



特别策划 Special Section

20 6种不吃药的中医疗法

跟着我们一起走进中医诊室吧，一起来寻找那些独特的治疗方法，当孩子出现便秘、积食、腹泻、厌食等情况时，除了吃药打针，我们还有更多的治疗选择！

宝贝健康 Healthy Kids

本月健康主题

32 说话，走路，多晚才算晚？

第一次笑、第一次抬头、说的第一句话……当自己宝宝的第一次比其他同年龄的宝宝晚时，妈妈们会不可避免地担忧起来。

新手父母课堂

36 长牙前后，精心护理

成长观测站

38 1~2个月 对周围环境感兴趣

健康从头到脚

40 家有小对眼

42 当宝宝遭遇惊吓

热闹过后，为什么宝宝却变得哭闹不安？原来宝宝是受了惊吓！

44 5种方法，辨别不同的肚子疼

宝宝经常肚子疼，什么原因？怎么处理？快来看看。

安全手册

47 要轻轻摇，不要重重晃

轻轻地摇晃宝宝，他会感到安心、舒服，太剧烈的摇晃，则会使宝宝受到伤害。

崔大夫诊室

48 抗生素的底细

来自美国儿科学会

52 早期筛查，挽救听力

你是否能听到蟋蟀唧唧的叫声、电脑主机嗡嗡的运转声、自己的呼吸声？我们每天听到的各种习以为常的声音，有听力障碍的孩子却从未听到过。

家庭用药

54 胃口差，先调饮食后用药

“孩子不爱吃饭，吃两片开胃药吧！”这些药吃起来真的那么随意吗？

贴身医生

55 血管瘤治疗，看部位而定

56 健康留言板

常晒被子，赶走螨虫 / 让他暖和起来 / 每月提醒：立春后，饮食多甜少酸，着装下厚上薄 / 母乳喂养，颌骨发育更好 / 容易咳嗽，体质问题还是疾病？ / 给学步宝宝找双合脚的鞋

58 健康问与答

头总偏向一边怎么纠正？ / 大便不正常是不是胃肠有问题？ / 接种疫苗处的小疙瘩迟迟不退怎么办？ / 和乙肝患者接触会被传染吗？ / 为什么眼角处的睫毛经常粘在眼球上？

营养与美食 Nutrition & Fine Food

特别报道

60 DHA，国际顶级专家如是说

DHA究竟对宝宝的生长育有怎么的好处？我们每天需要摄入多少DHA？该如何选择DHA产品？国际顶级专家会给出最前沿的科研信息和详细指导。

64 让宝宝爱上新食物的私房招数

宝宝私家菜

66 菌菇大集合

68 营养问与答

如何让宝宝专心吃饭？ / 孩子上火可以喝凉茶吗？ / 宝宝生病了，奶量骤减该怎么办？ / 宝宝腹泻时，饮食需要注意什么？

聪明手册 Smart Baby

98 15个理财游戏，成就高“财商”宝宝

想象力体操

106 我的身体会飞翔之 变高

动物模仿秀

108 我像小兔蹦、蹦、跳

户外运动

110 感受雪的快乐



孕产之家 Pregnancy & Birth

孕妈咪直播间

70 男孩？女孩？

准妈咪

72 做爸爸前，你们应该有的 8 次交谈

74 怀孕初期，睡意绵绵

为什么准妈妈在怀孕早期总感觉特别疲倦而且超级能睡？如何安然度过这段哈欠连连的日子呢？

产后护理

77 这些事什么时候可以开始

下床活动、做家务、练习瑜伽、性生活……产后，这些事情什么时候可以开始呢？

产后塑身

80 告别下背部疼痛

孕产妈咪营养餐

82 妊娠糖尿病妈妈的 VIP 美食

84 孕期间问答

怀孕 4 个月，小腹特别不明显正常吗？/ 怀孕 4 个月后白带不正常应该怎么办？/ 怀孕 26 周，阴道很干燥，分泌物很少是什么原因？/ 孕晚期失眠怎么办？/ 孕期能用电磁炉吗？/ 23 周肚子为什么会发硬、发胀？/ 胎盘 II 级+ 和 III 级有什么区别？

我在长大 Age by Age

里程碑

86 宝贝的探索历程

童心世界

91 等待：宝贝必修课

等一等，就能有更多的收获。可是，要抑制自己即刻满足的愿望，小朋友能做得好吗？

94 当那个苹果跳一跳够不到

如果费了九牛二虎之力，还是够不到那颗高高在上的苹果，我们该如何面对孩子沮丧的眼神？

生命教育

96 我是男孩我自豪

教养前线

113 小小孩也需要责任感

才艺宝贝

118 一不小心，爱上音乐

是刻苦练琴，还是享受音乐？这是一个需要爸妈们做出选择的时刻了！

122 教育问与答

脾气好大 / 可以教小宝宝识字吗？/ 图画书有危险？

儿童档案

0 ~ 7 岁成长备忘录 / 分年龄段 Baby 购物街

0 ~ 1 岁	换床睡不着	124
	和镜子玩游戏	148
1 ~ 2 岁	第一次去拜年	125
	让走路更有趣	149
2 ~ 3 岁	他是在说谎吗？	126
	最爱的“捉迷藏”	150
3 ~ 5 岁	他太爱“眼红”了	127
	5 ~ 7 岁	128
5 ~ 7 岁	这些事要不要对孩子说	128



contents

2011/02/ 总第 392 期

家庭时间 Family Time

129 减压舱

生活提案馆

130 给爱上做饭 N 个理由

爱上一件事，是需要契机的。也许是准备的过程，也许是一个细节的改变。

妈妈时间

134 “逃家”老爸回家记

在生活中，如果我们能做一个有弹性的女人，婚姻关系就会比较稳固，整个家庭系统也能得以良性运转。

心理师妈妈手记

137 记得收帐篷

138 我们的家

我家育儿：火车之恋
我家窍门：洗脸不湿袖子
晒我家：火红亲子控

隔代育儿

140 手机

不少上班族妈妈为了和家里看宝宝的老人联络方便，都给他们配备了手机。可是，由手机引发的矛盾和笑料却层出不穷。

专业爸爸

142 解决睡眠难题？来，看我的！

144 妈妈淘宝

淘新鲜：英语卷纸 / 伸缩式迷你漏斗 / 阿拉丁神灯
淘经验：小身材大作用
淘美丽：春节美丽着装提案

睡前故事

151 小羊罗素睡不着

152 童书排行榜

共读时光

156 中国味道的图画书

封面摄影 / 宝贝优国际摄影公司
封面宝宝 / 谭蓓儿



2009 ~ 2010

中国报刊广告投放价值排行榜揭晓

《父母必读》杂志名列全国期刊

广告投放价值 30 强

每期必有 Every Issue

卷首	04
本期观点	09
回馈	10
公告栏	12
本月热卖	14
妈妈俱乐部	16
本月精彩育儿书	116
家庭相册	146
阿毛好习惯：大家一起吃	

订阅详情请见封二

2011 年第二期杂志里有哪些文章是你所迫切需要的？你觉得它们实用吗？亲切吗？你喜欢哪些话题？有什么好的建议？欢迎登录父母必读育儿网（www.fumubidu.com.cn）填写在线调查问卷。你将有机会获得《父母必读》送出的好书！

在本期杂志里是否有您家宝宝的身影？从现在起，凡宝宝照片刊登在杂志上的读者，购买当期杂志均可享受 8 折优惠。详情请咨询 010-58572510/58572273