

宝宝喂养一本通/完美孕育一本通



[宝宝喂养一本通/完美孕育一本通 下载链接1](#)

著者:《完美孕育一本通》编写组

出版者:中医古籍

出版时间:2011-6

装帧:

isbn:9787801749963

《完美孕育:怀孕育儿一本通》以时间为为主线, 让您在最短的时间内以最少的精力获得

最需要、最有价值的知识。《完美孕育·怀孕育儿一本通》内容涉及孕产、哺育、婴幼儿喂养等问题，力图从那些容易被忽视的细节着手，系统、全面地介绍从怀孕到孩子入学前应该关心的所有知识。《完美孕育·怀孕育儿一本通》图文并茂，通俗易懂，愿您以最轻松愉快的心情和您的爱人一起阅读，一起学习，让爱情的结晶带给您人生最美的礼物——健康、聪明的天使宝宝。

作者介绍：

目录：第一章 优生是关键：不可不知的胎教常识 ◎孕前必修课：每个宝宝都是天才
优生优育：让胎宝宝受用一生的财富 孕前检查：健康是胎宝宝成长的“沃土”
产道卫生：干干净净让胎宝宝一路“好走” 心理调整：开心是迎接胎宝宝的“鲜花”
饮食营养：均衡是胎宝宝最优的“配方” ◎胎教：神奇但不神秘的潜能开发
明意义：十月胎教大于十年的培养 和盘托出：受过胎教的宝宝的特点
巧安排：良好胎教需夫妻共同经营 有言在先，准爸爸要“身兼多职”
胎教，家庭其他成员也是重要参与者 第二章 孕早期每月胎教优生方案
◎怀孕1个月：形如小海马的胚胎 母子变化：紧张情绪影响胎宝宝发育
胎教建议：适合恰情胎教 营养食谱：补充叶酸为孕育增添“安心锁”
异常防范：准妈妈白带增多的足部按摩法 安胎提醒：怀孕早知道
准爸爸课堂：消除紧张，完成角色转化 ◎怀孕2个月：胚芽发育成胚胎
母子变化：早孕反应剧烈影响胎宝宝发育 胎教建议：适合音乐胎教
营养食谱：健脾益胃为胎宝宝成长添动力 异常防范：准妈妈孕吐的足部按摩法
安胎提醒：辐射是胎教的“无形杀手” 准爸爸课堂：理解爱妻，安抚其“烦躁情绪”
◎怀孕3个月：胚胎变胎宝宝的成长期 母子变化：荷尔蒙变化影响胎宝宝发育
胎教建议：适合抚摸胎教 营养食谱：营养保胎让胎宝宝安渡难关
异常防范：准妈妈防流产的足部按摩法 安胎提醒：本月要进行全面的产前检查
准爸爸课堂：节欲将对妻儿的爱落到实处 第三章 孕中期每月胎教优生方案
◎怀孕4个月：早孕反应消失的稳定期 母子变化：猜测担心影响胎宝宝发育
胎教建议：适合行为胎教 营养食谱：海鱼为胎宝宝智力“助威”
异常防范：准妈妈便秘的足部按摩法 安胎提醒：宽松着装是准妈妈最好的选择
准爸爸课堂：引导妻子告别焦虑担心 ◎怀孕5个月：性别形成的分化期
母子变化：疲惫不堪影响胎宝宝发育 胎教建议：适合游戏胎教
营养食谱：补钙促进胎宝宝骨骼发育 异常防范：准妈妈乳房疼痛的足部按摩法
安胎提醒：从胎动判断胎宝宝的健康 准爸爸课堂：做腹围记录，参与胎教
◎怀孕6个月：胎宝宝此时像个小老头 母子变化：血压升高影响胎宝宝发育
胎教建议：适合联想胎教 营养食谱：维生素，胎宝宝最好的“护肤品”
异常防范：妊娠高血压的足部按摩法 安胎提醒：准妈妈过胖不利胎宝宝成长
准爸爸课堂：应对准妈妈多疑有妙招 ◎怀孕7个月：胎位不固定的调整期
母子变化：过度操劳影响胎宝宝发育 胎教建议：适合语言胎教
营养食谱：补血补铁让胎宝宝更健康 异常防范：准妈妈贫血的足部按摩法
安胎提醒：准妈妈坐立行走要小心谨慎
准爸爸课堂：变身浓情蜜意的“贴身保镖” 第四章 孕晚期每月胎教优生方案
◎怀孕8个月：胎宝宝性器官发育成熟的巩固期 母子变化：睡眠不足影响胎宝宝发育
胎教建议：适合光照射胎教 营养食谱：补充蛋白质让胎宝宝耳聪目明
异常防范：准妈妈水肿的足部按摩 安胎提醒：羊水异常需要保持冷静头脑
准爸爸课堂：营造宝宝的温馨小窝 ◎怀孕9个月：胎位下降的等待期
母子变化：焦急心理影响胎宝宝发育 胎教建议：适合美育胎教
营养食谱：全面补充营养，增强宝宝免疫力 异常防范：准妈妈胎位异常的足部按摩法
安胎提醒：散步是此时最好的运动 准爸爸课堂：未雨绸缪，分娩计划早制订
◎怀孕10个月：瓜熟蒂落的收获期 母子变化：产前忧郁影响胎宝宝发育
胎教建议：适合呼吸胎教 营养食谱：补锌，顺利迎接宝宝的到来
异常防范：产前忧郁症的足部按摩法 安胎提醒：密切关注临产征兆
准爸爸课堂：陪妻子分娩任务多 第五章 宝宝1个月：早教优育方案

