

0-3岁婴幼儿养育全方案



[0-3岁婴幼儿养育全方案_下载链接1](#)

著者:丛书专家编委会

出版者:中国妇女

出版时间:2008-1

装帧:

isbn:9787802034860

《0-3岁婴幼儿养育全方案》数名顶级婴幼儿养育专家共同编写，全面讲述0-3岁婴幼儿的生长发育特点、呵护要点和可能遇到的问题，给父母最全面的婴幼儿营养知识和最实

用的喂养方法。

作者介绍:

目录: 出生第一个月 了解新生儿 第一次亲密接触 新生儿阿普伽评分 外观 皮肤 黏膜 循环 消化系统 肾 代谢 体温调节 神经系统 免疫 生理性黄疸 生理性体重下降 生理性呕吐 乳腺肿大 假月经 喂养方法 母乳喂养好处多 母乳的营养成分变化 第一时间给宝宝喂奶 怎样开始哺乳 不要急于喂牛奶 按需哺乳 宝宝是否吃饱了 宝宝吃奶后的护理 哪些宝宝不能吃母乳 母乳喂养儿消化不良 母乳喂养儿需要喂水吗 哺乳妈妈的营养 哺乳妈妈要注意休息 哺乳妈妈的情绪 哺乳妈妈的乳房护理 哺乳妈妈有病怎么办 哺乳妈妈可以吃药吗 母乳是否不足 母乳不足的常见原因 如何选择配方奶粉 何时应补充配方奶粉 混合喂养方法 怎样选奶嘴 奶瓶的选择与消毒 何时采用人工喂养 人工喂养方法 足月低体重儿的喂养 添加鱼肝油 护理重点 新生宝宝的哭声 新生宝宝的房间 新生宝宝的衣物 新生宝宝的包裹法 穿衣服、脱衣服 新生宝宝的大小便 大小便训练 脐带护理方法 新生宝宝的睡眠 影响宝宝睡眠的原因 睡颠倒了怎么办 宝宝睡觉用枕头吗 开灯睡眠对健康不利 新生儿不能睡电褥子 给新生儿洗澡 为新生儿做抚触 新生宝宝的皮肤护理 新生宝宝的眼部护理 新生宝宝的鼻部护理 新生宝宝的耳部护理 新生宝宝的口腔护理 尽早户外活动 最易受伤的部位 不要剧烈晃动宝宝的头 体温异常 本月预防接种 早教视角 早教从出生开始 爱是最好的教育 新生宝宝的感知觉发育 感知觉训练的重要性 游戏时间 游戏一：看脸 游戏二：竖抱看物 游戏三：俯卧抬眼 游戏四：企鹅迈步 游戏五：逗笑 出生第二个月 宝宝的新变化 喂养方法 哺乳后让宝宝侧卧 用勺子给宝宝喂水 不能正常哺乳时怎样挤奶 有枕秃的宝宝都缺钙吗 常见补钙产品的选择 宝宝生病时怎样进行人工喂养 谨慎对待牛初乳制品 护理重点 正确看待囟门的大小 宝宝穿多少衣服合适 怎样知道宝宝何时排便 游戏五：倒水入瓶 出生第二十三个月 宝宝的新变化 喂养方法 会独立吃饭，学拿筷子 护理重点 夜间磨牙是病吗 早教视角 自己的东西自己整理 培养宝宝的办事能力 游戏时间 游戏一：问“你”时用“我”回答 游戏二：造房子 游戏三：套碗比赛 游戏四：交替双脚上下楼梯 游戏五：认颜色、形状和大小 出生第二十四个月 宝宝的新变化 喂养方法 菜肴烹制方法 正确清洗，去除农药 护理重点 防止口吃 本月计划免疫 早教视角 让宝宝讲出有趣的事 游戏时间 游戏一：数到几 游戏二：砌积木，搭门楼 游戏三：画图和摸图形 游戏四：拧开和上紧螺旋 游戏五：玩球 出生第二十五个月 宝宝的新变化 喂养方法 2-3岁幼儿的营养需求 每日食物摄入量 2-3岁宝宝三餐搭配举例 培养宝宝吃饭干净的习惯 护理重点 养成提早如厕的习惯 早教视角 获得第一个时间概念 学会自我介绍 游戏时间 游戏一：用积木搭金字塔 游戏二：认字配对 游戏三：踩影子 游戏四：哪边多 游戏五：用字卡拼长句子 出生第二十六个月 宝宝的新变化 喂养方法 早餐是一日膳食的关键 食物采购与存放的方法 护理重点 警惕宝宝的危险行为 教宝宝自己洗脸 早教视角 让宝宝知道等待 听宝宝讲话要耐心 宝宝之间的矛盾家长不插手 游戏时间 游戏一：相反概念 游戏二：替娃娃更衣 游戏三：接球 游戏四：动物回家 游戏五：拿取最大数 出生第二十七个月 宝宝的新变化 喂养方法 三餐两点定时定量 吃糖多的孩子爱发脾气 护理重点 注意保护视力 让宝宝学会自己洗手 早教视角 自言自语是语言发展的必经阶段 教宝宝认识时间 游戏时间 游戏一：分清左右 游戏二：拼上分成两块 游戏四：捏面团 游戏五：记住数列 出生第二十八个月 宝宝的新变化 喂养方法 继续关注宝宝钙的摄入 护理重点 练习自己洗脚 早教视角 帮助宝宝克服害怕心理 养成讲礼貌的习惯 游戏时间 游戏一：吹泡泡 游戏二：排数字 游戏三：哪一瓶最重 游戏四：用脚尖走 游戏五：涂颜色 出生第二十九个月 宝宝的新变化 喂养方法 尊重孩子对食物的偏好 果汁不能代替水果 护理重点 让宝宝学会清洗玩具 早教视角 收集新字 游戏时间 游戏一：一样多 游戏二：画方形 游戏三：牵手单脚站立 游戏四：绣花 游戏五：拼3-4块拼图 出生第三十个月 宝宝的新变化 喂养方法 饭前不要给孩子喝水 不要采用饥饿或药物方法为 孩子减体重 护理重点 贫血宝宝要复查血色素 教宝宝解、系扣子 早教视角 扩展认知范围 宽容对待突变期的宝宝 游戏时间

