



特别策划 Special Report

23 0~3岁健康速查手册

《父母必读》医学专家的联合会诊，将一站式为你解决宝宝从头到脚的健康烦恼，让宝宝的成长更顺利，更健康!

宝贝健康 Healthy Kids

新手父母课堂

34 清凉第一夏

成长观测站

36 6~7个月：知道自己的名字了!

健康从头到脚

38 夏季先防冬季病

有些孩子冬天易发的病，从夏天就着手治疗，可以让孩子少受些病痛折磨。

40 遭遇桑拿天

又闷热又潮湿的桑拿天，要保护好宝宝的健康，不要让他“蒸”出病来!

安全手册

42 8个提醒，让孩子远离交通伤害

私家车越来越多，路上的安全，你可别忽视了!

贴身医生

45 霰粒肿：手术切除，预防复发

崔大夫诊室

46 消化好，才能吸收好

来自美国儿科学会

50 早产宝宝更要多接触

52 健康留言板

夏天吃姜有讲究! / 天热，小心尿路感染 / 每月提醒：冷饮生食，适可而止 / 感冒，季节不同，症状各异 / 剃头越多，头发越好? / 第一次进泳池的7个建议

家庭用药

54 对付热伤风

56 健康问与答

走路内八字能矫正吗? / 做过心脏手术会影响生长发育吗? / 身上长出不疼不痒的小红疙瘩是怎么回事? / 晚上睡觉不踏实怎么办? / 孩子多大能坐飞机?

营养与美食 Nutrition & Fine Food

58 营养速递

营养与美食

62 夏季宝宝肠胃养护10要诀

我们搜罗了夏季宝宝喂养10个最热话题，请专家给以详细解答。

宝宝私家菜

66 一桌清凉

68 营养问与答

宝宝多大可以喝酸奶? / 6个月的宝宝可以吃燕窝吗? / 怎样让宝宝改用杯子喝奶? / 微量营养素不缺的情况下，还用补充营养素补充剂吗? / 乳头上长了很多小红点怎么办? / 开始加米粉时是否需要减少奶量?

聪明手册 Smart Baby

98 16个游戏，让家变成游乐场

动物模仿秀

108 我像小鱼游啊游

玩具总动员

110 我是小小音乐家

想象力体操

112 变风车





contents

2011/07/ 总第 397 期

孕产之家 Pregnancy & Birth

72 孕期小贴士

孕妈咪直播间

74 准妈妈上班记

产后护理

76 大热天儿坐月子舒爽方案

准妈咪

79 无痛分娩，你最想问的问题

孕产妈咪营养餐

82 DHA 给胎儿的大脑加加油！

84 孕期间与答

怀孕期间可以吃冷饮和凉拌菜吗？/ 双胎头位可以顺产吗？/ 为什么用家里的胎心仪听不到胎心？/ 怀孕期间坐飞机过安检门安全吗？/ 剖宫产后 4 个月月经还没有复潮正常吗？/ 老公一直服用降糖药，我怀孕了，对孩子有没有影响？/ 怎样才能让剖宫产的疤痕最小化？

我在长大 Age by Age

教养前线

90 孩子，有他自己的步调

在育儿的道路上，我们做父母的常常体验到挫折感，其实，这并不是来自于孩子的行为，而是来自于我们自己。

入园前后

92 科学的梦想从这里开始

生命教育

113 自己的事情自己做

才艺宝贝

114 把耳朵叫醒

里程碑

117 宝宝的运动进化史

学习控制自己的身体，抬头、翻身、爬、走、跑、跳……这些动作对宝宝来说，是一项长期而艰巨的工作。



儿童档案

0 ~ 7 岁成长备忘录 / 分年龄段 Baby 购物街



0 ~ 1 岁

肚子鼓鼓的 122

拥抱的魅力 144



1 ~ 2 岁

吃饭像打仗 123

打人的理由 145



2 ~ 3 岁

口齿不清 124

游戏的王国 146



3 ~ 5 岁

想要天上的月亮 125



5 ~ 7 岁

在家在外不一样 126



contents



2011/07/总第397期

家庭时间 Family Time

127 减压舱

生活提案馆

128 乐活之旅，内心之旅

我们的家

132 王潮歌，“我”世界里的真性情

关爱是什么，又该如何看待孩子的成长？这位以创意和诗意导演风格著称的艺术家妈妈对此的理解很独到，有些看似非常自我，但却是对很多父亲真性情的劝诫。

专业爸爸

136 8招成为好爸爸

心理师妈妈手记

139 一起看世界

妈妈时间

140 5个方法，帮你找回自我

海外育儿

142 论涵养

148 妈妈淘宝

淘新鲜：透明计算器/Gyro 幻觉首饰盒/阿凡达蘑菇灯
淘美丽：盛夏另类减肥术
淘经验：清凉洗发，巧妙护发

152 童书排行榜

共读时光

154 花婆婆带你这样“读”

在今年阅读日（4月23日）的那一天，花婆婆应邀做了她从事儿童阅读推广以来的第1101场演讲。

睡前故事

157 我和妈妈的宝贝

魔方数据 King Science

封面宝宝 / 任春铭

封面摄影 / 宝贝优国际摄影公司

广告目录

美赞臣

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

伊利

www.yili.com

帮宝适

www.pampers.com.cn

迪巧

免费咨询订购电话：
800-810-9819/400-618-9819
www.diqiao.com.cn

飞鹤

800-810-2768
www.feihe.com

江中安可

www.jzcan.com

爱智宝

www.aizhibaby.com

奇星药业

www.qxh.net

海王

www.necbaby.com

每期必有 Every Issue

卷首	04
本期观点	12
回馈	14
公告栏	18
本月我出镜	22
本月精彩育儿书	33
家庭相册	150
阿毛好习惯：不乱发脾气	

订阅详情请见封二

2011年第七期杂志里有哪些文章是你迫切需要的？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