

《科学育儿》

图书基本信息

书名：《科学育儿》

13位ISBN编号：9787502583736

10位ISBN编号：7502583734

出版时间：2006-5

出版社：化学工业

作者：林琬生

页数：200

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

内容概要

强调医学的系统性，注重知识的科学性，突出读物的通俗性，本书是《知名专家进社区谈医说病》丛书中的一册，以问答形式介绍了从新生儿到学龄前儿童的生理心理发育特点，包括营养与喂养；儿童常见疾病的症状及处理方法，特别强调如何对新生儿护理、如何培养婴幼儿良好的生活卫生习惯；如何预防儿童意外伤害以及对意外伤害简单的处理和急救知识等。适合幼儿家长阅读，也可作为社区医生及社区健康宣教的读本。

如何养育孩子，如何使他们健康成长，是所有年轻的父母们都想知道的问题。本书的目的在于指导年轻的父母们或准父母们，如何养育孩子，讲解育儿的基本知识和科学道理，传授育儿的技巧，为促进孩子健康成长提供必要的信息。本书分为5个部分。第1部分介绍儿童的生理心理特点和他们的发育状况，重点介绍了新生儿的特点；第2部分介绍儿童的营养与喂养，这一部分在介绍有关营养基本知识的基础上，专门介绍了母乳喂养及乳类和代乳品的知识，介绍了如何正确培养孩子的饮食习惯；第3部分是护理知识与方法，介绍了护理的基本操作、儿童常见疾病的症状及处理方法，特别强调如何对新生儿护理、如何培养婴幼儿良好的生活卫生习惯；第4部分介绍如何预防儿童传染病的发生以及关于预防接种的知识；第5部分介绍如何预防儿童意外伤害以及对意外伤害简单的处理和急救知识。本书内容丰富，配有大量插图，图文并茂。具有较强的可读性、指导性和可操作性，适应家庭对儿童一般卫生保健的需要，适用于初中以上文化程度的家长阅读。

作者简介

林琬生，北京大学公共卫生学院教授。中国优生优育协会儿童少年教育工作委员会主任。长期从事儿童青少年卫生学的教学和科研工作。主编或参加编写了《现代儿童少年卫生学》、《中国优生优育优教百科全书》、《小学卫生保健手册》及《青春期教育读本》等专著及科普读物十余

