

健康人生从“-2”~3周岁开始

# U 生代 Ustart

孕妈抵抗寒冬  
秘笈

呵护  
产后疤痕

跟专家学  
小儿推拿

音乐启蒙  
进驻我家

学会耐心等待  
应对宝宝的逆反心理

幸福，  
是你在身边

## “中国式”育儿 我们错了吗

2013年12月

ISSN 1671-0061



9 771671 006134  
万方数据

国际/中国标准连续出版物号：ISSN1671-0061/CN33-1257/R 邮发代号：32-76 定价4元

# C O N T E N T S



许多年轻的父母在育儿生活中会陷入困惑，他们一方面接收了来自老一辈人的传统育儿经验，另一方面又从网站和育儿书籍中汲取了林林总总的育儿理论。到底谁说的对？到底应该听谁的？那些年，养育了那么多孩子的“中国式”育儿，真的错了吗？

## U视域

7 “中国式”育儿，我们错了吗？



### 卷首

1 母性灵魂

### 消息树

2 孕期常通风防早产等

## U妈咪

### 备孕动员

14 备孕也要好心情

### 非常十月

16 孕妈抵抗寒冬秘笈

18 催产素这回事儿

### 产后宝典

20 呵护产后疤痕

22 产后健康月子餐

## U宝宝

### 全科门诊

24 新生儿脓疱疮防治手册

### 健康护理

26 跟专家学小儿推拿

### 坊间锦囊

28 姜葱敷足底，止夜间哮喘  
偏方让宝宝不晕车

### 妈妈厨房

29 冬季御寒暖胃食谱

### 全优计划

30 在游戏中展开想象之翼

32 音乐启蒙进驻我家

小琪的预产期都过去快一周了，可小琪的肚子一点动静都没有。小琪有些坐不住了，她和家人准备了待产包办理了住院手续，为分娩做准备。医生对小琪及胎宝宝的状况进行了综合评估之后，为小琪注射了催产素进行催产，没过多久，小琪就有了临产的征兆。辛苦了十几个小时之后，小琪终于迎来了可爱的宝宝。

催产素这回事儿



每个人都有音乐潜能，通过音乐启蒙，不但能为将来学习音乐打下基础，还能培养孩子的想象力、创造力、记忆力，开发智力，提高审美能力，陶冶美好情操，使身心健康发展。

3

音乐启蒙送给孩子

学会耐心等待

36

## U名家

### 育儿主张

34 四大妙招缓解育儿观念分歧

### 三岁看大

36 学会耐心等待

### 情绪解读

38 应对宝宝的逆反心理

### 成长手记

44 “怀柔”政策巧对两岁叛逆

对付宝宝刷牙的小妙招

45 用耐心和爱呵护敏感型孩子

### 专家答疑

46 妈妈的问题

47 宝宝的问题

### 亲子书架

48 《小火花》等

## U社区

### 快乐家庭

39 女儿是爸爸的“小魔星”

40 幸福，是你在身边

41 瞬息万变的睡前时光

42 和你在一起

### 欢乐派对

43 生日宝宝



在每个有小萝莉的家里，爸爸和女儿的关系总是格外亲密和微妙，在我家当然也不例外，晶爸和小晶既是亲密的父女，也是密切的朋友，每当晶晶和爸爸在一起玩闹，家里总是充满了她清脆的笑声。但是，这位“小情人”一旦收起温柔可喜，拿出任性脾气，也会让爸爸手足无措……

39

女儿是爸爸的“小魔星”



模特宝宝 / 胡恩涵



农历甲午年

2014

JANUARY 1

日	一	二	三	四	五	六
			1 元旦	2 十二月	3 初三	4 初四
5 小寒	6 初六	7 初七	8 初八	9 初九	10 初十	11 十一
12 十二	13 十三	14 十四	15 十五	16 十六	17 十七	18 十八
19 十九	20 廿一	21 廿二	22 廿三	23 廿四	24 廿五	25 廿六
26 廿七	27 廿八	28 廿九	29 三十	30 正月	31 正月	

FEBRUARY 2

日	一	二	三	四	五	六
					1 初二	
2 初三	3 初四	4 立春	5 初六	6 初七	7 初八	8 初九
9 初十	10 十一	11 十二	12 十三	13 十四	14 十五	15 十六
16 十七	17 十八	18 十九	19 二十	20 廿一	21 廿二	22 廿三
23 廿四	24 廿五	25 廿六	26 廿七	27 廿八	28 廿九	

