



特别策划 Special Section

19 寻找母乳喂养榜样妈咪

今年，在倡导母乳喂养的路上，我们请大家来听故事。在文章中，我们邀请了4位母乳喂养榜样妈咪讲述她们的经历，分享她们的艰难与喜悦！并以此方式，向所有为母乳喂养不懈努力的妈妈们——致敬！

宝贝健康 Healthy Kids

本月健康主题

33 从小到大的睡眠烦恼

孩子是在睡中长的。所以睡个好觉对于孩子来说太重要了。他有什么睡眠烦恼，我们应该马上帮他解决掉。

新手父母课堂

36 4种方法 有效退烧

成长观测站

38 2~3个月：对身体有感觉了！

健康从头到脚

40 头围、胸围和腹围，健康的秘密

42 紧急处理犬吠样咳嗽

安全手册

44 认识蝉，避开蝉！

蝉虫，这个平常和芝麻差不多大的小虫子，以前我们都不曾知道它，却因其对人体的危害而一夜成名。那么，我们该如何防范边个会吸血、会释放毒素的小虫子呢？

崔大夫诊室

48 追寻食物过敏的根源

来自美国儿科学会

52 上网，需要8个筛子！

遇到问题上网查询已经成了我们的习惯。不过，美国儿科学会专家针对这种情况特别提醒家长：在网上查找儿童健康信息时要特别小心，毕竟，这关系到孩子的身体！

家庭用药

56 老药新说

那些我们小时候就在吃的药是不是过时了？其实，一直沿用下来的老药，经得起时间的检验，才是安全可靠的。

58 健康留言板

胶囊不宜散开吃 / 为什么小宝宝会有阴道分泌物？ / 每月提醒：防风，别用纱巾遮脸 / 脱水：从轻到重的表现 / 户外玩耍，掌握基本的安全守则

贴身医生

60 足外翻：大部分能恢复

62 健康问与答

擦屁股时孩子为什么发出怪声？ / 隐睾需要治疗吗？ / 一侧脖子长的小疙瘩是什么？ / 吃母乳的宝宝大便不正常是什么原因？

营养与美食 Nutrition & Fine Food

64 营养速递

营养与美食

65 益生菌最新情报

益生菌到底对宝宝的健康有没有好处？关于益生菌，又有什么新的说法？

宝宝私家菜

68 洋快餐的健康版本

70 营养问与答

怎么给宝宝吃粗粮？ / 怎样补充维生素C最好呢？ / 打了回奶针以后，还可以给宝宝喂奶吗？ / 宝宝很爱吃辅食，可以停止母乳喂养吗？ / 1岁多的宝宝是单独吃饭好还是和大人一起吃？

聪明手册 Smart Baby

98 16个运动游戏，与宝宝一起迎接春天

想象力体操

106 我的身体会飞翔之 变矮

动物模仿秀

108 我像小狗“汪、汪”叫

玩具总动员

110 积木带你建立空间知觉



孕产之家 Pregnancy & Birth

72 孕期小贴士

准妈咪

74 西尔斯医生谈准妈妈最关注的6大问题

产后护理

78 给坐月子的老传统纠错

“月子里不能洗澡、洗头！”“坐月子不能吃水果！”……搜罗一下，“古人有云”的规矩还真不少！而这些说法似乎都不大正确哟！

孕妈咪直播间

81 大话胎梦

产后塑身

82 还原你的挺拔身姿

84 孕期间与答

上次怀孕有妊娠反应而这次却没有正常吗？/ 怀孕8周时，B超显示胎芽只有6周大且孕酮偏低要紧吗？/ 孕早期有褐色液体流出正常吗？/ 怀孕8个月再做ABO溶血检查还有用吗？/ 怀孕6个多月同房对宝宝有影响吗？

我在长大 Age by Age

里程碑

86 动动手，动动脑

童心世界

89 小冒失？对话心理学家

92 安全依恋：从关爱中汲取应对世界的能量

入园前后

94 孩子上全托幼儿园好吗？

生命教育

113 关于生命，宝贝爱问的2大难题

教养前线

116 英语启蒙，阅读是金

120 教育问与答

宝宝是在自残吗？/ 怎样描述那个“负心郎”？/ 掌握阅读的“度”

儿童档案

0~7岁成长备忘录 / 分年龄段 Baby 购物街



0~1岁

吸吮手指有秘密

122

甜蜜的心灵感应

145



1~2岁

到处乱画

123

有趣的身体认知

146



2~3岁

宝宝，别走丢

124

快乐的居家游戏

147



3~5岁

唉，又出手了

125



5~7岁

尿床，卷土重来！

126



contents

睡前故事

2011/03/ 总第 393 期

家庭时间 Family Time

127 减压舱

生活提案馆

128 让每一个角落都有春意

已近春天，我们都换了衣裳，要不要给家也带来春的气息？

隔代育儿

132 婆婆来了！

海外育儿

135 谁说美国都是“羊妈”？

别误会，这感叹句不等于“狼来了”，不是惊吓或愤怒的感叹。如果是的话，奉劝妈妈们试着把它转换为感恩和放松的呼喊。

专业爸爸

136 选购理想的家庭用车

智慧老爸

138 扮好父亲角色的 4 阶攻略

我们的家

141 金话筒妈妈的特别故事

心理师妈妈手记

144 爱孩子还是爱成绩

148 妈妈淘宝

淘新鲜：迷你厨房 / 鼻毛先生 / 健康油瓶
淘经验：选一张合适的婴儿床
淘美丽：春季养发

152 童书排行榜

共读时光

154 图画书中的图书馆

爱书，应该从童年开始；阅读，应该成为一种生活方式。而有一个地方，爱书的人应该不陌生。

158 奶嘴，拜拜

封面摄影 / 宝贝优国际摄影公司

封面宝宝 / 卢梭菲力西

美赞臣

消费者咨询热线：
020-38202782
www.meadjohnson.com.cn

伊利

www.yili.com

神威药业

www.shineway.com

帮宝适

www.pampers.com.cn

飞鹤

800-810-2768
www.feihe.com

迪巧

免费咨询订购电话：
800-810-9819/400-618-9819

www.diqiao.com.cn

爱智宝

www.aizhibaby.com



2010 年度

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
妈妈俱乐部	14
本月我出镜	18
本月精彩育儿书	114
家庭相册	150
阿毛好习惯：早晨不赖床	

订阅详情请见封二

2011 年第三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