

《做自己孩子的保健专家》

图书基本信息

书名：《做自己孩子的保健专家》

13位ISBN编号：9787510038464

10位ISBN编号：7510038464

出版时间：2011-7

出版社：世界图书出版公司

作者：哥肯·佛克

页数：199

译者：李振华

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

《做自己孩子的保健专家》

内容概要

小朋友从呱呱落地开始，就与他的健康人生发生了关系。从小到大的健康维护是为人父母最关心的课题，哥肯·佛克编著的《做自己孩子的保健专家(畅销版)》是每个家庭值得珍藏的一本儿童健康照顾大全，宛若一个全天候随侍在侧的全职医生、护士，帮每位小朋友的健康把关、照料，《做自己孩子的保健专家(畅销版)》从预防、保健、急救、治疗等方面，给予最贴心的建议。

《做自己孩子的保健专家》

书籍目录

婴儿、学龄前、青春期成长阶段 1月龄 2月龄 3月龄 4月龄 5月龄 6月龄 7月龄 8月龄 9月龄 10月龄 11月龄 12月龄 生命中的第二年(1~2岁) 学龄前期(3~5岁) 学龄期(6~12岁) 青春期(13~18岁) 性别特征 青春期的各阶段 婴儿、儿童饮食营养健康 婴幼儿喂养 开始母乳喂养 母乳喂养和断奶 推荐母乳喂养的原因 用奶瓶喂养宝宝 断奶 幼儿期的饮食 营养建议 青春期饮食 营养建议 儿童成长护理和保健 婴幼儿和儿童贫血 儿童便秘 腹泻 腹泻的分类和病因 食物过敏症 儿童拒食 拒食的原因 肥胖 厌食症和贪食症 体格检查和预防接种 医学咨询是预防的基础 记录孩子的身高和体重 精神运动的发育 牙齿 牙齿的成长 牙齿问题 卫生 婴儿卫生 性 婴幼儿性意识 青春前期的性欲望 青春期的性意识 儿童疾病治疗和护理 警示症状 呕吐 发热 儿童哮喘 哮喘 过敏 免疫系统和过敏反应 过敏症的症状 过敏症的治疗 过敏症的诊断 呼吸系统疾病 上呼吸道感染 下呼吸道感染 其他呼吸系统感染性疾病 消化与泌尿系统疾病 出疹性疾病 疱疹和足癣 疱疹 足癣 艾滋病 获得性神经系统疾病 儿童肿瘤 一般表现和常见类型 儿童情感健康和教育 亲情与教育 早期智力开发 婴幼儿睡眠障碍 与上学相关的难题(1) 与上学相关的难题(2) 存在语言障碍的儿童 有特殊需求的儿童：天才儿童 如何区分天才儿童 发展特殊技能 被收养的儿童 性教育 儿童虐待 儿童及青春期毒品问题 儿童意外伤害与急救 家庭急救 急救的基本原则 家庭中意外事故的预防 家庭中常见的意外事故 跌伤和撞伤 溺水 家中溺水 窒息 异物伤害 眼内异物 耳内异物 鼻腔内的异物 皮肤的异物 烧伤 需要注意的几点 触电事故 出血 中毒 过敏或过敏性休克、昆虫叮咬伤 过敏性休克 预防蚊虫叮咬 预防药物过敏 青少年体育锻炼 体育锻炼，健康与儿童及青少年的成长 儿童期参加体育锻炼的益处 有氧运动对孩子的重要性 4~7岁儿童的前体育运动游戏 带着孩子去度假旅行 和孩子一起出去度假目的地 阳光与皮肤护理 夏天与蚊虫叮咬 叮咬人的昆虫 旅游时的特殊预防措施 旅游时的特殊准备 残疾儿童的护理 儿童自闭症 先天遗传性神经系统疾病 癫痫 髋关节发育不良 先天性耳聋 失明 染色体病 唐氏综合征 特纳综合征 克兰费尔特综合征 猫叫综合征 乳糜腹 先天性心脏病 房间隔缺损和室间隔缺损

《做自己孩子的保健专家》

章节摘录

2月龄 出生后的第一个月是宝宝与父母相互适应最困难而又复杂的时期，过了第一个月，宝宝和他的家庭之间已经建立了牢固的联系。这时的母亲已经完全从分娩过程中恢复过来，并且越来越了解孩子的需求和性格脾气。而且，母亲已慢慢调整适应了婴儿的哺乳频率、睡眠和觉醒时间。宝宝更加活泼，父母也更加有信心，家庭生活开始充满了乐趣。即便如此，家长对于宝宝的保健和发育仍然存在一些疑问和焦虑，需要向医生寻求帮助。