◎聪明集结号：小宝宝的智力发育特点 语言发育：啼哭是宝宝唯一的表达方式
动作发育：4大反射动作助宝宝茁壮成长 感知力发育：4大感觉让新生宝宝更伶俐
认知发育：新生宝宝6种循环的知觉状态 ◎分型论育：全方位开启宝宝智能训练之门
语言训练：宝宝哭声异常怎么办 动作训练：宝宝不吮吸奶头怎么办
视觉训练：在强光下不会眨眼怎么办 ◎养育锦囊：行之有效的育儿细节
母乳：增智益脑的最佳营养品 初乳：生长发育所需要的全部营养素
预防接种：为宝宝健康保驾护航 奶粉选择：宝宝口粮的保存有学问
脐带护理：为宝宝留下美好的印记 ◎智能检测：本月宝宝的智能水平小测试 语言测试
动作测试 感知力测试第六章 宝宝2个月：早教优育方案

◎聪明集结号：小宝宝的智力发育特点 语言发育：宝宝可以发出声音了
动作发育：抬头松拳，宝宝身手灵活了 感知力发育：眼耳鼻全面感受五彩世界
情感发育：本能地对亲人发出微笑 ◎分型论育：全方位开启宝宝智能训练之门
动作训练：身体过度柔软或僵硬怎么办 听觉训练：对巨大的声响没有反应怎么办
视觉训练：不能追视移动物体怎么办 情感训练：宝宝不会笑怎么办
◎养育锦囊：行之有效的育儿细节 更换尿布：屎尿无常及时换
纸尿裤：科学选购和使用是关键 热水袋：送宝宝一个安全的“小暖器”
特别提醒：给宝宝梳头要注意 ◎智能检测：本月宝宝的智能水平小测试 语言测试
动作测试 感知力测试第七章 宝宝3个月：早教优育方案

◎聪明集结号：小宝宝的智力发育特点 语言发育：开始发出不同的单音
动作发育：动作变得协调细致 感知力发育：能定位声音的方向
情感发育：用“微笑”谈话 ◎分型论育：全方位开启宝宝智能训练之门
语言训练：不能发出声音怎么办 动作训练：无法支撑头部怎么办
感知力训练：眼睛斜视怎么办 情感训练：面部表情少怎么办
◎养育锦囊：行之有效的育儿细节 小枕头：适合宝宝的才是最好的
宝宝衣物：处处都蕴涵着学问 哄宝宝睡觉：切记跨越六大陷阱
洗澡：让宝宝享受沐浴的欢乐 ◎智能检测：本月宝宝的智能水平小测试 语言测试
动作测试 感知力测试第八章 宝宝4个月：早教优育方案

