

我是新手妈妈 传授满月宝宝育儿经

孩子出生前该准备哪些? 婴儿床、纸尿裤该怎么选呢? 哪些是一定要买的, 哪些可以不急着买呢? 网友浅碧的宝宝刚满月不久, 作为过来人她有一些实用的经验要分享哦!



新手妈妈 变身“省钱达人”

目前,80后妈妈成了新手妈妈的主流群体。面对宝宝出生后每个月不菲的开销,年轻的妈妈们总结出许多开源节流的方法。如何才能做妈妈级的“省钱达人”呢,来看看网友云儿如何支招。

招数1:孕期听讲座拿赠品

在怀孕时期,有时间应该参加某些医院的妈咪讲座。这种讲座一般情况都是奶粉厂家和医院合办的,经常会有小礼品赠送,还有很优惠的买赠活动,学习的同时还可以收获赠品。

招数2:网购团购节省开支

经常关注同城网站的育儿论坛,看看有什么团购活动或者闲置转让,在这里能用比市场价优惠很多的价钱买到同样品质的物品。参加网上购物,选信誉较好的卖家购买,价格往往比市场尤其是超市便宜很多。

招数3:搜罗置换二手用品

节俭的妈妈们可以从亲戚朋友那里收集一些他们宝宝用过的质量不错的东西,比如婴儿床、童车、学步车、睡袋、斗篷一类的。也可以通过网络与其他妈妈们置换一些需要的东西。用这些东西不仅节省了银子,而且还减少了甲醛对宝宝的危害,真是一举两得的好事情。

招数4:买多买少有选择

准妈妈不要囤积过多的宝宝用品,因为宝宝的生长速度很快,如果购买过多的同类物品,特别是BB衫,很可能造成浪费。但是对于一些像奶粉、尿不湿等消耗品则最好在打折促销时多买一些。孩子第一年中纸尿裤的用量很大,一次性多买,可以获得相应的价格优惠和赠送礼品,而且纸尿裤的保质期通常有二三年,不用担心过期。

七嘴八舌育儿经



冰心明月:纸尿裤我都用妈咪宝贝的,性价比最高,也用过硬宝适,但号码偏小,而且宝宝屁股上总是粘有透明凝胶状的颗粒,所以就没再用了。我女儿满月的时候得过湿疹,我试过用新鲜的土豆片贴在脸上,效果很好,关键是没有副作用。

如我心意:断奶主要是为了让宝宝能吃别的东西,补充其他微量元素。我家宝贝没有完全断奶,现在下班回家晚上才喂他。我会继续母乳和奶粉混合喂养的,刚才看到一个帖子:好多妈妈都坚持母乳喂养到两三岁,我也打算努力这么做了,人奶再没营养也比牛奶强啊,我吃什么奶里就有什么多好啊,相当于宝宝吃了。

粉红色滴柚子:宝贝吃蛋黄的时候,滴几滴新鲜的橙子汁,这样蛋黄不仅有了味道容易喂,还达到了加倍补钙的作用,是相当于蛋黄本身的4倍钙。

唯一:孩子前几天发高烧了,39度多,紧张死我了。医生开了感冒药、消炎药、退烧药,结果吃了好几天烧才退下去。你们猜怎么着?他是得了幼儿急疹,出疹子了。我们还当感冒治呢!疹子出得真多,手心脚心上都是!现在退了,又开始淘气了!

白猫:宝贝爱眨眼睛可能是睫毛倒叉、过敏、结膜炎,或者习惯和心理问题,去看看医生吧,还有多吃含维生素A的食物,如胡萝卜、猪肝等。

midy:总结一下我家宝宝拉肚子的经验教训。1.辅食不能加得太早太杂,尤其生的果汁不能加得太多太早,我家宝宝就是黄瓜汁、西瓜汁吃得太多,从而引发了腹泻。2.拉肚子不能盲目用抗生素,我家宝宝一开始拉肚子去化验只有轻微的感染,她用了消炎药,导致她拉肚子好了两天以后,又继续拉了那么长时间。3.喂药要有耐心,我就是太急躁了,喂了两天以后没有效果,又去医院换药。4.药不能吃得太多,我给她喂了一堆药,各个医生开的药不尽相同,反而加重了她的肠胃负担。5.喂药水要少,我开始就是水放得太多,影响了疗效,当然特苦的药除外。6.石榴皮值得推荐,我们拉肚子最后两天就是吃的石榴皮,大便很快就成形了,当然也有可能本来就是好了,但石榴皮起到了帮助作用。

