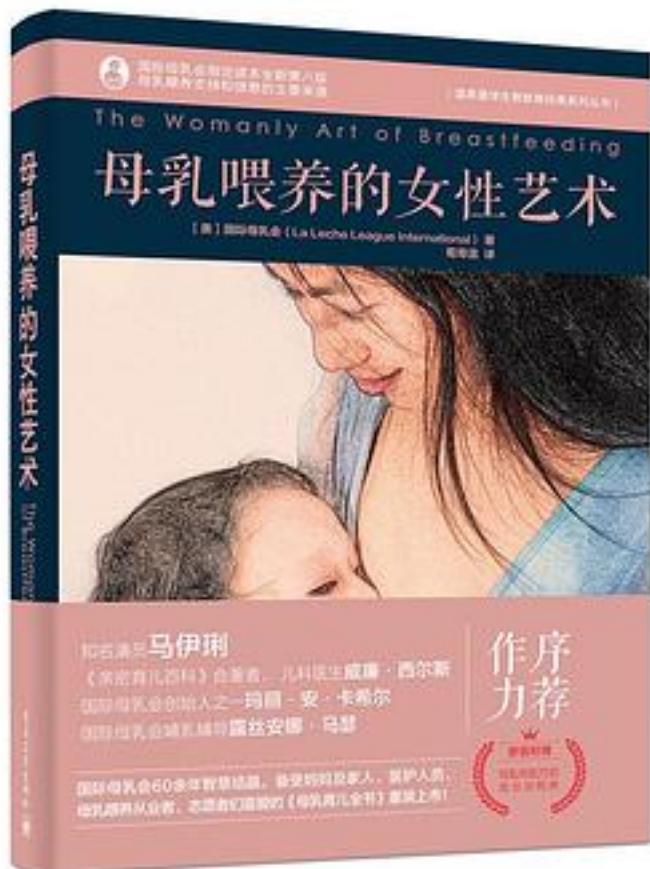


# 母乳喂养的女性艺术



[母乳喂养的女性艺术 下载链接1](#)

著者:国际母乳会

出版者:电子工业出版社

出版时间:2018-4-1

装帧:平装

isbn:9787121330025

母乳喂养是养育宝宝自然且健康的方式，不仅为宝宝提供免疫因子和全面营养，更让妈妈和宝宝彼此信任、了解，建立起在断奶之后长久存在的亲密联系。《母乳喂养的女性艺术》自1958年第一版问世，为母乳妈妈们提供了巨大的帮助和支持，已成为全球妈妈信

赖、权威的哺乳指南书。

本书为全新修订升级的第8版，美国畅销300多万册，涵盖了分娩和哺乳期可能遇到的大部分问题。如果你正为母乳喂养困惑不已或是感到孤立无援，这本书能给你最有力的鼓励和信心。请相信，你的努力将得到回报，并将在未来对你的宝宝、你的家庭，甚至整个世界产生深远影响！

## 作者介绍：

国际母乳会正式成立于1964年，是全球领先的母乳喂养倡导组织，世界上母乳信息的来源之一，在世界各地的68个国家有3000多个小组，为哺乳妈妈们提供面对面的帮助，并作为非政府组织为联合国儿童基金会、联合国及世界卫生组织提供顾问服务，已在哺乳、育儿和营养领域出版多种图书。

