《顺利渡过母爱第一关》

图书基本信息

书名：《顺利渡过母爱第一关》

13位ISBN编号：9787538871722

10位ISBN编号：7538871721

出版时间：2012-6

出版社：黑龙江科学技术出版社

作者：李育芳

页数：234

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

《顺利渡过母爱第一关》

前言

母乳，给宝宝的第一份礼物　母乳是上天赐予宝宝的第一份礼物，没有任何食品能像母乳一样含有如此丰富的营养，如此适合宝宝尚未发育成熟的消化器官。即便在科技发达的现代社会，母乳喂养仍然是能够利用的最有效的生存方式之一。　但是，母乳喂养在人类社会中原本是耳濡目染自然就会的哺育方式，却因为现今社会中各种奶粉的充斥，反而受到了越来越大的挑战。要知道，母乳中有400多种营养元素，其中大部分是有益于宝宝大脑发育的生长素，这是任何奶粉制造商都无法模仿的。　最重要的是，母乳喂养的意义远远大于营养，这是新手妈妈面临的“母爱第一关”，是建立良好母婴关系的纽带。母乳喂养要求妈妈和宝宝进行交流和沟通，妈妈要适应宝宝，宝宝也要适应妈妈，这样母婴就会彼此熟悉对方的表情，了解对方的习性。通过母乳喂养，妈妈和宝宝会彼此信任，相亲相爱。可以说，母子之情是宝宝来到世上的第一份感情，如果顺利渡过母乳喂养这一关，就能够让父母今后更轻松、有效地引导和管教宝宝。　本书围绕母乳喂养的话题，结合生活实际，不仅让你了解母乳喂养的好处，还教你如何正确地给宝宝哺乳。另外，也对妈妈在母乳喂养中所遇到的烦心事给予了详细解答。希望这本书里分享的知识能增强妈妈母乳喂养的信心，为宝宝提供充裕的“口粮”。同时，也衷心地希望各位妈妈能享受这个给予宝宝美好食物的过程，并在未来的日子里，拥有一份美好的回忆。

《顺利渡过母爱第一关》

内容概要

《顺利渡过母爱第一关:母乳喂养全攻略》围绕母乳喂养的话题，结合生活实际，不仅让你了解母乳喂养的好处，还教你如何正确地给宝宝哺乳。另外，也对妈妈在母乳喂养中所遇到的烦心事给予了详细解答。希望这本书里分享的知识能增强妈妈母乳喂养的信心，为宝宝提供充裕的"口粮"。同时，也衷心地希望各位妈妈能享受这个给予宝宝美好食物的过程，并在未来的日子里，拥有一份美好的回忆。

《顺利渡过母爱第一关》

作者简介

李育芳，女，1965年生。主任医师，毕业于首都医科大学。在儿科医院从医二十余年，熟练掌握新生儿科、妇产科，曾发表多篇论文，出版孕产育儿类书籍多部，观点鲜明，语言优美，颇受年轻父母的喜爱。

《顺利渡过母爱第一关》

书籍目录

第一章 母乳，上天赐予宝宝的最佳食物
母乳，不可复制的营养食物
营养完整、丰富，易吸收
可强化免疫力
对抗感染，减少不必要的发炎反应
母乳，有利于宝宝健康成长
宝宝头脑更聪明
宝宝长大后更健美苗条
宝宝视力会更好
宝宝听觉会更好
宝宝笑得更漂亮
宝宝呼吸得更好
宝宝心脏更强健
宝宝肠道更健康
宝宝患糖尿病概率低
宝宝免疫力更强
母乳，对妈妈有意想不到的好处
哺乳有助于产妇子宫复原
哺乳有助于产妇的体形恢复
体内激素更均衡
患乳腺癌、子宫癌或卵巢癌的概率更低
不易骨质疏松
哺乳是一种自然的计划生育
哺乳既满足宝宝又方便妈妈
哺乳令妈妈身体放松，心情愉快
最最重要的一点：哺乳帮助妈妈做一个好妈妈
第二章 成功哺乳，让宝宝健康成长每一天
做好母乳喂养的准备工作
提早护理乳房
不要趴睡
了解母乳喂养
文胸的选择
纠正内陷乳头
器具牵拉
保持卫生
……
第三章 了解母乳宝宝，妈妈最关心的事
第四章 职场妈妈，母乳喂养新挑战
第五章 母乳 喂养，并不是妈妈一个人的事
第六章 哺乳期，更要注重妈妈的营养与健康
第七章 添加辅食，让宝宝营养全面又均衡
第八章 成功断奶，顺利渡过母爱第一关

