



## 成为“优秀父母”意味着什么？

COSA VUOL DIRE ESSERE GENITORIPIÙ?

首先从怀孕的那一时刻开始，随着胎儿在母亲怀中一天天长大及出生后宝宝一天天的成长，父母在宝宝最初的成长过程中扮演着主要角色和起着关键作用。要知道，在宝宝成长过程中，只有掌握一定育婴知识的合格父母才能给予宝宝更好地照料和教育，这对宝宝来说是非常重要的。

为了宝宝健康成长，我们向父母推荐7项正确育婴方式：这7项重要的育婴行为方式不仅对父母很重要，对宝宝而言更为重要，因为父母的每一个正确行为方式都可以避免在育儿过程中出现多种问题，为此，正确的养育行为方式不仅可以给宝宝一个健康身体还可以给孩子一个美好的未来。的确，父母在孩子的成长过程中可以做很多很多：在此，每个育儿行为方式都很重要，但父母如果能做到所有的这七件事，那么可获得最佳效果。

举一个重要的例子，给孩子进行预防针接种，是一项既简单又可有效地保护孩子的身体健康措施，接种可预防一些危险的，目前还未有有效地治疗手段的传染性疾病。给孩子进行预防接种，不仅意味着保护所有孩子们的身体，同时也是让孩子们享受预防接种好处的必要行为。

成为一个“优秀父母”，既成为宝宝健康成长过程中的护航人，同时也是更好地利用医疗卫生局为家庭提供的服务：工作人员为父母准备这7项正确的育儿行为常识，与父母一起，为你们孩子健康成长及儿童群体提供更安全地保障。

长期以来，通过卫生局预防针部门医护人员和儿科医生共同合作，推广这七项重要的育儿常识和行为，来保证所有儿童都能享受国家卫生局提供的预防接种服务。

È UNA CAMPAGNA DEL:



*Ministero del Lavoro della Salute  
e delle Politiche Sociali*

[www.ministerodellasalute.it](http://www.ministerodellasalute.it)  
[www.genitoripiù.it](http://www.genitoripiù.it)

Con il patrocinio di:

**ACP** Associazione Culturale Pediatri

**ASNAS** Associazione Nazionale Assistenti Sanitari

**FNCO** Federazione Nazionale dei Collegi delle Ostetriche

**IPASVI** Federazione Nazionale Collegi Infermieri Professionali

Assistenti Sanitari, Vigilatrici d'Infanzia

**SIGO** Società Italiana di Ginecologia e Ostetricia

**SIN** Società Italiana di Neonatologia

**SIP** Società Italiana di Pediatria

**SITI** Società Italiana di Igiene

**fimp**

Federazione Italiana Medici *Pediatri*

**unicef**



**guadagnare salute**

rendere facili le scelte salutari

Coordinamento progetto: Az. USL Forlì  
Traduzioni a cura: Coop Sesamo Cooperativa di Intermediazione Culturale e Sociale di Forlì

Regione Emilia-Romagna



www.grafikamente.it

**7** 种为你孩子的行动  
为生命的完美数字

**genit ri più**

prendiamoci più cura della loro vita

CINESE

## 在育儿过程中, 只需做到这简单的七件事, 你们就可以成为优秀父母. 孩子将会受益终生

PER ESSERE GENITORI PIÙ, BASTANO SETTE SEMPLICI AZIONI. SETTE SEMPLICI AZIONI CHE VALGONO UNA VITA INTERA

### 1 尽早服用叶酸

PRENDERE PER TEMPO L'ACIDO FOLICO

如果决定想要孩子, 在受孕前就可以开始服用叶酸: 叶酸是一种维生素, 最好是怀孕前和怀孕后头3个月孕娠这段时间内服用, 可以预防小儿先天儿畸形, 因为服用叶酸是非常重要的。同时, 服用叶酸是安全保险的, 你也可向家庭医生咨询。

### 2 在怀孕期间和在儿童面前禁止吸烟

NON FUMARE IN GRAVIDANZA E DAVANTI AL BAMBINO

保护你的孩子不要受到吸烟的污染: 在怀孕期间吸烟对身体健康极为不利, 特别是孩子还在很小的时候, 如果被动地吸入烟雾将会严重影响其身体健康: 因此禁止在家中吸烟或在孩子附近吸烟。还可向你的家庭医生或产科医师作有关的咨询。

### 3 母乳喂养

ALLATTARLO AL SENO

尽可能地对婴儿进行母乳喂养, 它不仅可增加母子亲情, 而且也是一种最自然的行为了。母乳是宝宝最适合的天然营养食品, 含有婴儿需要的各种营养素, 对宝宝而言容易消化吸收和利用, 在婴儿最初的6个月生命中, 可完全母乳喂养, 不需要添加任何其他的食物和饮料。之后在添加其他食物时仍可继续喂奶直到1岁多。母乳不仅营养丰富还具抗体作用, 可保护婴儿不受多种疾病感染, 还可预防儿童期疾病, 母乳喂养大的孩子一般身体体质都比较健康, 同时母乳喂养对母亲也有利处。如有疑惑处, 可直接与家人和医护人员交谈。



### 4 将婴儿肚朝上仰面而睡

METTERLO A DORMIRE A PANCIA IN SU

要将宝宝肚朝上仰面而睡: 这种睡势对刚出生的宝宝而言比较安全。哺喂母乳和保护孩子不受吸烟者烟雾的污染可降低婴儿期各年龄婴儿之“婴儿猝死症”(SIDS)。另外, 重要的是保持宝宝房间环境的温度在20°C左右, 不要将宝宝盖的太多。

### 5 车内婴儿座椅安全保护措施

PROTEGGERLO IN AUTO CON IL SEGGIOLINO

当婴儿在汽车内时, 一定要将婴儿安置在婴儿安全座椅上并系上安全带, 即使是很短的路程也要使用安全座椅。要检查儿童安全座椅质量是否符合规定的要求: 尺寸和承重量要合适, 安装要正确。检查安全座椅的品牌是否有欧洲共同体ECE R44/03合格检查证。

### 6 接受医生建议的预防接种

FARE TUTTE LE VACCINAZIONI CONSIGLIATE

给你的孩子进行预防接种意味着保护你的孩子及其他的孩子不受传染病的感染。有些传染病是非常危险的, 而正是因为有了预防接种, 这些危险性的传染病才得以控制。如想了解更多有关预防接种的情况, 可参阅有关儿童预防接种宣传本, 也可直接向你的家庭儿科医生或卫生局预防针办公室工作人员咨询。

### 7 接受医生建议的预防接种

LEGGERGLI UN LIBRO

给你的孩子进行预防接种意味着保护你的孩子及其他的孩子不受传染病的感染。有些传染病是非常危险的, 而正是因为有了预防接种, 这些危险性的传染病才得以控制。如想了解更多有关预防接种的情况, 可参阅有关儿童预防接种宣传本, 也可直接向你的家庭儿科医生或卫生局预防针办公室工作人员咨询。