



专题 P&P FOCUS

92 母乳喂养好

“当你知道你的乳汁正通过你的身体，流向你最爱的那个小生命的时候，你心里会油然而生一种甜蜜。这种甜蜜远远抵过所有的累，所有的烦。尤其是当他，吃得很满足，咂吧咂吧小嘴，然后含着你的乳头安然沉睡的时候……你会感到，自己这辈子幸为女人。”

婴语 BABYSIGN

74 婴语，“看”懂宝宝的心里话

深度报道 P&P FOCUS

134 为我的心画一张画

H-T-P测试，画一张画，读懂你和你的宝贝！

48 内病外治“三九贴”

50 抓耳挠腮，中耳炎信号

宝宝不停地挠耳朵，烦躁不安，此时妈妈们要警觉，可能是中耳炎惹的祸！

52 超级细菌来袭，抗生素使用不犯错

超级细菌的来临，让医学界警惕起来。医学专家认为，防止超级细菌，最好别乱用抗生素。

54 洗澡那些担心的事儿

宝宝每天都要洗澡，洗澡中的小问题总让妈妈担心，如何做正确？请《母子健康》专家说给你听！

喂养

58 放心的选择——有机食品

宝宝吃什么？该如何吃？成为妈妈们关心的首要问题。超市中诸多有机食品，妈妈们留意过吗？

62 豆浆，宝宝怎么喝？

中国人的传统饮料豆浆，一直以来是非各异。到底豆浆对宝宝有什么好处？豆浆可以代替牛奶吗？

66 夜奶，喝不喝？

想必很多新手妈妈都对夜奶问题纠结过，宝宝到底要不要喝夜奶？《母子健康》为您解答。

安全

68 窒息时刻，紧急行动

在宝宝的成长过程中，妈妈该如何避免窒息情况发生？如何在危急时刻进行紧急处理呢？



19

104

爱孩子 LOVE KIDS

时尚宝贝

80 Let's Party! 宝贝们的聚会!

Jingle bells, Jingle bells! 圣诞的铃儿响叮当，盛大的派对在召唤你！宝贝们，属于你们的快乐聚会就要开场啦！

健康

40 “犬吠样咳”当心急性喉炎

冬天来啦，昼夜温差大，喉炎很可能缠上宝宝，使宝宝呼吸困难，甚至危及生命。妈妈们应学会观察并预防宝宝喉炎的发生。

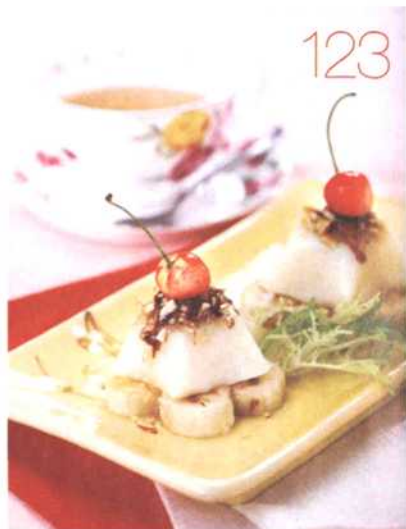
42 口腔里的神秘白

宝宝的嘴里一片白，这是怎么回事？是奶块粘在了嘴里，还是得病了？

44 泌尿问题早发现

妈妈如果发现宝宝小便时总尿裤子，且总说尿尿时不舒服，一定要留意，当心宝宝患上泌尿系感染。

Contents



训练

70 游戏中培养宝宝的注意力

法国生物学家乔治·居维叶说过：“天才，首先是注意力。”它对于宝宝的成长很重要。玩游戏真能培养宝宝注意力？信不信由你！

爱自己 LOVE MYSELF

106 孕前补锌，到底有多重要？

针对怀孕妇女和胎儿宝宝的生长发育有着至关重要的作用，备孕女性要补锌哟！

108 12个解“秘”良策

110 别和宝宝共享“隐形盐”

天冷了，准妈妈借宝宝名义准备大吃一场……但很多美食都是“重口味”，小心过量食盐趁虚而入！

116 让宝宝“一名惊人”

为宝宝取名是一个令新手爸妈甜蜜而又抓狂的差事。现在，不用绞尽脑汁，偷招6位爸妈的取名智慧，让宝宝“一名惊人”。

120 小心抱出来的“妈妈腕”

新妈妈在享受初为人母的甜蜜时，也开始了忙碌的生活。这下可累坏了妈妈的手腕……

122 爽口补叶酸

准妈妈在孕早期，总是没胃口，可此时正是急需营养的时候。能预防胎儿神经管畸形的叶酸，文中两款美食帮你补。

爱生活 LOVE LIFE

亲子游

142 宝贝的冰火圣诞游

到极寒之地北欧漫游，乘坐驯鹿雪橇，寻找圣诞老人故乡；或者，到星罗棋布的热带岛屿探访五彩斑斓的深海鱼群……

沟通

146 圣诞party怎么办

圣诞临近，和宝宝合办一个以宝宝们为主角的圣诞派对怎么样？怕麻烦？《母子健康》教会妈妈，流程其实很简单。

身心修炼场

150 我们的图画书圣诞

在白雪纷飞、铃儿响叮当的圣诞节，我们在暖炉旁，拥着宝宝，一起过个图画书圣诞夜吧！

我是爸爸

151 华丽的谢幕，与大家说再见

每期必有 In Every Issue

- 18 新宠爱 New Selection
- 22 星榜样 Stars
- 24 新发现 New Discovery
- 26 新知道 New Knowledge
- 30 新去处 Places To Go
- 32 新往还 Interaction
- 34 新阅读 Good Reading
- 38 新甜蜜 Faces
- 60 宝宝及时贴 Baby Tips
- 76 专家在线 On Line
——奶宝宝&宝宝
- 128 专家在线 On Line
——准妈妈&新妈妈
- 132 妈妈及时贴 Mum Tips
- 148 悦读大师 Sharing
- 152 Buy 妈一族
- 156 宝宝秀 Happy Baby
- 157 专栏 Column
- 176 星座宝宝 Astro Baby



86

