》详细地介绍了0~3岁宝宝的喂养及辅食的添加，并配以大量容易操作的食谱，方便家长科学地调配宝宝的饮食。《宝宝的喂养与护理》还介绍了婴幼儿常见的预防及治疗。通过对《宝宝的喂养与护理》的阅读，期望家长知道只要喂养方法科学适当，一定能养育出聪明漂亮、健康活泼的孩子。婴幼儿期是人的一生中生长发育最快的一个阶段，无论是在体格发育方面，还是在语言、运动等方面都有着量的变化，且在神经智力方面，如情绪、社会性、智能、知觉和认知发育方面更有质的变化。因此，婴幼儿时期的喂养与照顾显得尤其重要。

《宝宝的喂养与护理》

书籍目录

前言第一章 提倡母乳喂养1.1 母乳喂养的益处1.2 增加乳汁的方法1.3 中药及食疗发奶方第二章 正确进行母乳喂养2.1 科学哺乳的注意事项2.2 哺乳方法2.3 哺乳时注意事项2.4 乳母生病时的哺乳2.5 婴儿的人工喂养2.6 混合喂养2.7 如何断奶第三章 宝宝的哺乳3.1 婴儿生理发育特点3.2 健康婴儿的标准3.3 母乳喂养知识3.4 出生至4个月的宝宝哺乳3.5 患病宝宝的哺育第四章 0~3岁宝宝的辅食4.1 了解婴幼儿饮食特点4.2 宝宝所需的五大营养4.3 科学为宝宝添加辅食4.4 4个月至2岁宝宝辅食的添加4.5 提升宝宝的免疫力4.6 宝宝钙制品的补充4.7 宝宝维生素的补充4.8 婴幼儿补脑食品第五章 新生儿照顾5.1 新生儿漾奶5.2 新生儿的“包裹”5.3 婴儿房间的布置5.4 宝宝的穿衣5.5 宝宝的睡眠5.6 正确换尿布5.7 婴儿用品消毒5.8 洗澡5.9 清洁头发、眼、耳、鼻、口、指甲5.10 婴儿大小便5.11 哭泣与正确的抱法5.12 呵护宝宝的肌肤5.13 宝宝脐带的护理5.14 小儿疹子的护理5.15 地方风俗、民间传统的误区5.16 认识宝宝的压力5.17 打预防针第六章 婴幼儿常见疾病的预防及治疗6.1 宝宝安全用药知识6.2 家中配备一些宝宝常用药6.3 观察大便识别宝宝疾病6.4 婴幼儿常见疾病的预防和食疗6.5 保护好宝宝的眼睛

章节摘录

新生儿刚刚脱离母体，需要吸收大量的水分和营养，与生俱来的本能就是吮吸母亲的乳汁。尽管婴儿的喂养除了母乳之外，还有其他许多代乳品，但我们还是要提倡母乳喂养。母乳喂养有许多优点。一滴初乳中含有0.5~2.5毫克的免疫球蛋白，相当于成熟乳的20~50倍，所以，有初乳如金之说。初乳是分娩后12天内的乳汁，是最宝贵的营养品，不仅能为婴儿提供宝贵的营养，还能促进婴儿肠发育。母乳营养全面，含有婴儿成长必需的各种营养素，非常利于婴儿吸收；母乳含有多种免疫物质，能增强婴儿的抗病力。母乳中含有牛磺酸，牛磺酸既可促进脑细胞增长，又具有促进神经细胞网络形成及延长神经细胞存活时间的作用。母乳中钠的含量每千克只有150毫克，不含过敏性物质，不会引起婴儿，胃肠过敏反应。母乳还具有新鲜、干净、方便等优点，最符合宝宝健康的需要。众多的研究表明，母乳喂养的婴儿无论在体格发育上还是在智力发育上都优于用其他方式喂养的婴儿。

