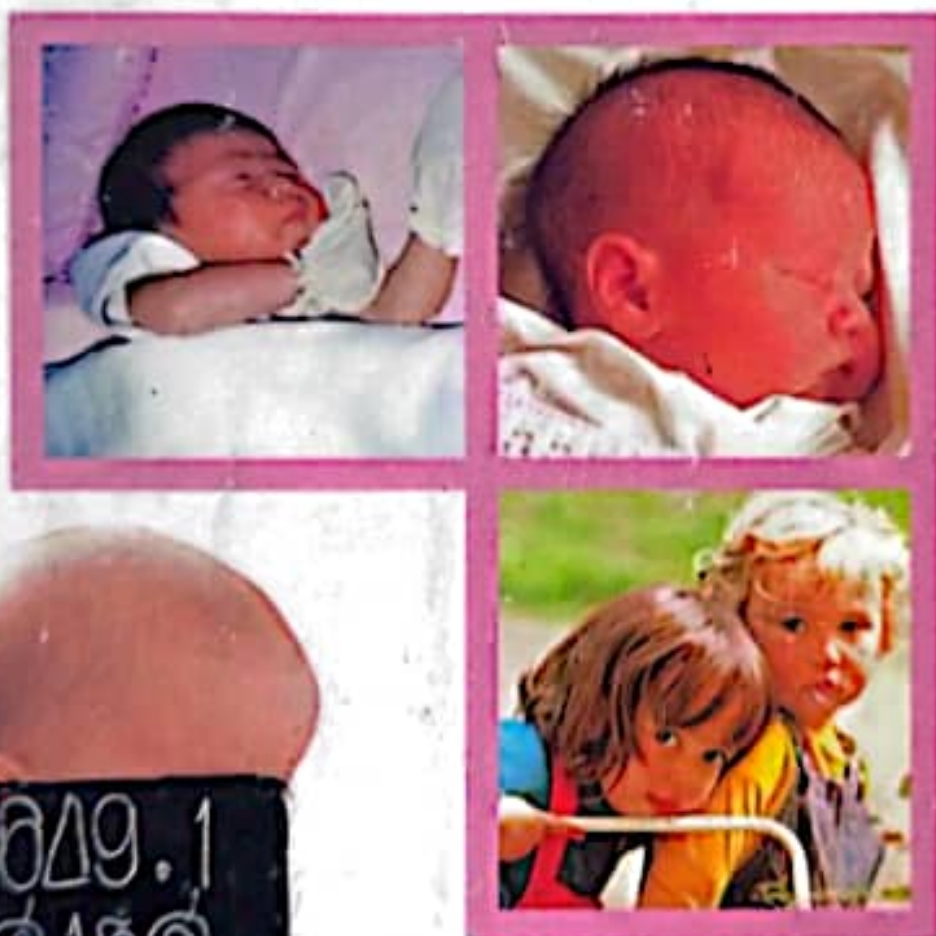


สายใยรักกับลูกน้อย

Dr. Spock's Baby and Child Care



BENJAMIN SPOCK, M.D. AND
MICHAEL B. ROTHENBERG, M.D.

ศักดิ์ บวร แพลสและเรียบเรียง

หนังสือขายดีแห่งวงการ
มากกว่า 30 ล้านเล่ม



สารบัญ

1. <u>บทบาทพ่อแม่ต่อลูกน้อย</u>	13
<u>รูปแบบการพัฒนาไปสู่ความเป็นพ่อแม่</u>	15
<u>สนุกกับลูก</u>	16
<u>อย่ากลัวลูกน้อย</u>	16
<u>สนุกกับลูกตามอย่างที่เหมาะสม</u>	18
<u>ทารกไม่เปราะบางอย่างที่คิด</u>	20
<u>สัมผัสจับต้องและความผูกพันอื่น ๆ</u>	21
<u>ช่องว่างระหว่างแม่กับเด็ก</u>	21
<u>เข้มนวดหรือตามใจ</u>	23
<u>หัวเลี้ยวหัวต่อที่สำคัญ</u>	23
<u>ยึดมั่นในสิ่งที่ตนเชื่อ</u>	27
<u>อารมณ์กับลูกน้อย</u>	28
<u>พฤติกรรมต่อเนื่องของผู้ดูแล</u>	29
<u>ลูกน้อยกับบทบาททางเพศ</u>	32
2. <u>อาหารกับลูกน้อย</u>	35
<u>นมแม่</u>	36
<u>อาหารจำเป็นสำหรับแม่</u>	37
<u>เสริมอาหารแข็งให้ลูกน้อย</u>	38
<u>ผัก</u>	38
<u>ไข่</u>	39
<u>เนื้อสัตว์</u>	41
<u>อาหารกับมือ</u>	42