书籍目录

儿童的生理心理特点 儿童的年龄分期 幽居宫内的胎儿期有哪些特点？ 初到人间的新生儿期有哪些特点？ 发育迅速的婴儿期有哪些特点？ 蹒跚学步的幼儿期有哪些特点？ 天真活泼的学龄前期有哪些特点？ 走进知识殿堂的学龄期有哪些特点？ 趋于成熟的青春期有哪些特点？ 新生儿的特点 如何根据生长期和体重给新生儿分类？ 新生儿正常的体重和身长各是多少？ 根据哪些情况判断新生儿是否正常？ 为什么新生儿的皮肤容易感染？ 什么是新生儿硬肿症？ 新生儿的体温为什么容易波动？ 新生儿的肾脏功能有什么特点？ 如何判断新生儿大便是否正常？ 新生儿睡眠时间长好不好？ 什么是非条件反射？ 什么是一过性发热？ 新生儿为什么会出现暂时性体重下降？ 什么是新生儿生理性黄疸？ 新生儿为什么会有乳腺肿块？ 女婴为什么会出现假月经？ 什么是“马牙”和脂肪垫？ 婴幼儿及学龄前儿童的特点 如何判断婴儿体重与身长(高)增长 速度是否正常？ 怎样测量孩子的体重与身长(高)？ 怎样判断孩子的体重与身长(高)是否正常？ 怎样估算孩子的体重与身长(高)？ 儿童的头围与胸围有什么意义？ 孩子发育中囟门会发生哪些变化？ 孩子出牙的时间和顺序有什么规律？ 婴幼儿睡眠有什么规律？ 什么是运动发育的“头—尾规律”？ 婴幼儿手眼协调能力的发育有什么规律？ 孩子什么时候开始学走路？ 孩子自我照顾能力的发展有什么规律？ 孩子的社会交往及语言能力发展有什么规律？ 儿童记忆的特点是什么？ 营养与喂养 营养基础知识 人体都需要哪些营养素？ 营养素是如何被人体吸收的？ 为什么儿童需要更多的营养素？ 儿童为什么应该重视补充蛋白质？ 什么是必需氨基酸和非必需氨基酸？ 什么是蛋白质的互补作用？ 选择什么样的食物可以补充蛋白质？ 脂类对人体有什么作用？ 什么是必需脂肪酸？ 如何理解胆固醇的功过是非？ 选择什么食物可以补充脂肪？ 什么是EPA与DHA？ 糖类对人体有什么意义？ 选择什么食物可以补充碳水化合物？ 矿物质对人的机体组织有哪些作用？ 选择什么食物可以补充矿物质？ 维生素对人体有什么意义？ 选择什么样的食物可以补充维生素？ 为什么说水是无价之宝？ 为什么膳食纤维不可缺少？ 儿童每日膳食中营养素的供给量应是多少？ 母乳喂养 母乳的营养价值有多高？ 为什么母乳可以增强儿童的抗病能力？ 为什么人乳大大优于牛乳？ 怎样看待初乳的价值？ 为什么应该尽早给新生儿喂奶？ 每天应给新生儿喂几次母乳？ 哺乳时应注意什么？ 你知道哺乳的正确姿势吗？ 怎样促进乳汁的分泌？ 什么情况下不宜喂母乳？ 哺乳期妇女为什么应慎用药物？ 乳类及代乳品 什么是混合喂养与人工喂养？ 混合喂养应注意什么？ 什么是配方奶粉和代乳品？ 如何哺喂牛奶？ 怎样调制奶粉？ 怎样购置和使用奶具？ 为什么不宜用炼乳喂养婴儿？ 婴儿为什么不宜用去脂奶？ 怎样给孩子补充维生素D？ 泥糊状食物与断奶 为什么要给婴儿增加泥糊状食物？ 如何添加泥糊状食物？ 怎样制作泥糊状食物？ 你知道断奶的时间和吗？ 断奶后如何喂养？ 培养儿童良好饮食习惯 什么叫平衡膳食？ 儿童食谱的制订原则是什么？ 怎样从小培养良好的饮食习惯？ 为什么要培养儿童吃早餐的习惯？ 怎样合理安排儿童的早餐？ 吃饭为什么要细嚼慢咽？ 怎样纠正儿童偏食和挑食的习惯？ 如何让孩子合理食用零食？ 麦乳精和巧克力的营养价值究竟有多大？ 儿童为什么应慎用保健品？ 烹调时，哪些不当操作会造成维生素的损失？ 如何在烹调中减少维生素的损失？ 哪些食物不宜同食？ 预防营养性疾病 什么是蛋白质—热量营养不良？ 如何预防蛋白质—热量营养不良？ 儿童肥胖的标准是什么？ 肥胖对儿童有何不良影响？ 如何预防儿童肥胖？ 怎样预防维生素C缺乏症？ 什么是佝偻病？ 如何预防佝偻病？ 什么是缺铁性贫血？ 如何确定缺铁性贫血？ 怎样预防缺铁性贫血？ 什么是边缘性锌缺乏？ 如何确定锌缺乏？ 如何预防锌缺乏？ 预防食物中毒 什么叫做食物中毒？ 食物中毒有什么特点？ 如何预防细菌性食物中毒？ 什么是葡萄球菌肠毒素食物中毒？ 如何预防葡萄球菌肠毒素食物中毒？ 为什么发了芽的土豆不能吃？ 四季豆(豆角)为什么一定要烧透才能吃？ 怎样预防家庭中发生亚硝酸盐食物中毒？ 霉变了甘蔗为什么不能吃？ 家庭中发生食物中毒怎么办？ 护理知识与方法 护理的基本操作 如何给孩子量体温？ 如何给孩子测量脉搏？ 给孩子测量脉搏有什么意义？ 如何判断孩子脉搏是否正常？ 怎样观察孩子的呼吸？ 怎样热敷？ 怎样冷敷？ 如何给小儿物理降温？ 如何给小儿喂药？ 怎样给小儿用眼药？ 小儿疾病常见症状及处理方法