1.1 母乳喂养的益处

(1)母乳喂养的婴儿不容易得病母乳喂养的婴儿很少有肠胃炎、胸部感染和麻疹的病例，这是由于婴儿直接接受了抗体的缘故。所有的婴儿都在出生前通过脐带内他们母亲的胎盘血中接受了一些抗体，而母乳喂养的婴儿，其体内抗体则可由初乳和母乳内的抗体得到补充。在婴儿生活的头几天里，抗体可对肠道产生一种保护作用，并且由于抗体为血液所吸收，形成了身体保护作用的一部分，以抵御各种传染病。有些抗体，诸如抗脊髓灰质炎的抗体是在母乳内的，因此，当用母乳喂养婴儿时，母亲能够自动地保护新生儿。但是，婴儿在3~9个月大的时候，还是要做一次免疫接种。(2)母乳比其他奶更容易和更快被消化母乳喂养的婴儿不会便秘，这是由于食物有效地和完全被消耗的缘故。婴儿的大便往往软而无臭，并且不含通常会引起阿摩尼亚性皮肤炎的细菌，因此，婴儿是不易患尿布疹的。(3)母乳喂养的婴儿很少超体重母乳中含有人体所需的各种营养素和不饱和脂肪酸，能调节婴儿的体重。(4)母乳喂养简单省事母乳常保持合适的温度，你不必浪费时间消毒奶瓶和配制奶粉，又可节省购买奶粉、奶瓶等用品的钱。母乳喂养的婴儿少肠气、睡眠时间较长、无奶臭味以及奶味不难闻。(5)母乳喂养法有利母亲健康有关研究表明：如果采用母乳喂养法，在妊娠期间所积聚起来的脂肪就会消除。在母乳喂养期间，母体内释放一种荷尔蒙(激素)名为“催产素”，这种荷尔蒙促进子宫恢复到原来的正常大小，骨盆更快地恢复正常，腰围亦然。母乳喂养也不会影响乳房的形状和大小。现在有一种错误观点，认为母乳喂养会引起乳房下垂，引起体形变形，所以，一些年轻母亲，为保持自己体形美，就避免母乳喂养，这是不正确的。(6)母乳喂养有利于母亲避孕如果采用母乳喂养法的话，因婴儿吸吮刺激使催乳激素分泌增加，促进产乳量，同时抑制排卵，有避免怀孕的特点。

1.2 增加乳汁的方法

母乳喂养对母婴有诸多益处，可是有些母亲担心自己的乳汁少，不能满足婴儿的需求，其实这种担心是不科学的，乳量的多少取决于婴儿的摄食量，婴儿摄取的越多，乳房产生的乳量也会随之增加，以下是增加乳汁的方法，供新手妈妈参考。(1)多吸吮作为母亲要有用母乳喂养孩子的决心。孩子出生以后，要经常让孩子吮奶头，以刺激乳腺分泌乳汁，这是保证母乳充足极为重要的外在动力。(2)有恒心通常，开始几天乳汁都不会很多，到四五天后，乳汁就会大量分泌出来，因此，开始几天千万不要因为乳汁少而灰心丧气。不要随便补充奶粉。在第1周内，即使母乳很少，也尽量不要随便使用奶粉补充。因为孩子一吃上奶粉，吸奶力就会弱，结果母乳会越来越来少。婴儿吃奶因吸吮乳头，可刺激引起反射性乳汁分泌。只要坚持喂奶、勤喂奶，乳汁就会源源而来。(3)多摄取营养乳母摄入全面和充足的营养，是保证乳汁充足的重要物质条件。因此，在哺乳期应多吃一些含蛋白质、脂肪、维生素和矿物质丰富的食物。(4)身心愉悦在哺乳期要保持精神愉快、心情舒畅、家庭和睦。避免生气、焦虑和急躁，这也是保证乳汁充足的重要的精神条件。(5)注意休息在喂乳期要注意休息，保证充足的睡眠，千万不要过度疲劳。每天睡眠时间不得少于8小时、午间午休1~2小时。P1-3

《宝宝的喂养与护理》

编辑推荐

《宝宝的喂养与护理》由气象出版社出版。

《宝宝的喂养与护理》

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