

Contents

母子健康 PREGNANCY & PARENTING
爱孩子·爱自己·爱生活



特别策划 P&P Focus

34 早教的真相： 揭秘父母最关注的早教问题

0-3岁是宝宝的早教黄金期。有关早教的种种问题，也是新手父母在这一时期最关注与纠结的话题。亲爱的父母们，你对早教，最关心的问题是什么？你们心中的答案又是什么？希望本期《母子健康》特别策划能够为你的早教问题“答疑解惑”。



爱孩子 Kids

疫苗 49 宝宝的第一针：卡介苗

健康关注
50 疫苗接种不“忐忑”
宝宝一出生，就开始与疫苗“亲密接触”，对此父母们要格外注意些什么？让《母子健康》为你排忧解难。

健康宝宝
56 小舌头有秘密
妈妈们是否留意过宝宝的小舌头？它的样子随时反映宝宝的健康状况，还对诊断疾病有所帮助。

58 补充“锌”动力
宝宝不爱吃饭，与同龄宝宝比起来又瘦又小，妈妈们首先应带宝宝查一查，是不是缺锌引起的。

60 水痘，别“痘”了
每到春天，就是各种传染病的高发期，在这时，最该小心水痘，别让您的宝宝染上水痘。

免疫力
62 12个行动提升宝宝免疫力

中医
68 春养肝正当时
中医认为，人的健康跟四季相关。春天来了，万物复苏，肝在五行中属木，与春季相应，因此，春季养肝正当时。

呵护
70 Byebye尿布疹

喂养
72 吃饼干，当心反式脂肪酸
宝宝到底能不能吃饼干，怎样吃才更健康？让我们给你一些建议吧！

74 易过敏食物大点名
随着天气转热，易让宝宝过敏的不仅仅是花粉，还在辅食添加期的宝宝，妈妈要留意。

76 酸奶，宝宝选对了吗？
酸奶好处众多，妈妈们应尽早让宝宝与酸奶浪漫邂逅，让宝宝从此爱上酸奶。

78 春季粥道
粥有很好的补益作用，营养丰富，易吸收，非常适合宝宝食用。

安全
80 奶瓶“双酚A”，你恐慌了吗？

训练
82 听力训练，从出生就开始
宝宝从出生就对声音敏感，会辨认家人在日常生活中的各种声音，宝宝出生后就可以对其进行听力训练。

童心解码
84 可气？不！换个角度很可爱
爱哭鼻子？做事丢三落四？……很可气？不！换个角度你会发现宝宝的可爱之处。

时尚宝贝
90 爱上牛仔“酷”
速速打开2011牛仔装造型手册，20款必备单品，10种全新搭配，打造你的最酷丹宁宝贝！

Contents



爱自己 Myself

备孕

106 宫外孕了没?

子宫是“胎宝宝”的房子，但并不是所有“胎宝宝”都会顺利住到“房子”里去。发生“宫外孕”后果比较严重，一定要小心观察才是。

108 怀孕了，无处安放的猫猫狗狗

也许你期待成为一个母亲，但又担心家中宠物会让你染上弓形虫，影响到胎发育。真是这样吗？其实怀孕，宠物，宝宝完全可以兼得。



胎教

109 “美味人生”的胎教课

想让宝宝的人生远离垃圾食品的诱惑？让他懂得控制饮食，吃得健康，长得苗条？是时候做味觉胎教啦！

健康妈妈

112 孕味茶生活

平时有饮茶习惯的女性在孕期到底可否喝茶？如果选择得当，喝得适量，不但对胎宝宝安全无害，还有利于准妈妈的健康。

114 近视准妈妈的6大护眼宝典

准妈妈担心近视可能会遗传，影响自然分娩……其实，放松心情，正确护眼，合理用眼，近视并不会影响到你和宝宝。

116 新妈妈的7个中医食补妙法

118 5位妈妈的妊娠纹“阻击战”

怀胎十月，新妈妈们留下了让自己“永久留念”的妊娠纹。我们在骄傲成为一个母亲的同时，多么希望“只要妊娠不要纹”！

谈谈性

120 产后避孕的那些事儿

生过宝宝后，新妈妈们要留神啦！稍有闪失，就会出现“杯具”——意外怀孕。选择适合自己的避孕方式才最重要。

营养

125 油菜入饌美味来

在绿叶菜中，油菜是最为常见的蔬菜之一。春天来了，油菜花都开了，不禁让人想起清脆爽口的油菜。

爱生活 Living

玩美新世界

126 畅游音乐之都奥地利

对所有热爱音乐的孩子来说，都应当带他们去一次奥地利。从地图上看，奥地利的形状就像一把小提琴。利用春天的假期，带宝贝去一次奥地利吧。

游戏时光

134 爱的视线：IQ成长源动力

想激发宝宝IQ成长？爸爸妈妈在和宝宝进行早教游戏时，有一点必不可少的关注，那便是——爱的视线。

最美父母

138 小柜笑的亲子手工——小手工的大意义

培养

140 三步让宝宝“静音”

没买到想要的玩具，宝宝哭闹不止？……可爱天使在很多时候也会变成让人无奈的小恶魔。博士教你三步让宝宝停止哭闹。

每期必有 In Every Issue

- 16 新宠爱 New Selection
- 20 星榜样 Star Example
- 22 新发现 New Discovery
- 24 新去处 New Choice
- 25 新世代 New Times
- 28 编读往来 P&P Contacts
- 30 新闻读 New Reading
- 32 新甜蜜 New Sweet
- 46 专家专栏 Column
- 86 专家在线——宝宝QA
- 102 buy妈 Shopping
- 122 专家在线——妈妈QA
- 130 悦读大师 Reading Master
- 132 绘本 Baby Book
- 142 宝宝秀 Baby Show
- 160 星座宝宝 Astro Baby