

<<0-3岁宝宝喂养完全方案>>

图书基本信息

书名：<<0-3岁宝宝喂养完全方案>>

13位ISBN编号：9787508058733

10位ISBN编号：7508058739

出版时间：2010-10

出版时间：华夏

作者：于松

页数：426

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<0-3岁宝宝喂养完全方案>>

### 内容概要

《宝宝喂养完全方案（0~3岁）》：本书从宝宝吃什么入手，详细而全面地介绍宝宝成长过程中可能遇到的各种喂养问题以及解决办法，依据宝宝不同成长阶段的营养需要，讲述喂养方法、食物制作以及喂养重点。

贝博士&#8226;冠军宝贝成长书系配有大量手绘漫画，以“朵朵”一家为线索，生动表现了80后初为父母的喜悦与苦恼。

另外，本书系文字力求规避生涩的专业术语，用日常用语、手绘插图解释艰涩的医学术语，可读性强，亲切易懂，可操作性强。

第一套共9种图书，完整涵盖了孕产育儿的各个方面，如孕期准备、胎教方案、母婴营养保健、育儿完全指导、亲子游戏以及婴幼儿疾病护理等。

<<0-3岁宝宝喂养完全方案>>

作者简介

于松: 北京妇产医院著名妇产科专家、资深临床大夫、主任医师。

## &lt;&lt;0-3岁宝宝喂养完全方案&gt;&gt;

## 书籍目录

- 第一章 宝宝喂养必修课 1.你应该知道的喂养知识 2.宝宝喂养Q&A 3.婴儿期宝宝3大喂养方式 4.母乳喂养STEP BY STEP 5.五大民间说法的科学解读 6.宝宝喂养的4大黄金时间
- 第二章 新生儿宝宝喂养 1.母乳喂养的益处 2.新生儿一天应喂几次奶 3.如何防止宝宝吐奶？  
4.新生儿最好别用奶瓶喂养 5.先天唇腭裂宝宝的“喂奶法” 6.乙肝妈妈：我可以母乳喂养宝宝吗？  
7.缺少母乳宝宝的喂养秘籍
- 第三章 1~2个月宝宝喂养 1.1~2个月宝宝饮食方案 2.1~2个月宝宝饮食禁忌 3.喂母乳的宝宝不用常喂水 4.让人工喂养的宝宝也健康 5.早产儿的营养与喂养 6.怎样给宝宝加喂鱼肝油 7.宝宝哭闹一定是饿吗？  
8.1~2个月宝宝明星营养素：维生素
- 第四章 3~4个月宝宝喂养 1.3~4个月宝宝饮食方案 2.3~4个月宝宝饮食禁忌 3.爸爸也要参与到喂奶中来 4.宝宝厌食牛奶怎么办 5.夜间如何喂养宝宝 6.白开水是宝宝最好的饮品 7.3~4个月宝宝明星营养素——DHA 8.3~4个月宝宝营养辅食精选
- 第五章 5~6个月宝宝喂养 1.5~6个月宝宝饮食方案 2.5~6个月宝宝饮食禁忌 3.给宝宝添加辅食的五个注意事项 4.宝宝不肯吃辅食怎么办 5.做辅食也要有专用工具 6.为你的宝宝选择米粉了吗 7.流食最能养宝宝娇嫩的脏腑 8.5~6个月宝宝明星营养素——脂肪酸 9.5~6个月宝宝营养辅食精选
- 第六章 7~8个月宝宝喂养 1.7~8个月宝宝饮食方案 2.7~8个月宝宝饮食禁忌 3.给宝宝增加一点固体食品 4.在宝宝饮食中加入水果与蔬菜 5.宝宝能坐就能学吃饭 6.7~8个月宝宝明星营养素——维生素K 7.7~8个月宝宝营养辅食精选
- 第七章 9~10个月宝宝喂养 1.9~10个月宝宝饮食方案 2.9~10个月宝宝饮食禁忌 3.宝宝如何吃鱼更科学 4.给宝宝头发“补”营养 5.科学选择调味品为健康加分 6.给宝宝吃点“硬食” 7.9~10个月宝宝明星营养素：铁 8.9~10个月宝宝营养辅食精选
