

用柔和的按摩爱您的孩子

[德]芭芭拉·阿勒 著  
凤兆林 译

图解妇幼保健系列



# 用柔和的按摩 爱您的孩子

——60种婴儿按摩法

山东科学技术出版社 [www.lkj.com.cn](http://www.lkj.com.cn)

[用柔和的按摩爱您的孩子\\_下载链接1](#)

著者:(德)芭芭拉·阿勒

出版者:山东科学技术出版社

出版时间:2003-1-1

装帧:

isbn:9787753313137

本书包括以下内容：温柔抚摸您的宝宝

请用按摩爱抚您的宝宝。本书让您迅速了解有关婴儿按摩的正确概念；您可按书中彩图对宝宝进行简单按摩。宝宝最喜欢什么按摩

本书告诉您哪些按摩能使宝宝镇静；哪些按摩能引起宝宝兴奋；哪些按摩甚至能辅助治疗腹痛、睡眠障碍或其他轻微病痛。您可简单试验一下，宝宝最喜欢什么按摩。

适宜每天的多种按摩

有44种不同的按摩方法供轮换选择：从面部到小脚丫按摩，还有适于腿、臂、腹部、胸部和背部的按摩。您可根据宝宝的喜好和情绪，进行各种按摩的组合。此外，彩照和示意图还给出按摩方法，这些按摩将对您的宝宝大有裨益。

## 作者介绍：

芭芭拉·阿勒女士是医学教育理疗师，自1983年以来，她一直在一所理疗学校任教，经常在《父母杂志》、《妇女杂志》和其他专业刊物上发表理疗主题的文章。她和儿子一起创立婴儿游泳，并因此为世人所瞩目。

## 目录: 关于本书

关照和体贴：宝宝的精神食粮

体贴唤起感受性

身体接触：太多吗？

啼哭是天生的求助呼唤吗？

“我饿极了！”

受痛苦折磨的宝宝

过度刺激引起的夜晚啼哭

陌生面孔超过宝宝的承受能力

枯燥和有缺陷的精力集中

天气的影响

受发育影响的喊叫和哭闹阶段

使父母和宝宝放松

婴儿按摩：一种温柔的程序

用温柔的手对话

婴儿按摩促进发育

接触治疗

按摩前的注意事项

婴儿按摩应何时开始？

每天按摩；什么时间最好？

宝宝按摩时能用护肤剂吗？

按摩需要一个特别适宜的空间位置吗？

按摩需要多长时间？

当宝宝不想按摩时

按摩时身体某些部位疼痛

按摩采用哪种姿势？

按摩技法：怎样触动皮下

面部按摩

为什么要面部按摩？

调节情绪的面部表情游戏

“吐睑”按摩

“鼻子扑粉”按摩

抹前额…

指摩面颊

口部指摩

足部按摩

足部按摩产生什么作用?

足趾游戏

足转摩

“搓护肤膏”转摩

指关节擦脚

踝骨指摩

腿部按摩

腹部按摩

手、臂按摩

胸部按摩

背部按摩

有目的地运用婴儿按摩

紧腹自我按摩

· · · · · (收起)

[用柔和的按摩爱您的孩子](#) [下载链接1](#)

标签

评论

[用柔和的按摩爱您的孩子](#) [下载链接1](#)

书评

[用柔和的按摩爱您的孩子](#) [下载链接1](#)