

# 《细节决定健康之科学养育婴幼儿》

## 图书基本信息

书名：《细节决定健康之科学养育婴幼儿细节》

13位ISBN编号：9787538436143

10位ISBN编号：7538436146

出版时间：2008-1

出版社：吉林科学技术

作者：纪康宝 编

页数：320

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)

# 《细节决定健康之科学养育婴幼儿》

## 内容概要

《科学养育婴幼儿细节》内容简介：育儿是每位父母生活中的第一要务，如何科学地育儿是新手父母们需要学习的课程，《科学养育婴幼儿细节》从家长们密切关注的17个方面汇集了婴幼儿教育过程中的500个健康细节，可轻松解决新手父母们在养育孩子的过程中遇到的问题。帮助他们科学、全面地细心呵护宝宝，宝宝健康成长，妈妈爸爸开心。

# 《细节决定健康之科学养育婴幼儿》

## 作者简介

纪康宝，著名养生专家、大众健康科普作家，国内知名养生机构孔伯华养生医馆“亚健康教育研究室”主任。近年来，纪康宝先生一直致力于亚健康教育与中医养生保健的课题研究，相继出版了一系列养生保健著作，如《细节决定健康》、《习惯是最好的医生》、《给老爸老妈的健康枕边书》等。其中《细节决定健康》自2005年出版以来，荣登各类图书排行榜，成为倍受瞩目的大众健康类畅销书！纪康宝先生的作品因独特的养生视角和新颖的健康理念广受好评，成为大众健康类图书一道独特的风景线，其本人被业界权威媒体《中国图书商报》评选为“2006年十大健康图书策划人”。

# 《细节决定健康之科学养育婴幼儿》

## 书籍目录

第一章 母婴护理概论第一节 母婴护理概念与发展趋势第二节 母婴护理角色与功能第三节 母婴护理相关伦理与法律第四节 女性一生各阶段特征第五节 母性心理成长第二章 妊娠期护理第一节 胚胎的形成和胎儿的发育第二节 胎儿附属物的形成与功能第三节 妊娠期母体的生理变化第四节 妊娠期母体的心理变化第五节 妊娠期评估第六节 妊娠期监护第七节 妊娠期健康教育第三章 分娩期护理第一节 影响分娩的四因素第二节 分娩机制第三节 分娩疼痛第四节 分娩期产妇的护理第五节 新生儿出生后的即刻护理第四章 产褥期护理第一节 产褥期生理特征第二节 产褥期心理特征第三节 产褥期产妇的护理第四节 新生儿护理第五节 婴儿喂养第五章 高危妊娠第一节 概述第二节 监护第六章 妊娠期并发症的护理第一节 流产第二节 异位妊娠第三节 妊娠期高血压疾病第四节 前置胎盘第五节 胎盘早剥第六节 妊娠期肝内胆汁淤积症第七章 妊娠期合并症的护理第一节 心脏病第二节 糖尿病第三节 病毒性肝炎第八章 异常分娩的护理第一节 产力异常第二节 产道异常第三节 胎位及胎儿发育异常第四节 过度焦虑与恐惧第九章 分娩期并发症的护理第一节 产后出血第二节 子宫破裂第三节 羊水栓塞第十章 产后并发症的护理第一节 产褥感染第二节 乳腺炎第三节 晚期产后出血第四节 产后抑郁症第十一章 围生儿常见异常的护理第一节 胎儿窘迫第二节 新生儿窒息第三节 早产儿特征与护理第四节 新生儿产伤第五节 新生儿特发性呼吸窘迫综合征第六节 新生儿肺炎第七节 新生儿黄疸第八节 新生儿败血症第九节 新生儿颅内出血第十节 新生儿硬肿症第十一节 新生儿缺氧缺血性脑病第十二节 新生儿破伤风第十二章 不孕症第十三章 计划生育第一节 避孕第二节 女性绝育第三节 人工终止妊娠第十四章 常用诊疗技术及护理第一节 会阴切开缝合术第二节 胎头吸引术第三节 产钳术第四节 剖宫产术第五节 人工胎盘剥离术第六节 羊膜腔穿刺术第七节 中期妊娠引产术第八节 晚期妊娠引产术第九节 人工终止妊娠术第十节 诊断性刮宫第十一节 输卵管通液术第十二节 经阴道后穹窿穿刺术第十三节 宫内节育器放置术第十四节 宫内节育器取出术第十五节 输卵管绝育术第十五章 母婴常用护理技术参考文献