- 第八章 11~12个月宝宝喂养 1.11~12个月宝宝饮食方案 2.11~12个月宝宝饮食禁忌 3.断奶要选择最佳时机 4.如何给宝宝断奶 5.断奶后饮食的注意事项 6.让宝宝顺利接受新食物 7.11~12个月宝宝明星营养素：锌 8.11~12个月宝宝营养辅食精选
- 第九章 1~2岁宝宝喂养 1.1~2岁宝宝饮食方案 2.1~2岁宝宝饮食禁忌 3.给宝宝烹调食物学问大 4.谨防异食癖 5.保护好宝宝的乳牙 6.让宝宝拥有健康的肠胃 7.科学摄取蛋白质 8.1~2岁宝宝明星营养素：钙 9.不要忘了给宝宝摄取膳食纤维 10.宝宝喝水的学问 11.如何给宝宝吃糕点 13.健康宝宝不上火 14.1~2岁宝宝营养食谱精选
- 第十章 2~3岁宝宝喂养 1.2~3岁宝宝营养必知 2.2~3岁宝宝饮食禁忌 3.科学给宝宝喝饮料 4.让宝宝远离食物中毒和铅污染 5.宝宝偏食、挑食怎么办 6.孩子不好好吃饭怎么办？  
7.增进宝宝食欲 8.孩子为什么会营养不良 9.科学为宝宝加餐 10.儿童肥胖：21世纪大家关注的问题  
11.该不该给宝宝吃零食？  
12.强健宝宝身体 13.开发大脑，养育聪明宝宝 14.宝宝进食习惯养成计划 15.宝宝四季饮食方案 16.全面补充宝宝营养食谱推荐 17.幼儿保健品，想吃就吃吗？
- 第十一章 小儿常见疾病饮食疗法 1.宝宝生病期间更要多注意饮食 2.增强宝宝免疫力 3.宝宝用药与饮食 4.小儿“蛔虫病”饮食疗法 5.小儿支气管炎饮食疗法 6.小儿感冒饮食疗法 7.小儿咳嗽饮食疗法 8.小儿腹泻饮食疗法 9.小儿发烧饮食疗法 10.小儿夜啼饮食疗法 11.小儿流涎饮食疗法 12.小儿厌食症饮食疗法 13.小儿伤食饮食疗法 14.小儿乳食不消饮食疗法 15.小儿遗尿饮食疗法 16.小儿盗汗饮食疗法 17.小儿佝偻病饮食疗法 18.小儿扁挑体炎饮食疗法 19.小儿鼻出血饮食疗法 20.小儿腮腺炎饮食疗法 21.小儿多动症饮食疗法 22.小儿肺炎饮食疗法 23.宝宝病好后不要忽略饮食调理
- 附录： 附录1.人乳、人初乳与牛乳营养成分对比表 附录2.人体对各种营养素的需求量及来源 附录3.常见食物营养成分表 附录4.宝宝成长所需要的营养和饮食调养

## <<0-3岁宝宝喂养完全方案>>

### 章节摘录

第一章 宝宝喂养必修课 你应该知道的喂养知识 婴幼儿味觉发育特点 宝宝在出生后的第2天就有了味觉，1个月以内能辨别香、甜等不同的味道。

把甜的液体放到宝宝嘴里时，他们会开心地吸吮起来，当碰到咸、酸或苦味时则会皱鼻子或者撅嘴，以表示“我不要”。

4~5个月的宝宝对食物的微小改变已很敏感。

6个月~1岁，宝宝的味觉发育最灵敏。

而对于那些复杂的味道，如酸味、苦味和辣味等，则需要宝宝大脑发育到一定阶段才能接受，这往往要等到宝宝进入学龄期以后了。

宝宝通过不断品尝、练习，逐渐接受、习惯，甚至喜欢这些味道，也就是说味觉变得复杂化了。

了解了以上味觉的发育特点，妈妈千万不要以自己的喜好或标准为宝宝选择和制作食物。

要知道，宝宝的味蕾在舌面的分布比成人更广，味觉更敏感、更丰富。

如果按照自己的口味为宝宝制作食物，则容易导致宝宝口味过重，不利于其成年后的健康。

.....

<<0-3岁宝宝喂养完全方案>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>