

<<母乳最好>>

图书基本信息

书名：<<母乳最好>>

13位ISBN编号：9787538439915

10位ISBN编号：7538439919

出版时间：2009-1

出版时间：吉林科学技术出版社

作者：吴光驰

页数：232

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>

<<母乳最好>>

前言

“爱宝宝，就用母乳喂养！”

”因为母乳喂养是最科学的，对宝宝来讲也是最适宜、最优质的天然食物。

所有新爸爸、新妈妈都希望自己的宝宝从一出生就健康、聪颖地成长。

在宝宝出生后亲自给宝宝哺乳，还是采用人工方法喂养的问题困扰着许多新妈妈，她们或是因为事业，或是为了身材而对母乳喂养犹豫不决。

当然，也有许多新妈妈是因为不了解喂母乳的好处。

母乳喂养是最理想的喂养方法，不仅为生长发育的宝宝提供了最佳的营养，更增进了母子之间的感情，让宝宝与新妈妈有了良好的相互依恋，更有利于培养宝宝的美好心灵；而人工喂养宝宝不是成长缓慢，就是容易患疾病。

同样的，没有经过母乳喂养的新妈妈，也容易患乳腺癌等疾病。

所以母乳喂养在给宝宝健康保障的同时，也让新妈妈更健康。

我们相信，现在开始，只要条件允许，大多数妈妈们都会主动选择亲自哺乳，而不会轻易放弃母乳喂养了。

这不仅仅是因为2008年8月出现的三鹿奶粉事件，更重要的是，人们认识到了：母乳是宝宝健康的保障！

其实，只要掌握具体的更完善的哺乳方法和必要的母乳喂养知识，并安排得当，工作、事业、体形并不一定会与母乳喂养发生根本性的矛盾。

本书为所有愿意母乳喂养的妈妈提供详尽的母乳喂养知识，帮助每个妈妈都能成功进行母乳喂养，并以最好的方法喂养孩子，顺利渡过初为人母的特殊阶段，让你快乐享受其中的幸福。

<<母乳最好>>

内容概要

母乳喂养是最理想的喂养方法，不仅为生长发育的宝宝提供了最佳的营养，更增进了母子之间的感情，让宝宝与新妈妈有了良好的相互依恋，更有利于培养宝宝的美好心灵：而人工喂养宝宝不是成长缓慢，就是容易患疾病。

同样的，没有经过母乳喂养的新妈妈，也容易患乳腺癌等疾病。

所以母乳喂养在给宝宝健康保障的同时，也让新妈妈更健康。

<<母乳最好>>

作者简介

吴光驰首都儿科研究所儿童营养研究室研究员，中国优生科学协会理事，中国优生科学协会小儿营养专业委员会副主任委员，《中华儿科杂志》编辑委员会通讯编委。

1958年毕业于北京医科大学，一直从事儿科临床、儿童保健、儿童营养研究工作，具有丰富的儿科临床及儿

<<母乳最好>>

书籍目录

CHAPTER 1 基础篇 母乳喂养是最棒的 哺乳喂养早知道 女性乳房知识 为宝宝准备健康的乳房 做好乳房的保健 经常按摩乳房 矫正乳头内陷 母乳喂养的营养储备 “六好”妈妈奶水足 乳房的呵护 婴儿期乳房的呵护 少女期乳房的呵护 女性月经期乳房的呵护 女性妊娠期乳房的呵护 女性哺乳期乳房的呵护 女性中年以后乳房的呵护 母乳是最好的食物 母乳喂养的宝宝最好 母乳喂养与人工喂养 哺乳妈妈更健康 健康哺乳全攻略 攻略一：母乳喂养的时间 攻略二：母乳喂养的方法 攻略三：母乳喂养的姿势 攻略四：母乳喂养的技巧 攻略五：哺乳期乳房的护理 攻略六：母乳喂养的注意事项 攻略七：走出哺乳六大误区 攻略八：妈妈心情好、乳汁足

CHAPTER 2 营养篇 哺乳期的母婴营养 新妈妈营养资讯榜 哺乳妈妈的饮食禁忌 宝宝这样吃最健康

CHAPTER 3 实践篇 母乳喂养全接触 0-4个月：母乳喂养最关键 5-8个月：给宝宝换换口味 9-12个月：顺利度过断奶期

CHAPTER 4 呵护篇 特别的母婴特别的爱 特殊妈妈呵护面对面 特殊宝宝喂养零距离

CHAPTER 5 应对篇 母乳喂养全攻略 对哺乳乳房说 母乳喂养常见问题 新妈妈还应了解的

<<母乳最好>>

章节摘录

母乳喂养是人类本能的生存方式，当造物主赐予女人一对美丽乳房的时候，也赋予其哺育下一代健康成长的重任。

宝宝一出生就需要合理的喂养，而母乳是小生命最适宜、最良好的天然食物。

母乳喂养的宝宝长得结实、聪明又可爱，妈妈产后康复也相对顺利。

为此，本篇精心收集了哺乳妈咪早知道、母乳对宝宝的重要性。

提倡科学母乳喂养，让宝宝聪明成长。

由于一些问题奶粉的出现，母乳喂养成了热点话题，相信这些知识能够解决新妈妈喂养前的诸多问题和盲区，成为你不可缺少的母乳喂养助手。

乳房是乳腺集合的部分，也是女性的第一二性征之一，在胸大肌上，从第二肋骨到第六肋骨都是她的领地，内侧可到胸骨旁线，外侧可到腋中线。

成年未孕女性的乳房呈半球形，紧张而有弹性。

妊娠后期和哺乳期，乳房明显增大。

停止哺乳后，乳腺萎缩，乳房随之变小。

到了老年，乳房弹性纤维逐渐减少，乳房变得松弛下垂。

一般人常以为乳房是一种肌肉组织，事实上，乳房本身1/3左右足脂肪，2/3由乳腺、乳腺导管及结缔组织构成，其内部结构就像一棵倒着生长的小树。

<<母乳最好>>

编辑推荐

《母乳最好》：中国优生科学协会倡导读物。

<<母乳最好>>

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>