## 章节摘录

母乳喂养母乳营养滋润，宝宝健康成长1 母乳：宝宝的最爱专家们大力提倡母乳喂养，新生儿在4-6个月前应全母乳喂养，因为母乳中的乳糖、蛋白质、脂肪极易为新生儿所消化，母乳中也富含新生儿生长发育所需要的维生素、矿物质等，母乳喂养的新生儿在以后添加辅食时很少发生食物过敏反应，母乳可为新生儿提供酶和抗体，这是配方奶无法比拟的。初次给宝宝喂奶的妈妈共同的特点是为了便于婴儿含住乳头，只将乳头塞进婴儿嘴里，这样随随便便的对付的行为是不可取的。正确的方法如下：

- 1.盘腿或端坐在椅子上给宝宝喂奶。要想把宝宝的嘴塞满，妈妈不能只是把乳头塞进宝宝嘴里，还必须用手指夹住乳房的前部，在宝宝张嘴时，把乳房深深地放进宝宝的口中。这样才能锻炼宝宝的吸吮能力。
- 2.因为母亲要用手指来夹住乳房，所以在给宝宝喂奶前应将手洗干净。可用酒精棉球消毒，也可用热毛巾将手擦干。注意，给宝宝喂奶的时候，要用毛巾擦洗乳房。但乳房也不要每次都消毒，而且不要用酒精或消毒剂用力擦洗，不然容易使乳头受伤破裂。给母体和宝宝都带来危害。细节提醒母乳喂养的同时也使母婴有更好的心灵交流，因此而产生深厚的情感，满足了双方的心理需要。使母亲得到欣慰和满足感，使新生儿获得了安全感。
- 2 不要让初乳白自流掉母亲产后数天（一般认为是12天）内分泌的乳汁叫初乳。初乳其量较少，颜色为淡黄色，含有少量脂肪及大量蛋白质，有丰富的微量元素，而且重要的是，初乳中含有抵抗疾病的物质——免疫抗体。以上这些都是最适合刚出生的新生儿需要的。然而也有许多人并不清楚初乳的作用，而是听信一些老人的话把珍贵的初乳挤出扔掉，这实在是太可惜了。初乳比以后成熟乳更好，其具有以下特点：
  - 1.初乳中蛋白质含量较成熟乳多，脂肪和乳糖含量较成熟乳少，最适合新生儿的需要。
  - 2.初乳中含有的生长素可促使小儿的肠道发育、成熟。初乳能防止新生儿产生过敏反应。
  - 3.初乳中含有许多白细胞和抗体，能抑制或杀死细菌和病毒，被称为最早获得的口服免疫抗体的“精品”。正因为初乳是母乳中的“精品”，所以应让新生儿及时吮吸，促进营养素更好地被新生儿吸收。此外，研究还表明，初乳含有特殊的糖蛋白，能促使活性因子免受胃肠道消化酶的破坏，使其能被人体吸收而发挥作用。许多从事妇产科工作的医务工作者都在积极的呼吁让新生儿早日吃到初乳，而不是让珍贵的初乳白自流掉。细节提醒初乳含有成熟乳的各种营养成分，能使婴儿获取生长发育所需要的全部营养素。
- 3 母乳不足时的补救方法虽然我们大家都知道母乳喂养的好处，但实际生活中，有的母亲先天性乳腺发育不良，妊娠时乳房不增大，产后乳房不胀，两侧乳房大小不一，都可能造成乳汁分泌不好。另外，高龄初产妇，无论如何努力，也有存在乳汁分泌不足的情况。如果已经判断母乳不足，就要马上采取补救的措施，通用的方法就是加牛奶，但应注意加用的方法。