体格的发育 宝宝的运动更加复杂多样（虽然协调性仍然不好）。下面提到的一些动作很值得注意：**仰卧位**。他会舞动上肢和双腿并试图屈曲，灵活性更好。**俯卧位**。他会用胳膊支撑身体并能够抬头数秒。**双手扶坐位**。头向后仰，但处于直立位时头可直立几秒钟。**双手**。双手常处于伸开状态。他能够在很短的时间内保持头部直立。他能够在短时间内抓持小件物品。

精神智力的发育 虽然宝宝大部分时间仍然在睡觉，但是他觉醒的时间较以前明显延长，每天能够达到8~10小时。他的作息时间开始越来越规律，这个月仍然应该按照他的需求哺乳，即使夜间也不例外。他开始对其他人的脸感兴趣。当他看到某个特定物品时会出现表情变化。他已经能够区分声音并寻找声源。他能够在180°的范围内随着人和较大物品的移动而移动视线。

感觉和运动的发育 宝宝开始专注地观察周围的环境。他听到突然出现的噪声时会吓了一跳。他开始经常笑，并张开嘴模仿和他说话的人。

社会性行为的发育 他能够通过不同的手势表达高兴或不满的情绪。当有人陪伴时他会表现得高兴。他更多地活动胳膊和腿，做出更多有意义的姿势来对别人，特别是对父母和亲人给予的刺激做出反应。通常宝宝都很喜欢洗澡，他会通过各种姿势和积极的活动来表达这种愉悦。

口腔鹅口疮 口腔鹅口疮是由于白色念珠菌感染引起的真菌性口腔炎，其特征为口腔黏膜溃疡或缺损。这些发白的溃疡会引起口腔干燥和不适。为了预防口腔内真菌的生长，必须定期对婴儿使用的奶嘴和奶瓶蒸煮消毒。如果是母乳喂养，那么当母亲使用抗生素或者患有真菌性阴道炎时，也应该特别当心，因为这些情况下会使得真菌容易由母亲向婴儿传播。虽然口腔鹅口疮并不是严重的疾病，但也需要治疗：一般给予外用的药水或糊剂口腔内涂抹（制霉菌素最常用，还有其他一些药物）。最好是在婴儿吃奶后使用，这样可以使药物在口腔内停留更长时间，因此也更有效。

3月龄 出生后的第3个月，孩子会以令人惊奇的速度快速成长。这和来自外部环境的刺激以及神经系统不断发育成熟密切相关。他对任何外部刺激都会做出反应，开始越来越多的笑，而哭得越来越少。他开始发出模仿性的咯咯声来参与交谈；在遗传因素和家庭环境的影响下，他各个方面的性格特征开始突显。

体格的发育 这个时期，婴儿的平均体重是5.5千克，平均身高为60厘米。他的肌张力更好了，俯卧位时能够抬起头和肩膀并维持几秒钟。他能够分别或同时有力地舞动胳膊和腿。他开始喜欢看自己的手，喜欢伸开胳膊并用拳头敲击物体。

精神智力的发育 他开始认识家庭成员。他的记忆能力越来越好。他的发音更好，手势也更多了。他开始用手来摸索自己的脸、嘴巴和眼睛。

感觉和运动的发育 他的小脑袋开始随着眼前的物体移动。他开始看自己的手，注视手指的运动。他开始观察和触摸周围的物品或是自己的身体，喜欢并试图把它们放进嘴里。吃奶时，他会被外面的声响吸引并会去寻找声源。他抓东西抓得更紧了。

社会性行为的发育 他的睡眠——觉醒——进食的节律性越来越明显。他很容易被各种各样的刺激逗笑，哭得也越来越少。他开始接受更加广泛的社会刺激，并进行交流和回应。在出生后的第3个月，宝宝经常哭闹不满。这证明此时的宝宝对奶水的需求较前几个周增加了，同时宝宝的兴奋性增加，睡眠时间也减少了。孩子看起来似乎总是不满足。请记住：困难时期只是暂时的，这不能说明父母喂养得不好，孩子和父母都没有出问题。这种变化是宝宝的神经精神系统不断发育成熟的结果，属于正常现象。这个时期出现的这种情况恰恰是宝宝不断发育成熟的证明，当这段时间结束时，宝宝会恢复原来的脾气并展现出新的能力。本书里提到的所有宝宝成长过程中的进步和倒退都只是提示性的，毕竟，每一个孩子都有自己的成长过程。 P12-15

《做自己孩子的保健专家》

编辑推荐

哥肯·佛克编著的《做自己孩子的保健专家(畅销版)》涵盖了从婴儿、学龄前，到青春期的儿童健康知识，帮助新生儿父母了解孩子各个成长阶段的特点和需求，学习儿童成长护理和保健的科学方法，并对儿童疾病的治疗和护理采取正确的措施。本书是每个家庭值得珍藏的一本儿童健康照顾大全。

《做自己孩子的保健专家》

精彩短评

1、翻译贴切 有大量事例图片补充

《做自己孩子的保健专家》

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