## 目录: 第一部分 新的开始

### 第1章 筑巢

哺乳是否适合你？

哺乳到底有多重要？

我的乳房能哺乳吗？

我会有充足的乳汁吗？

我要哺乳多久？

哺乳需要准备什么？

我需要哪些身体上的准备？

我需要哪些心理上的准备？

谁会帮助我？

### 哺乳资源

#### 第2章 建立网络

我们生来就需要网络

### 母乳会

妈妈以外的人

### 在线帮助

有偿专业支持

多样的网络

积极的医生

开始时，网络可以很小

宝宝也是其中一员

### 第3章 分娩

#### 第4章 衔乳和依恋

### 第二部分 宝宝的年龄和哺乳阶段

#### 第5章 开始的几天：你好，宝宝……

#### 第6章 最初两周：奶！

#### 第7章 第2~6周：蝴蝶微笑

#### 第8章 第6周~4个月：从容自信

#### 第9章 第4~9个月：巅峰状态

#### 第10章 第9~18个月：飞速发展

#### 第11章 给学步宝宝和更大的孩子喂奶：继续前进

### 第三部分 重要问题

#### 第12章 睡得像个婴儿

#### 第13章 初尝固体食物

#### 第14章 当你不能与宝宝在一起时

#### 第15章 打包母乳

#### 第16章 人人都要离乳

## 第17章 非主流方式

完全吸奶喂养

早产儿

接近足月出生的宝宝

多胞胎

重新泌乳

诱导泌乳

妈妈面临的挑战

有特殊需要的宝宝

在宝宝夭折后泌乳

照顾好自己

## 第18章 技术支持

在哺乳期间饮酒

减肥手术 (胃旁路手术)

乳头起疱

乳汁里有血

乳房脓肿

乳房肿块

乳腺组织不足

感冒及其他疾病

肠痉挛

饮食性疾病

涨奶

哺乳期间进行生育治疗

食物过敏和食物敏感

宝宝住院或手术

妈妈住院或手术

低血糖症

体温过低

黄疸或高胆红素血症

乳汁供应量低

乳腺炎

药物和哺乳

乳头差异

乳头保护罩

罢奶

乳汁过量

穿孔

乳腺导管堵塞

产后抑郁症

烦躁不安的泌乳反射 (D-MER)

反流

乳头疼痛

补充奶量

文身

哺乳期间吸烟

舌系带过短

血管痉挛

体重增长方面的担忧

酵母菌感染

## 第四部分 母乳会资源

第19章 关于国际母乳会

第20章 撕页小贴士

主要参考书目

图片出处说明  
· · · · · (收起)

[母乳喂养的女性艺术](#) [下载链接1](#)

## 标签

育儿

孕育

家庭

父母

亲情

人文社科

## 评论

非常温柔的一本书。有点可惜看得晚了点。之前被现在主流的机械行为主义育儿洗脑，现在回归本质。母乳育儿是回应、关注、本能、互动，充满爱。

---

相比之下，在奶睡、夜奶、吃不吃辅食等等很多方面，都缓解了我的焦虑。顺其自然。现在网络上奶睡戒不掉，要睡眠训练，夜奶会导致蛀牙等等言论，简直就是贩卖焦虑，新手妈妈要被吓死了。

---

超级温柔的一本书

从孕七月买到现在娃七月龄。缓解焦虑，拨乱反正必备工具书！道理我都懂，但我产后还是衔乳姿势不对，皲裂了，还是看了IBCLC门诊才纠正的。哺乳枕、消毒锅我都闲置了

后悔没有早看，可以避免很多坑的一本硬科普书，国际母乳协会还有官方微博公众号呢

正如这本书名字 他并非只讲述母乳喂养的技术 更重要的是母乳喂养的艺术  
其他人的工作就是做好家务并照顾好妈妈 而不是宝宝 宝宝并不只是需要吃饱  
还需要情感的连接、安慰和爱，吃不饱和吃得过饱都不如吃得正好  
带来的胃的舒适和感到的安全，在两岁前 宝宝想要的就是他所需要的  
他需要学习的只有爱，两岁后才要教他学习忍耐 宽容和友善

看完之后做了很多笔记，也增加了自己坚持母乳的决心，希望实践起来真的有用！

一切以孩子的需求和妈妈的感受为主导！

前三分之一讲的还是挺有道理的，后面有些观点不是很认同，见仁见智吧，感觉一般般。

希望我能成功

[母乳喂养的女性艺术 下载链接1](#)

## 书评

《母乳育儿全书》内容简介：母乳喂养是养育宝宝最自然而健康的方式，不仅为宝宝提供免疫因子和全面营养，更让妈妈和宝宝彼此信任、了解，建立起在断奶之后长久存在的亲密联系。小巫说，教育始于母乳喂养。就像老公说的，一本书就能教会你怎么哺乳

? 我想，重要的是这本书能够给...

---

[母乳喂养的女性艺术 下载链接1](#)