游戏一：配上不同大小的瓶盖、盒盖 游戏二：骑三轮车 游戏三：认字接龙
游戏四：搭三级楼梯 游戏五：用圈、线、点组合画画出生第三十一个月 宝宝的新变化
喂养方法 让宝宝帮助摆餐桌 护理重点 学习穿脱外衣 早教视角 触觉认物 游戏时间
游戏一：记忆配对 游戏二：排深浅颜色 游戏三：学取4个 游戏四：小鸡吃米
游戏五：钻洞出生第三十二个月 宝宝的新变化 喂养方法 不要让孩子空腹吃甜食
高蛋白摄入要适量 护理重点 学用手纸 早教视角 教宝宝爱护图书 游戏时间
游戏一：放到哪里 游戏二：撕纸 游戏三：排数字 游戏四：上攀登架
游戏五：兔子跳圈出生第三十三个月 宝宝的新变化 喂养方法 过多进食害处多
谨慎使用滋补品 护理重点 用牙膏刷牙 分清左右穿鞋 早教视角 家庭中要经常有歌声
游戏时间 游戏一：找出缺图和错图 游戏二：拼上6-8块拼图 游戏三：金鸡独立
游戏四：配反义词 游戏五：赢大小出生第三十四个月 宝宝的新变化 喂养方法
强化食品并不是多多益善 护理重点 预防走失 教宝宝洗手绢 早教视角 留给宝宝20分钟
游戏时间 游戏一：用刀切片 游戏二：背儿歌倒数数 游戏三：编辫子
游戏四：单脚跳和跳飞机 游戏五：写数字1和7出生第三十五个月 宝宝的新变化
喂养方法 不要用饮料代替白开水 护理重点 做一次眼科检查 早教视角 看图讲话
游戏时间 游戏一：添上未画完的部位 游戏二：粘贴苹果 游戏三：同大孩子过家家
游戏四：踢球入门 游戏五：摘苹果出生第三十六个月 宝宝的新变化 喂养方法
适当吃糖有好处 护理重点 教宝宝自己收拾书包 本月计划免疫 早教视角
教宝宝认识冬天、夏天的不同 安排宝宝参观幼儿园 游戏时间 游戏一：摆10
游戏二：手印作画 游戏三：练习自己画人 游戏四：折纸
游戏五：跳过方格婴幼儿常见病的护理 常见营养性疾病 佝偻病 营养不良 营养性贫血
维生素A缺乏症 呼吸道常见病 急性上呼吸道感染 流行性感 急性支气管炎 肺炎
外科常见病 新生儿脐炎 脐疝 新生儿乳腺炎 常见皮疹 玫瑰疹 湿疹 粟粒疹 尿布疹 唇疱疹
药物性皮炎 热疹 异位性皮炎 脂溢性皮炎 接触性皮炎 常见眼病 点眼药的方法
红眼病 针眼 霰粒肿 黏眼 常见耳病 滴耳药的方法 急性化脓性中耳炎
外耳道炎与外耳道疖肿 常见鼻病 滴鼻药的注意事项 鼻出血 鼻疖 鼻窦炎
口腔、咽喉常见病 口角炎 口腔溃疡 鹅口疮 喉炎 喉痛婴幼儿计划免疫常识