《科学育儿》

什么是发热？ 引起发热的常见原因有哪些？ 小儿发热时怎么办？ 什么是小儿抽风？
孩子抽风时如何处理？ 引起小儿腹痛的常见原因有哪些？ 小儿发生腹痛怎么办？
哪些原因会引起小儿呕吐？ 小儿呕吐如何护理？ 小儿腹泻如何处理？ 儿童便秘如何处
理？ 如何预防儿童便秘？ 小儿用药知识 怎样计算小儿用药量？ 为什么要按时、按
量服药？ 为什么不应滥用抗生素？ 用青霉素、头孢菌素类药物为什么要做皮试？ 家庭
贮存药有哪些注意事项？ 新生儿护理方法 新生儿为什么要注意保暖问题？ 新生儿脐带
如何护理？ 给新生儿洗澡要做哪些准备工作？ 如何给新生儿洗澡？ 如何给脐带未脱落
的新生儿洗澡？ 如何预防尿布皮炎？ 如何防止新生儿漾奶？ 怎样知道孩子生了病？
如何正确包裹孩子？ 给小儿做衣服应注意什么问题？ 婴幼儿护理方法和良好习惯的培养
如何让小儿养成良好的睡眠习惯？ 如何为孩子创造良好的睡眠环境？ 儿童为什么不宜睡
弹簧床？ 为什么不要张口呼吸？ 怎样教孩子漱口刷牙？ 怎样选择好牙刷？ 如何正
确刷牙？ 吸吮手指和用嘴叼东西有什么坏处？ 为什么不应用手挖鼻孔？ 为什么饭前便
后要洗手？ 生吃瓜果为什么要洗烫？ 为什么不该随地吐痰？ 为什么要用手绢捂住口鼻
咳嗽或喷嚏？ 为什么要给孩子随身带手绢(或纸巾)？ 怎样培养小儿良好的大小便习惯？
怎样防止孩子夜间遗尿？ 怎样教孩子洗屁股？ 大孩子为什么要穿满裆裤？ 左撇子要不
要纠正？ 小儿的身体锻炼 为什么要从小锻炼身体？ 让孩子锻炼身体应注意什么？ 如
何给孩子做被动体操？ 怎样和孩子一起做主动体操？ 如何充分享用大自然的赐予？ 常
到户外活动有什么好处？ 游泳是最好的锻炼项目吗？ 传染病预防 预防传染病的方法 传染
病是怎样发生的？ 传染病可以预防吗？ 什么是传染病的隔离方法？ 常见传染病需要隔
离多少时间？ 常用的消毒的方法有哪些？ 怎样预防呼吸道传染病？ 怎样预防消化道传
染病？ 怎样预防虫媒传染病的传播？ 怎样预防接触性传染病的传播？ 预防接种 什么
是免疫？ 什么是自然免疫和人工免疫？ 什么是人工主动免疫和人工被动免疫？ 什么是
预防接种与计划免疫？ 什么是免疫程序？ 什么情况下不能进行预防接种？ 如何处理预
防接种后的常见反应？ 预防接种后应注意什么？ 为什么球蛋白不能代替预防接种？ 意外伤
害的预防及紧急处理 预防意外伤害的一般知识 不同年龄的儿童容易发生哪些意外伤害？
采取哪些基本措施可以预防意外伤害的发生？ 如何适时对孩子进行安全教育？ 怎样教会孩
子过马路？ 常用一般急救方法 处理伤口有哪些步骤？ 如何清洗伤口？ 出血有什么危
险？ 发生出血时如何处理？ 发生出血时如何止血？ 如何包扎伤口？ 怎样进行人工
呼吸？ 怎样进行胸外心脏挤压？ 怎样进行催吐和洗胃？ 常见意外伤害的预防和紧急处理
如何预防和处理小儿摔伤？ 如何预防和处理小儿烫伤？ 如何预防溺水和进行溺水急救
？ 如何预防触电和进行触电急救？ 如何处理鼻出血？ 如何处理眼异物？ 如何处理
眼外伤？ 如何预防和处理气管异物？ 如何处理外耳道异物？ 如何处理昆虫蜇伤、咬伤
？ 如何预防和处理狗咬伤？ 如何预防和处理药物中毒？ 如何预防和处理苦杏仁苷中毒
？ 如何预防和处理煤气中毒的急救？

《科学育儿》

精彩短评

1、挺专业的，价格也便宜。其实那些花里胡梢的几岁方案内容和这个差不多的，这本还是比较值的，价格不贵在家预备一本，以备不时之需挺好的。

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