MARCH 3

日	一	二	三	四	五	六
					1 二月初一	
2 初二	3 初三	4 初四	5 初五	6 惊蛰	7 初七	8 初八
9 初九	10 初十	11 十一	12 十二	13 十三	14 十四	15 十五
16 十六	17 十七	18 十八	19 十九	20 二十	21 春分	22 廿二
23 廿三	24 廿四	25 廿五	26 廿六	27 廿七	28 廿八	29 廿九

APRIL 4

日	一	二	三	四	五	六
		1 初二	2 初三	3 初四	4 初五	5 清明
6 初六	7 初七	8 初八	9 初九	10 初十	11 十一	12 十二
13 十三	14 十四	15 十五	16 十六	17 十七	18 十八	19 十九
20 二十	21 廿一	22 廿二	23 廿三	24 廿四	25 廿五	26 廿六
27 廿七	28 廿八	29 廿九	30 闰二月			

MAY 5

日	一	二	三	四	五	六
					1 劳动节	2 初四
3 初五	4 初六	5 立夏	6 初八	7 初九	8 初十	9 十一
10 十二	11 十三	12 十四	13 十五	14 十六	15 十七	16 十八
17 十九	18 二十	19 廿一	20 廿二	21 廿三	22 廿四	23 廿五
24 廿六	25 廿七	26 廿八	27 廿九	28 闰五月	29 五月	30 初二

JUNE 6

日	一	二	三	四	五	六
	1 初四	2 端午	3 初六	4 初七	5 初八	6 夏至
7 初十	8 十一	9 十二	10 十三	11 十四	12 十五	13 十六
14 十七	15 十八	16 十九	17 二十	18 廿一	19 廿二	20 廿三
21 廿四	22 廿五	23 廿六	24 廿七	25 廿八	26 廿九	27 闰六月
28 初二	29 初三	30 初三				

JULY 7

日	一	二	三	四	五	六
	1 初五	2 初六	3 初七	4 初八	5 初九	
6 初十	7 十一	8 十二	9 十三	10 十四	11 十五	12 十六
13 十七	14 十八	15 十九	16 二十	17 廿一	18 廿二	19 廿三
20 廿四	21 廿五	22 廿六	23 廿七	24 廿八	25 廿九	26 三十
27 初一	28 初二	29 初三	30 初四	31 初五		

AUGUST 8

日	一	二	三	四	五	六
					1 初二	
2 初三	3 初四	4 初五	5 初六	6 初七	7 立秋	8 初九
9 初十	10 十一	11 十二	12 十三	13 十四	14 十五	15 十六
16 十七	17 十八	18 十九	19 二十	20 廿一	21 廿二	22 廿三
23 廿四	24 廿五	25 廿六	26 廿七	27 廿八	28 廿九	29 三十
30 初一	31 初二					

SEPTEMBER 9

日	一	二	三	四	五	六
	1 初八	2 初九	3 初十	4 十一	5 十二	6 十三
7 十四	8 白露	9 十六	10 十七	11 十八	12 十九	13 二十
14 廿一	15 廿二	16 廿三	17 廿四	18 廿五	19 廿六	20 廿七
21 廿八	22 廿九	23 秋分	24 九月	25 初二	26 初三	27 初四
28 初五	29 初六	30 初七				

OCTOBER 10

日	一	二	三	四	五	六
			1 国庆节	2 初三	3 初四	4 初五
5 初六	6 初七	7 初八	8 初九	9 初十	10 十一	11 十二
12 十三	13 十四	14 十五	15 十六	16 十七	17 十八	18 十九
19 二十	20 廿一	21 廿二	22 廿三	23 廿四	24 廿五	25 廿六
26 廿七	27 廿八	28 廿九	29 闰十月	30 初二	31 初三	

NOVEMBER 11

日	一	二	三	四	五	六
					1 初九	
2 初十	3 十一	4 十二	5 十三	6 十四	7 立冬	8 十六
9 十七	10 十八	11 十九	12 二十	13 廿一	14 廿二	15 廿三
16 廿四	17 廿五	18 廿六	19 廿七	20 廿八	21 廿九	22 小雪
23 大雪	24 冬至	25 初三	26 初四	27 初五	28 初六	29 初七

DECEMBER 12

日	一	二	三	四	五	六
	1 初五	2 初六	3 初七	4 初八	5 初九	6 初十
7 十一	8 十二	9 十三	10 十四	11 十五	12 十六	13 十七
14 十八	15 十九	16 二十	17 廿一	18 廿二	19 廿三	20 廿四
21 廿五	22 廿六	23 廿七	24 廿八	25 廿九	26 三十	27 初一
28 初二	29 初三	30 初四	31 初五			