计划免疫常识 什么是“免疫” 什么是“基础免疫” 什么是“加强免疫”
什么是“联合免疫” 为什么有些疫苗需要间隔接种 我国儿童基础免疫程序
预防接种前需做哪些准备 预防接种后多久才能产生免疫力 预防接种后还会得传染病吗
预防接种期间可以使用 抗生素吗 预防接种对象 早产儿能否按正常程序预防接种
足月小样儿能否按正常程序预防接种 患先天性心脏病的宝宝能否进行预防接种
哪些宝宝暂时不能预防接种 患过某种传染病后还需要接种相关疫苗吗
预防接种的常见反应 什么是预防接种反应 过敏性皮疹 局部红肿 局部化脓 无菌性脓肿
培养宝宝良好的睡眠习惯 夜里睡眠不实就是缺钙吗 宝宝打呼噜是怎么回事
男宝宝也要经常洗屁股 加强体格锻炼 怎样进行空气浴 怎样进行日光浴
锻炼中应注意的问题 经常便秘怎么办 肚脐不干怎么办 本月计划免疫 早教视角
启蒙是一种适时的刺激 婴儿有记忆能力吗 婴儿的动作发育规律 训练宝宝抬头、挺胸
加强宝宝手的灵活性 婴儿的语言发育 气质是生来具有的 诱发宝宝的愉快情绪
为宝宝选择适合的玩具 游戏时间 游戏一：看手 游戏二：选画 游戏三：蹬踢大球
游戏四：俯卧抬头 游戏五：笑出声音出生第三个月 宝宝的新变化 喂养方法
调整哺乳时间 职场妈咪怎样哺乳 护理重点 注意宝宝抓物入口 不可忽视的安全问题
宝宝穿什么样的鞋 本月计划免疫 早教视角 让宝宝感受爸爸、妈妈不同的爱
选择适宜的玩具 游戏时间 游戏一：玩手 游戏二：照镜子 游戏三：拍打吊球
游戏四：单肢遥控 游戏五：俯卧用肘撑起出生第四个月 宝宝的新变化 喂养方法
宝宝为什么流口水 让宝宝学会舔食 护理重点 预防佝偻病 宝宝的睡眠 大小便训练
家居安全早检查 本月计划免疫 早教视角 鼓励宝宝发辅音 音乐促进大脑发育
培养自我服务能力 选择适宜的玩具 游戏时间 游戏一：左右侧翻 游戏二：注视小物
游戏三：追视滚球 游戏四：拉坐 游戏五：靠坐出生第五个月 宝宝的新变化 喂养方法
开始添加辅食 母乳与辅食如何搭配 补充含铁的食物 蛋黄泥的做法与喂法
肝泥的做法与喂法 酌情加少量淀粉类食物 开始加喂蔬果泥 让宝宝学习双手扶瓶
护理重点 家庭通便法 本月计划免疫 早教视角 让宝宝多照镜子 游戏时间
游戏一：够着吊物 游戏二：认识第一种物品 游戏三：单手拿稳 游戏四：寻声找物
游戏五：翻身180度出生第六个月 宝宝的新变化 喂养方法 婴幼儿为什么容易缺铁