章节摘录

版权页： 插图： 母乳，不可复制的营养食品 母乳是大自然中唯一针对人类宝宝设计的食物，含有上千种的营养素，可以完全提供宝宝前6个月所需要的营养。即使在满一年后，母乳仍可持续提供相当量的重要营养素，尤其是蛋白质、脂肪及多数的维生素，其他好处还有： 营养完整、丰富，易吸收 乳清蛋白：母乳含丰富的乳清蛋白，较易消化吸收；牛奶则含较多的酪蛋白，较易形成乳凝块，且其乳清蛋白的结构与母乳不同，较易引起胃肠过敏。母乳亦含丰富的氨基乙磺酸，对脑部及视网膜的发展极为重要。 脂肪酸：母乳含丰富的脂肪酸，尤其是长键多链不饱和脂肪酸、胆固醇及DHA，对宝宝脑部发育极为重要，而这些成分很难完全由其他食物取代。另外，母乳有分解脂肪酵素，可促进脂肪的消化吸收。 乳糖：母乳含丰富的乳糖，可提供给宝宝快速成长的脑部所需要的能量，并帮助钙的吸收。 矿物质：母乳含适量的钠、钙和磷，不会增加肾脏的负荷，可降低宝宝日后患心脏血管疾病的概率，也比较不会有低血钙的问题。此外，母乳的铁质含量虽较配方奶低，但吸收率却高达40%～50%，所以在出生后6个月内的母乳宝宝较不易引起缺铁性贫血。可强化免疫力 生物活性因子：母乳含有宝宝配方奶无法复制的生物活性因子，包括：对抗多种感染的保护因子、影响成长的激素与成长因子，以及调节免疫系统的物质和抗发炎的成分。即使是母乳中的营养素，在被分解为提供成长的原料或提供能量前，也有特殊的生物活性功能。 蛋白质：包括多种免疫球蛋白，尤其是甲型分泌型免疫球蛋白，可直接保护宝宝。至于乳铁、溶菌素、甲型乳蛋白则可以抗感染，减少细菌滋生。 碳水化合物：除了提供乳糖能量之外，还有寡糖及糖结合体，可抑制微生物及病毒与肠胃道黏膜的结合，其中的游离脂肪酸也可以抗感染。 核苷酸：可提高T细胞成熟度，增强宝宝对一些疫苗的抗体反应，促进肠道的成熟及腹泻后的修复。对抗感染，减少不必要的发炎反应 维生素A，维生素c，维生素E：可以清除氧游离基，减少宝宝体内不必要的发炎反应。 激素：可以促进淋巴细胞的发展，影响肠道淋巴组织的分化，并且促进宝宝肠道的成长，以及肠道宿主抵抗力的发展。 酵素：可以水解PAF（血小板活化因子），减少坏死性肠炎的发生。 活细胞：母乳中还含有活细胞，包括吞噬细胞、淋巴细胞，可以吞噬微生物、制造淋巴激素及细胞激素，和其他保护因子互动并增强其功能，而细胞激素更可以调整免疫系统的功能及成熟。

《顺利渡过母爱第一关》

媒体关注与评论

母乳喂养对于哺乳的妈妈来说，是一种生化刺激，有助于她们度过照顾小宝宝的艰难时期。妈妈体内制造奶水的荷尔蒙也能让妈妈对宝宝更有直觉、更加心灵相通，使妈妈更了解自己的宝宝。——中国优生优育协会　　母乳是上天赐予新生儿的第一份礼物，没有任何食品能像母乳一样含有如此丰富的营养，如此适合新生儿尚未发育成熟的消化器官。即便在科技发达的现代社会，母乳喂养仍然是能够利用的最有效的生存方式之一。　　——中国保健协会科普教育分会　　母乳喂养是最理想的喂养方法，不仅为生长发育的宝宝提供了最佳的营养，更增进了母子之间的感情，让宝宝与妈妈有了良好的相互依恋，更有利于培养宝宝的美好心灵。母乳喂养在给宝宝健康保障的同时，也让妈妈更健康。　　——新手妈妈袁婉楠　　母乳喂养看似是人类最自然的喂养方式，其实对新手父母而言却是全新的功课，需要方法上的学习和情感上的支持。只有做到科学喂养，才能让孩子后天的成长更加顺利。　　——国内著名育儿专家任艳华