(欢迎登录www.dsqq.cn进入论坛的“点点周刊”发表育儿经验,让我们携手将宝宝养育得更健康)

必备装备



婴儿推车

选购婴儿车除了看质量外,还要考虑人性化的设计,在功能上,只要具备随着宝宝成长满足全躺、半躺、坐等需求就可以了。

纸尿裤&尿布

如果不考虑经济问题,还是推荐用大王的,花王的和大王质量差不多,不过相对大王便宜一点。虽然用纸尿裤,尿布还是准备一些吧,要软和吸水性强的。

指甲刀

不管用指甲刀还是婴儿剪刀,主要是要细心,一般一个星期剪一次就差不多了。

湿巾

给宝宝擦屁屁用的,能防止红屁股。宝宝的屁股很嫩,用湿巾要是很用力擦也会红,所以力度一定要轻。

棉签

建议准备常用棉签和细轴棉签两种,常用的可以用来给宝宝肚脐消毒,细轴的可以清洁

建议装备



婴儿床

婴儿床要带摇篮,哄孩子比较方便,床最好是有万向轮的,方便当超大婴儿车使用。

体温计

买了小鸡卡迪的电子体温计,一分钟能出结果,比常规体温计要快四分钟左右。

理发器

我在网上买了个简单的婴儿理发器,电动防水的,挺好用的。



宝宝鼻孔和耳朵。

纱布手绢

用于擦脸、洗屁屁都可以,不会弄伤宝宝幼嫩的肌肤,很好用,一定要多准备几条。

洗护用品

需要准备的有洗发液、沐浴露、润肤露、护臀膏、爽身粉等。护臀膏建议用氧化锌软膏代替。这个药对红屁股、湿疹都很有用,见效快。

奶瓶&奶嘴

建议使用贝亲母乳实感奶嘴,比较适合刚出生的宝宝。

消毒锅

可以把奶瓶、奶嘴等消毒干净,很好用。

奶瓶刷&奶瓶清洗剂

我准备的奶瓶口径很小,不用刷子根本刷不干净。专用洗涤剂对孩子伤害小。

喂药器

一般情况下宝宝的药都是甜的,用奶瓶就可以,但是像蒙脱石散是不溶于水的,用奶瓶药会沉底,这时候用喂药器就刚好。

可有可无



软头勺

我没准备,我家宝宝认奶瓶,不过听说宝宝出生后有些药还是要用勺喂。

睡袋

睡袋我准备的是单层睡袋,宝宝刚出生的时候好小,相比较睡袋就太大了,根本没办法穿上,准备等一段时间孩子大一点试试看,如果能用再给宝宝买棉睡袋。

隔尿垫巾

它的功效是过滤尿液保证宝宝屁股干爽,用尿布的时候,我基本上能保证第一时间更换,反正都要洗尿布,所以这个就没什么作用。不过它能隔离大便,防止弄脏尿布,尿布清洗起来应该(没洗过尿布,都是婆婆洗的,只能推测一下了)容易一点。

笔记本和笔

本人建议准备,记录下孩子的作息时间表,总结一下,基本上就知道她多长时间大便,多长时间睡觉,间隔几小时喂奶。

妈咪包

短期之内不打算带孩子出门,打防疫针的时候用的是原来的一个大包,把宝宝要用的东西都塞进去。如果没有大包,建议准备一个,宝宝出门要带不少东西呢!附出门物品列表:奶瓶、保温杯(灌满热水)、纸尿裤、湿巾、纸巾、手帕、妈妈要用的手机、钥匙、钱、各种证件等。

游泳池

在医院宝宝游得很好,很高兴,所以决定给她买一个泳池。新的好贵,而且很多人说有味道,所以决定买个二手的,安全又便宜,即使宝宝不喜欢不用了,也不会浪费很多钱。

(查看和分享更多育儿经验,请登录www.dsqq.cn参与互动。)



宝宝睡觉爱“游泳”怎么办?