  - 1.最好用全牛奶来喂养如要加用牛奶，最好全部用牛奶来喂养，不要每次喂完母乳再加点牛奶补充。这是因为：第一，当母亲下决心要用自己的奶喂养孩子时，就会有责任感，从而耐心地去喂。如果抱着只要奶水不多，不足的部分可以用牛奶补充的想法，那么母乳很快就会干涸。第二，婴儿也是想早点吃上后面容易吸的牛奶，从而也就不热心地吸母乳了。由于婴儿对吃母乳不热心，对乳房的刺激不足，结果会使母乳的分泌变得越来越差。
  - 2.喂奶间隔并不一定要相同出发点应立足于母乳喂1次就要喂饱。当然在母乳不足时，喂1次奶只能坚持2个小时也没关系。下次喂牛奶时可以稍微多喂一些，婴儿也可以睡上3个小时左右。喂奶间隔并不一定非要相同，随着母乳分泌量的逐渐增多，多数喂奶的间隔会自然而然趋于一致。
  - 3.给珍贵的母乳选择恰当的喂哺若母乳越来越少，每天只够喂1次时，母亲也应把仅有的1次放在深夜里。一般在深夜和清晨尽可能用母乳喂养。由于这种方法对母亲负担小，所以在实际生活中多数都采用这种方式。细节提醒母乳和牛奶交替喂养时，应注意不要使奶瓶奶嘴口太大。如果让婴儿感到牛奶吃起来容易，以后婴儿可能就不吃出奶费劲的母乳了。
- 4如何判断新生儿饱不饱许多刚做妈妈的人都很烦恼，不知道该喂宝宝多少奶。特别是晚上，小宝宝半个小时就要吃1次奶，吃一会儿就睡着，过不了多久又要吃，不知道是奶水不够，还是宝宝有问题。那么，怎样才能判断宝宝吃得饱不饱呢？
  - 1.根据新生儿下咽的声音宝宝平均每吸吮2-3次可以听到咽下一大口，如此连续约15分钟就可以说是宝宝吃饱了。如光吸不咽或咽得少，说明奶量不足，新生儿根本没办法吃饱。
  - 2.注意孩子大小便次数每天小便8-9次，大便4-5次，呈金黄色稠便；喂牛奶的新生儿其大便是淡黄色稠便，大便3-4次，不带水分。这些都可以说明奶量够了。如果不够的时候，尿量不多，大便少，呈绿色稀便。
  - 3.看体重增减体重增减是最能说明问题的指标。一般来说，足月新生儿头1个月每天可增长25克体重，头1个月增加720-750克。如果是体重减轻了，或者是有病，或者是喂养不当。喂奶不足或奶水太稀导致营养不足是体重减轻的因素之一。根据以上几点，就可以很容易地判断出宝宝到底吃得饱不饱了。细节提醒看新生儿的表情也可以初步判断宝宝是否吃饱了。如果新生儿吃

## 《细节决定健康之科学养育婴幼儿》

完奶后他对你笑，或者不哭了，或马上安静入眠，说明孩子吃饱了。如果吃奶后还哭，或者咬着奶头不放，或者睡一会儿就醒，都说明宝宝没有吃饱。

# 《细节决定健康之科学养育婴幼儿》

## 编辑推荐

《科学养育婴幼儿细节》：宝宝是爸爸妈妈的小天使，他的存在为家庭带来了许多温馨和快乐。可是多了一个小生命，是不是让刚刚成为父母的你手足无措？不要担心，《科学养育婴幼儿细节》一定会对你有所帮助。这《科学养育婴幼儿细节》中集合了各种养育宝宝的智慧和看护幼儿的细节，能够成为你的好帮手，让宝宝活泼、聪明又健康！

# 《细节决定健康之科学养育婴幼儿》

## 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)