《顺利渡过母爱第一关》

编辑推荐

《顺利渡过母爱第一关:母乳喂养全攻略》讲母子之情是宝宝来到世上的第一份感情，如果顺利渡过母乳喂养这一关，就能够让父母今后更轻松、有效地引导和管教宝宝。

《顺利渡过母爱第一关》

精彩短评

1、纯母乳喂养的益处不可估量哦！^^推荐
2、母乳较奶粉易于消化，也不像奶粉给婴儿未成熟的胃肠增加负荷，所以吃母乳的婴儿需要更频繁的喂奶。
3、书本讲述内容很实用，建议对母乳喂养有所疑惑的准爸爸妈妈们购买阅读
4、关于此书的阅读感想最深的是：母乳喂养对婴儿的心脏还有个额外的好处：母乳喂养的婴儿静心心率要相对低一些。静心心率低的具体重要性目前还无从知晓，但很可能与心率相似。身体强健的运动员心率就会比一般人低，那么静心心率低也就代表着婴儿身心更健康。
5、许多母乳喂养的宝宝因为白天和妈妈分开，夜间会更频繁地吃奶。宝宝通过傍晚以及夜间更多次吃奶，弥补他在白天所错过的。妈妈返回工作岗位后，有些宝宝改变了自己的生活习惯，白天多睡觉、少吃奶，然后在夜里密集吃奶。这种现象其实是件好事，成功结合母乳喂养和工作的妈妈意识到这一点，甚至很欢迎宝宝这种做法。她们带宝宝一起睡觉，这样就可以不用夜里清醒地起床喂奶，而且她们也很看重这种额外的亲近机会
6、对想母乳喂养的妈妈很好帮助
7、好，母乳妈妈必备。非常好。
8、母乳被认为是“易进易出”的食物，它易于消化，也易于排便。给孩子喂养是最适合不过了的。
9、送友人的，解决母乳喂养时遇到的问题，推荐大家学习。
10、科学母乳喂养，每个妈妈都应该看看，非常值得一看的好书。
11、帮助新手妈咪掌握母乳喂养的好处很如何正确的母乳喂养，是本不错的知识型书
12、母乳喂养本身，加上因此而推迟的牛奶摄入，都降低了宝宝患幼年型糖尿病的几率。
13、我在母乳喂养中遇到的问题，在这本书里基本上都能找到答案
14、母乳喂养的小宝宝一两个小时就要吃，是再正常不过的事情了!
15、朋友推荐的,看了后才知道原来母乳喂养那么重要.端正了我育儿的方法,谢谢!
16、看来母乳喂养的确很重要，不仅对小孩，对母亲也是很关键，我希望到读完后能掌握母乳喂养的方法。
17、母乳是大自然中唯一针对人类宝宝设计的食物，含有上千种以上的营养素，可以完全提供宝宝前6个月所需要的营养。
18、孩子出生后喂母乳遇到困难，为了更正确的喂养宝宝买了这本书。
19、非常好的一本书，全程指导我的母乳喂养，强力推荐！！！
20、关于母乳喂养需要知道的一切都在其中，非常适合准妈妈和准备母乳喂养的妈妈学习。
21、我觉得咱们国家对母乳喂养的宣传力度太小了，应该大规模的宣传。
22、看了这本书我决定坚持母乳喂养了，现在宝宝身体挺好的
23、我相信，每个生养宝宝的孩子都想母乳喂养宝宝，只是不知道方法不对，也有可能导致不适。这本书给了我们很好的指导，真的是非常不错的一本书。
24、培养母乳喂养信心，给予贴心指导
25、母乳对健康的影响之大，远远超出了所有人的想象。
26、非常好的一本书，关于母乳喂养的方方面面介绍的很全面
27、新生宝宝出生后，越来越多的新妈妈们对宝宝进行的是母乳喂养，不过，同时母乳喂养也需要注意自己宝宝独特的方面，由于新生宝宝吮吸母乳的方式不同，新妈妈喂养方式也会有不同的应对，我们应该充分尊重自己宝宝的特点及个性行为，做出适应宝宝的需要和需要的策略。
28、看了很有同感，也一直在激励自己要坚定信念，将母乳进行到底。
29、母乳喂养是最好的，支持母乳喂养
30、非常好的书。我是全母乳喂的，看了书解决了我的好多疑惑，也坚定了母乳喂的决心。
31、产前一定要仔细看的书，坚持母乳喂养
32、实践着母乳喂养，也建议所有的新妈妈如有条件也践行母乳喂养。
33、想要全母乳喂养的妈妈值得购买
34、是产后妈妈在闲暇时用来放松的好书，在放松的同时可以学到不少母乳喂养的知识。
35、介绍了很多日常生活中喂养孩子会遇到的问题，比较全面，很有用，十分值得一看！