3. ปัญหาเกี่ยวกับลูกน้อยร้องกระจองอแง

ในสัปดาห์แรก ๆ	43
ลูกน้อยหิวหรือเปล่า?	44
ลูกน้อยป่วยไหม?	45
ลูกน้อยร้องเพราะเจ็บหรือด่า?	46
แกล้งร้องเพราะเหนื่อย?	46
เด็กขี้ร้อน	48
เด็กสมบูรณ์เกินเหตุ	49
เคยตัวไม่ใช่เรื่องธรรมดา	50
คุณทำให้เด็กเคยตัว?	51
ความสงสัยเพิ่มขึ้นในตอนที่สาม	51
กระตือรือร้นในการหยอกเย้า	53
เครียดและกังวล	53
ทำอย่างไร ไม่ให้ลูกเคยตัว	54
ไม่ขอมนอนบนเตียง	55
ตื่นกลางดึก	58
อาการกับอาหารไม่ย่อย	60
ละอิก	60
คายของเก่ากับอาเจียน	60
อาหารอาเจียนที่หน้าเป็นฟอง	63
กรดในกระเพาะกับระบบย่อยอาหารบกพร่องเล็กน้อย	64
ท้องผูก	64
ดูจوارهแข็งกับทารกที่เลี้ยงด้วยนมขวด	65
ท้องผูกเรื้อรัง	66
ท้องผูกไซโค	66
ท้องผูกชั่วคราว	68

ท้องร่วง	68
ท้องเสียกับท้องร่วงในเด็กทารก	68
แก้ปัญหานเฉพาะหน้ากับอาการท้องเสีย	70
แก้ปัญหานเฉพาะหน้ากับอาการติดเชื้อลำไส้เล็ก	
ที่มีความรุนแรง	71
ผื่น	73
ผื่นผื่นน้ำเงิน	73
ผื่นผื่นร้อน	73
ผื่น	75
ชันษะตุ	76
อนามัยช่องปาก-ตา	76
ฝีในช่องปาก	76
ตุ่มบนเหงือก	78
น้ำตาไหล	78
ตาแดง	79
ตาแห้ง	79
ห้วนมบบวม	80
ช่องคลอด	80
องคชาติ	81
ปัญหาทางเดินปัสสาวะ	83
ปัสสาวะรดที่นอน	83
ปัสสาวะรดตอนกลางวัน	85
ปัสสาวะบ่อยผิดปกติ	85
ปัสสาวะลำบาก	86
ระบบทางเดินหายใจ	88
จาม	88
หายใจแฉะ	89

หาใจเสียงดังเรื่อวัง	89
กลั่นหาใจ	90
อาการทางประสาททั่วไป	91
สะอึกหรือตกใจง่าย	91
ตัวสั่น	91
ชักกระตุก	93
ผ่อนคลาย-คลื่อนิ้วมือ	93
เริ่มห่างเหิน	93
ผ่อนคลายเพื่อเสริมสร้างความมั่นคงปลอดภัย	94
ผ่อนคลายด้วยการดื่บด่ำ	96
4. ด้านสายใยแห่งรัก	98
การเด่นของเด็กเป็นเรื่องจริงจัง	99
ของเด่นธรรมดา ๆ ที่ที่สุด	99
ให้แก่งเด่นตามความต้องการของแกเอง	102
ความเอื้อเฟื้อบังคับกัน ไม่ได้	104
ช่วยลูกน้อยท่องโลกกว้าง	106
<u>ควบคุมความก้าวร้าว</u>	109
พ่อแม่คือเพื่อนที่แสนดี	(111)
เด็กผู้หญิงก็ต้องการพ่อที่เป็นเพื่อน	113
ความดีความชอบและความเป็นเพื่อนต้องอยู่คู่กัน	(114)
ให้ลูกรู้อารมณ์โกรธของแกเป็นสิ่งปกติ	116