我女儿一岁半,她刚睡着还挺安稳,可是一到后半夜就开始“游泳”,翻过来爬过去,有时还会突然坐起来,又倒下去,我不得不给她盖被子,睡眠质量严重下降。我该怎么办啊?

专家指导:全国儿童睡眠医学协作组组长、北京儿童医院刘奎诚教授年轻父母们可以根据以下几个标准看看宝宝的睡眠质量:

1. 你的宝宝是否每晚能在8-9点入睡?
2. 宝宝上床是否20分钟之内可以入睡?
3. 宝宝能否一觉到天亮呢?或者偶然醒来一次呢?
4. 即便晚上醒来,宝宝能否在简单的安抚下,或自己能在几分钟之内重新睡着?
5. 宝宝睡眠很少会张嘴呼吸,打鼾等?
6. 早上醒来后,宝宝会不会乖乖地起床?
7. 宝宝白天精神如何?

如果针对这些问题,你的回答是否定的,妈妈们也不必担心,可以通过“三项注意”帮助宝宝改善睡眠。

- 三项注意:**
1. 注意培养定时入睡习惯;
 2. 注意营造良好的睡眠环境,包括室外声响、卧室光线和通风透气等;
 3. 注意宝宝贴身衣物的选用,睡衣和被子要柔软。

- 二个避免:**
1. 避免频繁地去查看或打扰宝宝的睡眠。宝宝夜间醒来,尽量让他自行再次入睡。
 2. 避免频繁地检查宝宝是否尿湿,要选用吸湿性强的纸尿裤。

申沪

宝宝三个月最好竖着抱

刚出生的宝宝从医院回到家里,立刻就成为了全家的焦点——家中的老人爱不释手,恨不得整天把宝贝儿抱在怀里。然而,年轻的妈妈却从育儿书籍中得知,小婴儿要多躺床板,脊柱发育才好。那么,对于尚不会通过言语表达自己想法的宝宝来说,他到底喜欢被人抱还是喜欢躺在床上呢?

对此,广州医学院第三附属医院儿科主任崔其亮指出,宝宝其实是很喜欢被抱着的。不过,刚出生不久的婴儿由于颈部和背部肌肉发育还不完善,全身软绵绵的,头抬不起来,颈部、腰部都支撑无力。因此,抱小婴儿时要认真学习好几个姿势,记住一个原则:一只手应托住他的头颈部,另一只手应托住婴儿的腰部与臀部,使婴儿的头部和肢体受到很好的支持,有安全感。



抱婴儿的正确方法

1.将婴儿横抱于臂弯中:宝宝仰卧时,你用左手轻轻插到他的腰部和臀部,用右手轻轻放到他的头颈下方,慢慢地抱起他,这样,宝宝的头部有依托,头也不会往后垂;然后将宝宝的右手慢慢移向左臂弯,将他的头小心转放到左手的臂弯中,这样将婴儿横抱在你的臂弯里,会使他感到很舒服。

2.将婴儿面向下抱着:让宝宝的小脸一侧靠在你的前臂,双手托住他的躯体,让他趴在你的双臂上,这个姿势还可以来回摇摆婴儿,这会让他非常高兴,而喜欢这样的抱姿。

3.让婴儿面向前:当宝宝稍大一些,可以较好地控制自己的头部时,让宝宝背靠着你的胸部,用一只手托住他的臀部,另一

只手围住他的胸部。这样,让宝宝面向前抱着,使他能很好地看看面前的世界。

4.让婴儿骑坐在你的肩部:宝宝和你面对面,双腿分开,骑坐在你的肩上,你一手托住他的臀部,一手围住他的背部。这时宝宝若觉得还不够安全,他的小手会紧紧抓住你的臂膀。

广州医学院第三附属医院儿科医生谭小华还介绍说,1~2个月的婴儿主要是横抱在臂弯中,3个月后主要采取竖着抱。但不管何种抱姿,都要注意保护好婴儿,不仅要抱得舒服,还要让宝宝有安全感,因此抱起、放下动作要轻柔。这样,小宝宝舒畅地躺在怀里,不仅感受到被保护关爱,更能早早地与外界多接触,学习更多的东西。

黎衡