36、专门买了一本母乳喂养方面的书，发现这本书非常适合学习。
37、我老婆说行就行，母乳喂养知识非常全面清楚。
38、这本书在母乳喂养的推广上绝对功不可没，很具有启发性和煽动性 呵呵
39、送朋友的，看目录应该不错，是一本不错的母乳喂养参考书目。
40、这本书很好，介绍了很多母乳喂养的知识，对新妈妈帮助很大，对宝宝也很大，母乳喂养对宝宝来说真的是太重要啦！
41、教你怎么样给宝宝的喂养书，很好的。
42、需要与被需要的感觉，非常美妙，母乳的妈妈都知道
43、母乳喂养更健康
44、帮助你更坚定母乳喂养的信心
45、网上很好评的书，里面列举了一些遇到的母乳喂养的问题案例，很实用
46、书主要讲了母乳的好处，很好的知识，可以给家长们带来很大的帮助。
47、很多的人洋溢在做母亲的自豪感中，能亲自喂养孩子更是自豪。
48、母乳容易消化，宝宝的胃口又小，所以需要频繁哺乳。而奶粉根本不适合哺喂给人类婴儿，它堆积在宝宝的肠胃里，沉甸甸的一坨，宝宝需要耗费很多能量来消化它，所以吃过奶粉的宝宝都表现为沉睡。这虽然对妈妈来说比较轻松，但对宝宝来说却不是什么好事。
49、很不错的一本书，把母乳喂养当中容易遇到的问题，都一一解释了。
50、这本买来送人，看似再自然不过的母乳喂养要能坚持下来真的不容易，科学的经验会让年轻妈妈轻松不少。
51、母乳喂养虽然是世界上最自然的行为之一，但也需要练习，练习的第一步就是找到最适合母婴的母乳喂养姿势。
52、很值得给坚持母乳喂养的妈妈看。我看完了以后，觉得自己坚持母乳喂养小孩的道路上有了战友，并不寂寞了，很推荐。
53、有一定的用处，孩子出生后是选择母乳喂养还是奶粉多少影响着孩子以后的发育。
54、感觉这本书，给想要母乳喂养的人很多信心，不错，呵呵
55、很喜欢这本书，很希望母乳喂养的妈妈们看看学习下。
56、母乳喂养，伟大的妈妈，增加信心，职场女性必备
57、母乳喂养全攻略一书，给妈妈们带来很大信心，一直坚持纯母乳，宝宝现在长的很棒
58、从宝宝出生那一刻重新开始，就已经开始了母乳喂养，这个需要。
59、坚持母乳喂养宝宝，学习经验，对孩子的发育很有帮助。
60、老婆正在母乳喂养娃，买来学习学习，还是可以好好借鉴的
61、需要什么知识直接查找，母乳喂养知识全知道。
62、看这本书之前，我并没有想过母乳喂养有这么多的学问，也没有想过自己会变成母乳喂养的坚定支持者。
63、想母乳的孕妈妈 必备！
64、看了几章，介绍了些母乳喂养的知识和方法，还是比较实用的。
65、给宝宝喂奶时，尽量竖着抱他。如果让他蜷在你的臂弯里，或者坐在婴儿汽车座椅里慵懒地吃奶，会让配方奶或母乳不能直接进入他胃里，造成宝宝吐奶。
66、建议大家怀孕的时候就看，并且给家里的长辈看。母乳喂养孩子最好。
67、觉得里面的内容挺实用的，很多喂养宝宝的知识以前都不知道或者没注意过。
68、有了这本书，可以增加很多母乳喂养的知识！
69、母乳喂养更健康，营养强健下一代，一本最适合宝宝的母乳喂养书！当爸爸照顾宝宝的时候，妈妈应该给他们一点空间。出门散散步，让爷儿俩自己解决问题。
70、这本书不错在怀孕的时候就买来提前预习了一下坚持母乳吧
71、很不错，推荐给大家。母乳喂养是人类的本能，我们要继承。
72、暂时还没来得及细看，应该不错，母乳喂养的好处一直以来都是知道的。
73、许多妈妈都发现，即使宝宝会常常半夜吃奶，她们睡在宝宝身边时，能睡得更好。母乳喂养给宝宝带来平静和抚慰，也能帮助妈妈放松、舒展、睡得更香。而且，清晨起床前一段长时间的哺乳，会让宝宝入睡或心满意足，不会干扰你做上班的准备。