如何判断孩子是否缺铁 让宝宝练习咀嚼 夜间可不再喂奶 婴儿不宜喂食蜂蜜 护理重点
宝宝的睡眠 本月计划免疫 早教视角 从躲避到接受生人 让宝宝学会善解人意
选择适宜的玩具 游戏时间 游戏一：对掌、对敲和传手 游戏二：手拍认识之物
游戏三：同娃娃玩藏猫儿 游戏四：由蛤蟆坐到坐稳 游戏五：扶腋蹦跳出生第七个月
宝宝的新变化 喂养方法 味觉发育敏感期 继续添加含铁食物 学习捧杯喝水 护理重点
用声音和动作表示大小便 给宝宝喂药的方法 本月计划免疫 早教视角 让宝宝学会抑制
游戏时间 游戏一：翻滚 游戏二：认身体第一个部位 游戏三：觉察到玩具被人拿走
游戏四：坐稳 游戏五：声音游戏出生第八个月 宝宝的新变化 喂养方法 开始吃整个鸡蛋
可以加喂鱼泥 护理重点 睡前不要洗头 本月计划免疫 早教视角 宝宝学爬益处多
不要过早学走路 学会保护自己 游戏时间 游戏一：连续翻滚 游戏二：从匍行到爬行
游戏三：扶物坐起 游戏四：扶物站起，横跨迈步
游戏五：用姿势表示语言出生第九个月 宝宝的新变化 喂养方法 肉末的做法与喂养
拿勺子盛到食物 护理重点 主动配合穿衣 本月计划免疫 早教视角 让宝宝自己玩
给宝宝讲故事 选择适宜的玩具 游戏时间 游戏一：模仿发音，称呼大人 游戏二：取和放
游戏三：捡别针和细绳 游戏四：食指套环 游戏五：寻找玩具出生第十个月
宝宝的新变化 喂养方法 和大人同桌吃饭 继续练习捧杯喝水 进入断奶过渡期
如何准备断奶 护理重点 大小便训练 本月计划免疫 早教视角 减少分离焦虑
不要过度保护 学会与人交往 学会与人分享 游戏时间 游戏一：扔到桶内 游戏二：呼应
游戏三：扶站时蹲下捡物 游戏四：扶物坐下 游戏五：牵手走步出生第十一个月
宝宝的新变化 喂养方法 辅食开始变主食 不要强迫宝宝进食 断奶时哭闹怎么办
护理重点 检查是否贫血 让宝宝开始学习自理 早教视角 学认图书和图卡 游戏时间
游戏一：认识红色 游戏二：放上杯盖和放人圆形 游戏三：用食指表示年龄
游戏四：自己站稳 游戏五：上台阶出生第十二个月 宝宝的新变化 喂养方法
夏冬两季不宜断奶 断奶不是不喝奶 中医回奶好方法 护理重点 大小便训练
本月计划免疫 早教视角 不要依赖学步车 游戏时间 游戏一：认识身体几个部位
游戏二：配大小瓶盖或盒盖 游戏三：模仿动物叫 游戏四：用动作表演儿歌
游戏五：存钱盒出生第十三个月 宝宝的新变化 喂养方法 1-2岁幼儿的营养需求
每日饮食安排 乳类食物不可少 幼儿仍然需要补钙 自己吃饭好处多 如何挑选幼儿餐具
注意饮食安全和卫生 怎样给宝宝吃水果 不宜给宝宝多吃味精 护理重点 改穿满裆裤
大小便训练 本月计划免疫 早教视角 鼓励宝宝多说单音句 游戏时间 游戏一：分大小
游戏二：学玩套碗 游戏三：翻书 游戏四：抱玩具学走
游戏五：拖拉玩具退后走出出生第十四个月 宝宝的新变化 喂养方法 培养良好的进食习惯
不要给宝宝饮茶 饮用果汁饮料要适量 零食的健康吃法 护理重点 为宝宝选择适宜的桌椅
早教视角 鼓励宝宝称呼生人 游戏时间 游戏一：认识黑色的东西 游戏二：玩套塔
游戏三：儿歌押韵 游戏四：地上滚球 游戏五：下楼梯出生第十五个月 宝宝的新变化
喂养方法 多钙食谱举例 宝宝为什么偏食 偏食的应对方法 护理重点
对宝宝进行安全教育 本月计划免疫 早教视角 让宝宝用声音回答问题
生活是一本“无字书” 游戏时间 游戏一：分出大小和方圆 游戏二：看下棋识字
游戏三：钥匙开锁 游戏四：配对 游戏五：学跑出生第十六个月 宝宝的新变化 喂养方法
让宝宝爱上蔬菜 适当给宝宝吃些高纤维食物 鸡蛋吃得越多越好吗 护理重点
从自己脱衣到自己穿衣 早教视角 引导宝宝记住事物的特点 让宝宝自己收拾玩具
游戏时间 游戏一：认白色 游戏二：数手指 游戏三：玩形板
游戏四：从最低一级楼梯跳下 游戏五：叠套碗造塔出生第十七个月 宝宝的新变化
喂养方法 挑选食物不等于挑食 孩子为什么会挑食 纠正挑食的有效方法 护理重点
自己按需找盆 本月计划免疫 早教视角 学背儿歌 游戏时间
游戏一：将半圆拼成圆，长方形拼成正方形 游戏二：是否一样多 游戏三：认数字1和8
游戏四：穿珠子 游戏五：分类出生第十八个月 宝宝的新变化 喂养方法
用杯子或碗代替奶瓶 吃饭要专心 酸味奶≠酸奶 让孩子爱上奶酪 护理重点
乳牙出齐可以刷牙 本月计划免疫 早教视角 培养孩子劳动的技能和热情 游戏时间
游戏一：打电话 游戏二：自由涂鸦 游戏三：用碗倒米 游戏四：玩具排队
游戏五：指字听念书出生第十九个月 宝宝的新变化 喂养方法 宝宝的饭菜要软、碎、烂
蛋白质的互补作用 幼儿为什么容易缺锌 最佳补锌建议 护理重点 养成良好的卫生习惯
本月计划免疫 早教视角 看电视也是一种学习 游戏时间 游戏一：区分黄色和白色
游戏二：找相同 游戏三：知道“我的”“你的”“他的” 游戏四：赢字卡

