

梅奥育儿全书



[梅奥育儿全书_下载链接1](#)

著者: (美) 罗伯特·约翰逊

出版者: 北京科学技术出版社

出版时间: 2017-5-15

装帧: 平装

isbn: 9787530489543

★《梅奥育儿全书》是一本使用简便又内容丰富的入门手册，为新手父母答疑解惑。同时也是新手父母护理新生儿的“一站式”资源。

★本书是梅奥医学中心儿科专家团队的作品，他们认为照料孩子是医学里最激动人心、

引人入胜又充满成就感的工作。

★这本操作指南为新生儿父母们的疑问和顾虑提供了回答与解释。从婴儿护理的基本常识到月度发育变化，从常见疾病到健康与安全，包含了所有相关的必要知识。本书也为新生儿父母们如何适应家有小儿的生活变化提供建议。

你能从中获得：

- 如何喂养宝宝以保证良好营养的建议
- 帮助宝宝建立健康的睡眠习惯的小窍门
- 应对宝宝烦躁和哭闹的策略
- 宝宝生长发育情况的逐月对照
- 和宝宝建立有意义的联结的方法
- 体检、疫苗和儿童安全的信息
- 常见病以及如何护理生病孩子的指导
- 亲子关系常见问题的答案

作者介绍:

罗伯特·约翰逊，医学博士，明尼苏达州罗切斯特市梅奥医学中心儿科部专家和新生儿科主席，梅奥医学中心医学院副教授。他有两个孩子，两个（外）孙子，约翰逊博士从事新生儿保健工作超过25年。

艾丝特·克里奇，医学博士，明尼苏达州罗切斯特市梅奥医学中心儿科部儿童保健专家，她是三个孩子的母亲，既能从母亲的角度也能从医生的角度谈育儿。

沃尔特·库克，医学博士，明尼苏达州罗切斯特市梅奥医学中心儿科部儿童保健专家，梅奥医学中心医学院副教授。他有三个孩子，其中两个是双胞胎，在他儿科执业20多年中照料过成千上万的宝宝。

美国梅奥医学中心（Mayo Clinic）世界著名私立非营利性医疗机构，是一所拥有悠久历史的综合医学中心。1864年由梅奥医生在明尼苏达州罗切斯特市创建，是世界最具影响力和代表世界最高医疗水平的医疗机构之一，在医学研究领域处于领跑者地位。连续20年跻身全美最佳医院，2016年8月1日《美国新闻与世界报道》（U.S. News & World Report）最新发布的2016~2017年美国最佳医院排行榜，梅奥医学中心位居第一。医学的成就，让梅奥成为很多从医者心中的“麦加”，每年都有大批“朝圣者”。

目录: 第一部分 照料宝宝	2
第一章 欢迎成为父母	3
新手入门	3
享受这段时光·相信你的直觉·审视你的预期·要有耐心·照顾好自己·维护好亲密关系	
第二章 新生宝宝最初那些天	7
和宝宝建立联结	7

建立联结的时刻	
宝宝的外貌	8
头部·皮肤·胎记·面部外观·头发	
首次检查	14
阿氏评分·其他检查和测量·治疗和疫苗接种	
.....	
第三章 宝宝喂养	25
母乳喂养VS. 人工喂养	25
要问的问题	
母乳喂养	26
对宝宝的好处·对妈妈的好处·其他问题·产奶·准备开始·所需物品·哺乳姿势·喂养入门·支持	
.....	
第四章 尿片和诸如此类的物品	57
尿片的种类	57
尿不湿·尿布·尺寸·数量	
装备起来	59
尿布台·尿布·湿纸巾·干布·尿布桶或防水尿布袋·护臀膏	
换尿片	61
心态·频率·准备·拿掉脏尿片·清洁宝宝的屁股·擦干·换上新尿片·扔掉脏尿片·洗手	
.....	
第五章 洗澡和皮肤护理	69
洗澡入门	69
频率·洗澡种类·何时洗澡	
洗澡工具和用品	70
在哪儿洗·水·肥皂·洗澡巾·毛巾·棉球·软刷子·保湿霜·换尿片的装备·衣服或睡衣·洗澡玩具	
洗澡安全	71
准备·水温·专注度	
.....	
第六章 给宝宝穿衣	87
第七章 睡眠和睡眠问题	93
第八章 安抚哭闹的宝宝	105
第九章 了解宝宝的气质	115
第二部分 宝宝的健康和安全	124
第十章 找到合适的保健人员	125
第十一章 体检	131
第十二章 疫苗接种	139
第十三章 儿童保育	151
第十四章 带宝宝外出	161
第十五章 居家和户外安全	175
第十六章 急诊护理	187
第三部分 每月生长和发育	198
第十七章 第一个月	199
第十八章 第二个月	211
第十九章 第三个月	221
第二十章 第四个月	233
第二十一章 第五个月	243
第二十二章 第六个月	255
第二十三章 第七个月	265
第二十四章 第八个月	275
第二十五章 第九个月	285
第二十六章 第十个月	295