74、教导婴儿正确衔乳的方法，母乳冷藏冷冻的知识非常实用。
75、适应怀孕女人边学边看，为以后喂养孩子做准备，正版的书，价格便宜。
76、围绕母乳喂养的话题，结合生活实际，不仅让你了解母乳喂养的好处，还教你如何给宝宝正确哺乳，另外，也对妈妈在母乳喂养中所遇到的烦心事给予了详细解答。
77、这本书适合孕妇看。看看母乳的好处。不错的书。方法也值得学习、
78、内容多是说母乳喂养的好处，实用性很大，期待更多的好书~
79、坚持母乳喂养宝宝，学习经验
80、内容详细专业，母乳喂养必看
81、强烈推荐妈妈买，坚定母乳哺乳决心信念，掌握哺乳方法，母乳万岁！！！
82、这本书挺实用的，相信对第一次当妈妈的人来说，无疑都会有很大的帮助，让我们更好的了解宝宝的吃奶动作，及怎样更好的学习母乳。
83、内容还没全看哪，不过母乳喂养的学问很大啊，呵呵
84、决心母乳喂养所以购买了此书。也有很多妈妈推荐这本
85、给老婆买，让老婆学习下，看看如何母乳喂养，方式方法、经验都参考和学习下。
86、看完能找回母乳的自信，不错，现在的奶粉都不敢给孩子吃了，还是母乳喂养安全。
87、对一个新手妈妈来说，学到了很多母乳喂养的指导，值得推荐。
88、周围的很多朋友是新妈妈，多数喂养方式是混合喂养，主要是因为对自己的奶信心不足，还有母乳喂养方面的知识不够多。
89、我相信母乳最好，有理论的支持，母乳之路能走的更长远。
90、在母乳喂养期间，虽然胀奶可能会让你很不舒服，但你也该觉得高兴，因为胀奶是个有利的信号，说明你正在分泌喂养宝宝的乳汁。
91、喂养孩子有很多需要注意的，有时候妈妈图省事而造成喂养姿势不正确导致婴儿吐奶的现象。
92、好书，对即将生宝宝准备母乳喂养的妈妈，绝对是信心的源泉
93、书是正品，很不错，对于母乳喂养的细节都说的很清楚。
94、觉得都挺好的，比较全面，母乳喂养的知识很全面，值得一读。
95、让丈夫知道你对他能力的尊重，记住，虽然只有你才能母乳喂养，但你和宝宝的爸爸都能够养育宝宝。
96、产后买的第一本有关母乳的书籍，内容很好，按照每一周胎儿的生长情况提示妈妈应该注意什么，推荐准妈妈阅读：）
97、它彻底改变了我对母乳的看法。。
98、母乳喂养对新妈妈的鼓励不小，有许多育儿理念值得我们借鉴
99、母乳喂养比其他的喂养方式更健康更好，而且母乳喂养给妈妈的身体也带来一定的好处。
100、便宜购买，方便发货，速度快！母乳喂养全攻略，特别的受用了，孩子身体也更棒哦。
101、想母乳的妈妈，一定要买的书哦~~~很全面

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