游戏五：蹦蹦跳跳学数数出生第二十个月 宝宝的新变化 喂养方法
食欲不佳并不等于厌食 宝宝为什么会厌食 厌食的应对方法 护理重点 练习穿衣服
上厕所大小便 早教视角 给宝宝立规矩 游戏时间 游戏一：玩沙 游戏二：吹乒乓球
游戏三：水到哪里去了 游戏四：学走木板 游戏五：认带图的字卡出生第二十一个月
宝宝的新变化 喂养方法 宝宝冬季饮食要则 宝宝秋季饮食要则 宝宝夏季饮食要则
护理重点 让宝宝学会自觉入睡 教宝宝学洗漱 早教视角 让宝宝开口讲话
学习做事巧安排 游戏时间 游戏一：轻和重 游戏二：走砖排 游戏三：用字块拼句子
游戏四：套圈 游戏五：学拍几下出生第二十二个月 宝宝的新变化 喂养方法
减少营养素的损失 注意烹调用油 护理重点 有龋齿要及时治疗 教宝宝学穿鞋袜
早教视角 对宝宝进行道德启蒙 变发脾气为讲道理 游戏时间 游戏一：买蔬菜，认绿色
游戏二：有几种画法 游戏三：汉字会变 游戏四：插木头人
· · · · · · ([收起](#))

[0-3岁婴幼儿养育全方案_下载链接1_](#)

标签

市场

婴幼儿

评论

[0-3岁婴幼儿养育全方案_下载链接1_](#)

书评

[0-3岁婴幼儿养育全方案_下载链接1_](#)