第二十七章 第十一个月 307

第二十八章 第十二个月 317

第四部分 常见疾病和关切 327

第五部分 处理好并享受育儿 378

第二十九章 适应新的生活方式 379

第三十章 照顾好自己 387

第三十一章 父亲和伴侣 403

第三十二章 团队合作抚养孩子 413

第三十三章 单亲家庭 421

第三十四章 哥哥姐姐和祖辈 429

第三十五章 找到满足感：在家带孩子还是回去工作..... 441

第三十六章 什么时候再要个宝宝 451

第六部分 特殊情况 460

第三十七章 收养 461

第三十八章 照料多胞胎 473

第三十九章 早产儿 483

第四十章 发育迟缓 497

第四十一章 唐氏综合征 505

第四十二章 其他新生儿问题 515

英汉对照 532

译者后记 551

• • • • • [\(收起\)](#)

[梅奥育儿全书 下载链接1](#)

标签

育儿

教育

梅奥

怀孕

育学园

母婴

美国

亲子关系

评论

详细到月，有点屌炸，我觉得有这一本就够了

科学育儿很重要

一岁前每月必翻的工具书。对着每一项月度成长技能打钩挺好玩。

看了《美国儿科学会育儿百科》，但再看这一本书，仍然觉得很值得很需要，收获很多。案头工具书，感觉没有广告没有被商业影响，很靠谱的专业育儿书籍。

这本比备孕那本感觉内容要丰富详实，每一个月的内容都写的很细，赞一下。

配合儿科学会育儿百科，全彩的好处就是图多了

有工具翻看的实用性，也有循序渐进的心理引导。言简意赅，字字珠玑。

全。

大型高难度养成类剋金游戏指南。

本来是冲着崔玉涛推荐去买的，结果发现还是有中国国情的限制，书中一些外国的育婴福利我们是没的

又读完了一本！都是看过的东西，很多都没有记住，不知道到时候会不会要按书索骥。写得感觉太轻巧，疾病的地方可以参考，只能希望崔玉涛把它们都整合进育学园了

书中有get√很多知识点，但致命缺点是彩印书太厚重，得捧着看

工具书，现在娃三个多月，每个月对应都有发展概况，有小问题查一查就有权威性回答，好棒

第一年，用来养娃的主要参考书之一。

1.全彩页铜版，所以书比较沉，也挺厚实的，，DangD满100-50后，价格合理。2.大致翻看了2个多小时。前半部分是综述，分类型讲解育儿中可能出现的问题。后半部分是按照1-12个月来讲解，以及特殊人群及家庭情况的讲解。很实用。中国妈妈也可以使用的一本参考书。建议孕晚期及新生儿初期入手的一本教材。

小百科全书，比较全面和宽泛，想要更深入的学习还必须参考更专业的书籍

看了很多的育儿书，毋庸置疑America first，这本+美国儿科学会的育儿百科，黄金搭档吧，梅奥这本每个月是分开来的，育儿百科是几个月放一起的，梅奥这本对第一年还是有一定帮助的，推荐阅读

市场上各种书看了不少，都不太满意。梅奥这本特别好，实用。

专业，可靠，喜欢这种每一句话都有实证研究做依据的书籍。育儿书里不算厚了，但句句都是精华。

流量

[梅奥育儿全书_下载链接1](#)

书评

如果你也处于孕期，不用急着一下子就把整本书看完，因为没有实际操作，看完不久后还是容易将其抛之脑后。翻开目录，发现书中的每一个章节都分得很详细，当你遇到育儿困难，不知所措时，可以通过目录查找问题的根源，以及书中提供的建议去实行。此外，书中部分还配有图片参考，...

第一章 欢迎成为父母
恭喜你们！现在你进入了人生中最重要阶段之一——为人父母。人生中可能没有任何联系像亲子之间的联结这样特别。这种关系将在未来给你带来持续不断的欢乐、笑声、欣赏和满足感。你花在育儿上的时间将会是你永远珍视的时光。在即将到来的岁月里，你将对牵...

作为全美声誉最佳的医疗机构、一所拥有悠久历史的综合医学中心，梅奥始终代表着美国医学的最高水平。从创立之初起，梅奥便极为注重学术交流，要求医生致力于医学研究并不断进修。这些坚持不懈的努力，使得梅奥在百年的发展历程中，始终保持着进步与创新，并逐渐建立起现今这个...

[梅奥育儿全书_下载链接1](#)