◎聪明集结号：小宝宝的智力发育特点 语言发育：对自己的声音十分感兴趣
动作发育：可以支撑起胸部了 感知力发育：各项机能发育完善 情感发育：喜欢小朋友
◎分型论育：全方位开启宝宝智能训练之门 动作训练：不会翻身怎么办
听觉训练：不会区分声音怎么办 视觉训练：先天性青光眼怎么办
认知训练：注意力不集中怎么办 ◎养育锦囊：行之有效的育儿细节
剪指甲：养成良好卫生习惯第一步 保护乳牙：把好宝宝健康第一关
婴儿车的选购：八大要素助你成功 添加辅食：让宝宝用嘴巴体验世界
◎智能检测：本月宝宝的智能水平小测试 语言测试 动作测试 感知力测试第九章
宝宝5个月：早教优育方案 ◎聪明集结号：小宝宝的智力发育特点
语言发育：开始区分元音与辅音 动作发育：运动协调能力进一步增强
视觉发育：能看得更远，喜欢外出 认知发育：模糊地感知因果关系
◎分型论育：全方位开启宝宝智能训练之门 动作训练：抓握动作不灵敏怎么办
语言训练：突然不开口发音怎么办 感知力训练：不会听声音定位置怎么办
情感训练：母子感情若即若离怎么办 ◎养育锦囊：行之有效的育儿细节
厌奶有方：根据厌奶原因采取不同对策 咬乳头：应对母乳喂养小挑战
嘴唇干裂：呵护宝宝，专家为你支招 宝宝喂药：介绍几种喂药的技巧
◎智能检测：本月宝宝的智能水平小测试 语言测试 动作测试 感知力测试第十章
宝宝6个月：早教优育方案 ◎聪明集结号：小宝宝的智力发育特点
语言发育：语言能力有了长进 动作发育：头颈肌发育的成熟
感知力发育：手、眼、口开始协调 情感发育：出现复杂情绪
◎分型论育：全方位开启宝宝智能训练之门 动作训练：扶腋下不会上下跳跃怎么办
感知力训练：手眼不协调怎么办 情感训练：宝宝认生自闭该怎么办
认知训练：喊宝宝名字没反应怎么办 ◎养育锦囊：行之有效的育儿细节
生病时：科学喂养助宝宝早日康复 防流口水：经验妈妈的护理经
日光浴：阳光赐予宝宝健康的体魄 安全防护：宝宝坠落的应对处理
◎智能检测：本月宝宝的智能水平小测试 语言测试 动作测试 感知力测试第十一章
宝宝7个月：早教优育方案 ◎聪明集结号：小宝宝的智力发育特点

语言发育：开始主动模仿说话声 动作发育：大、小动作都有了飞速发展
认知发育：具有一定的思维 情感发育：能区别亲人和陌生人
◎分型论育：全方位开启宝宝智能训练之门 语言训练：发音迟缓怎么办
动作训练：不会坐怎么办 感知力训练：对身边的事物不熟悉怎么办
情感训练：出现“分离焦虑”怎么办 ◎养育锦囊：行之有效的育儿细节
卫生检查：宝宝会阴部的居家护理 勤背宝宝：开发智力的新领域
培养认知力：引导宝宝看电视的学问 哭不停：宝宝身体健康的“拦路虎”
◎智能检测：本月宝宝的智能水平小测试 语言测试 动作测试 感知力测试 第十二章
宝宝8个月：早教优育方案 ◎聪明集结号：小宝宝的智力发育特点
语言发育：处于重复连续音节阶段 动作发育：会爬而且可以捏东西了
认知发育：对一切都充满好奇 情感发育：理解了成人的情感
◎分型论育：全方位开启宝宝智能训练之门 语言训练：不理解成人语言怎么办
动作训练：不会爬行怎么办 感知力训练：不明白物体永恒性怎么办
认知训练：认不准父母怎么办 ◎养育锦囊：行之有效的育儿细节
纠正偏食：让宝宝身体强壮有力气 练习坐便器：培养宝宝良好的生活习惯
设立小药箱：宝宝健康的守护神 互动练习：在客厅营造一个安全的“游乐园”
◎智能检测：本月宝宝的智能水平小测试 语言测试 动作测试 感知力测试 第十三章
宝宝9个月：早教优育方案 ◎聪明集结号：小宝宝的智力发育特点
语言发育：可以理解更多的语言 动作发育：大动作与小动作更加娴熟
感知力发育：视听觉有了更好的发展 认知发育：探索能力增强
◎分型论育：全方位开启宝宝智能训练之门 动作训练：手指不灵活怎么办
感知力训练：听到名字不能指认物品怎么办 认知训练：不能通过面部表达情绪怎么办
情感训练：过度依恋玩具怎么办 ◎养育锦囊：行之有效的育儿细节
言传不如身教，制止宝宝捡东西吃 补充水分：水是宝宝不可或缺的食物
专家支招：让宝宝不再“爱吃手” 保持体重：不要把宝宝喂得太胖
◎智能检测：本月宝宝的智能水平小测试 语言测试 动作测试 感知力测试 第十四章
宝宝10个月：早教优育方案 ◎聪明集结号：小宝宝的智力发育特点
语言发育：进入真正意义上的说话阶段 动作发育：能够独自站立片刻
认知发育：观察物体的属性 情感发育：自我意识变得更加成熟
◎分型论育：全方位开启宝宝智能训练之门 语言训练：说话总是很含混怎么办
动作训练：10个月宝宝不能站立怎么办 认知训练：乱扔东西怎么办
情感训练：遭遇不合群宝宝怎么办 ◎养育锦囊：行之有效的育儿细节
选鞋子：更好地呵护宝宝的双脚 手抓食物：有利成长但要注意卫生
父爱饥渴：新手爸爸再忙也要陪宝宝 宝宝营养餐：水果不能代替蔬菜
◎智能检测：本月宝宝的智能水平小测试 语言测试 动作测试 感知力测试 第十五章
宝宝11个月：早教优育方案 ◎聪明集结号：小宝宝的智力发育特点
语言发育：说一些简单的词 动作发育：动作发育更加灵活
认知发育：有初步的自我意识 情感发育：交往的能力不断增强
◎分型论育：全方位开启宝宝智能训练之门
语言训练：只会叫“爸爸”、“妈妈”怎么办 动作训练：有保护时不敢行走怎么办
感知力训练：不会传递玩具怎么办 情感训练：宝宝胆小怎么办
◎养育锦囊：行之有效的育儿细节 玩耍：宝宝学习和成长的阶梯
断奶：宝宝饮食转变的分水岭 开裆裤：无声侵蚀着宝宝的健康
巧应对：别让食物营养悄悄“溜走” ◎智能检测：本月宝宝的智能水平小测试
语言测试 动作测试 感知力测试 第十六章 宝宝12个月：早教优育方案
◎聪明集结号：小宝宝的智力发育特点 语言发育：发出的“音”能表达意思
动作发育：开始蹒跚走路了 认知发育：自我意识增强
◎分型论育：全方位开启宝宝智能训练之门 语言训练：“贵人语迟”怎么办
动作训练：宝宝玩生殖器怎么办 认知训练：没有自我意识怎么办
情感训练：宝宝太自私怎么办 ◎养育锦囊：行之有效的育儿细节
着装：通过练习穿衣培养宝宝自立 饮食护理：断奶不要断牛奶
安全出行：当宝宝坐上私家车时 宝宝情感发泄：父母要正确对待
◎智能检测：本月宝宝的智能水平小测试 语言测试 动作测试 感知力测试 第十七章
宝宝1~2岁：早教优育方案 ◎聪明集结号：小宝宝的智力发育特点

语言发育：语言词汇量突飞猛进 动作发育：独自活动能力进一步发展
认知发育：对这个世界进行探究 情感发育：喜欢和大宝宝一起玩
◎分型论育：全方位开启宝宝智能训练之门 语言训练：宝宝总是问“为什么”怎么办
动作训练：不会自己吃饭怎么办 认知训练：宝宝具有破坏性行为怎么办
情感训练：面对不独立的宝宝怎么办 ◎养育锦囊：行之有效的育儿细节
良好饮食习惯：宝宝成长的加速器 选择餐具：让宝宝吃得开心身体棒
家教有方：统一是家庭教育的重要环节 漱口刷牙：全面呵护宝宝的乳牙
◎智能检测：本月宝宝的智能水平小测试 语言测试 动作测试 感知力测试 第十八章
宝宝2~3岁：早教优育方案 ◎聪明集结号：小宝宝的智力发育特点
语言发育：基本掌握母语口语对话 动作发育：对身体的操纵更加灵活
认知发育：能理解物体之间的关系 情感发育：不能控制自己的情绪
◎分型论育：全方位开启宝宝智能训练之门 语言训练：家有“口吃”宝宝怎么办
动作训练：宝宝经常摔跤怎么办 认知训练：不能区分颜色怎么办
情感训练：任性爱发脾气怎么办 ◎养育锦囊：行之有效的育儿细节
做好准备：架起快乐入园的桥梁 惩罚宝宝：五大准则需要牢记
预防尿床：让宝宝不做“夜尿郎” 预防手足口病：清除宝宝健康的绊脚石
◎智能检测：本月宝宝的智能水平小测试 语言测试 动作测试 感知力测试
· · · · · (收起)

[宝宝喂养一本通/完美孕育一本通](#) [下载链接1](#)

标签

怀孕

评论

还行。不过里面的知识都比较古老了，早就跟不上时代了。感觉是十几年前的事情。

[宝宝喂养一本通/完美孕育一本通](#) [下载链接1](#)

书评

[宝宝喂养一本通/完美孕育一本通 下载链接1](#)