
خواب کودك

www.ketab.ir

: کمالی، فرحناز، ۱۳۴۰ -

سرشناسه
عنوان و نام پدیدآور : خواب کودک/ گردآورنده فرحناز کمالی.
مشخصات نشر : بهارستان: دانشیاران ایران ، ۱۳۹۴.
مشخصات : ۳۰۰ ص. ؛ ۲۱/۵×۱۴/۵ سم.
ظاهری
شابک : 978-600-8118-13-8
وضعیت فهرست : فیبا
ریسی
موضوع : کودکان -- خواب
موضوع : کودکان -- بی‌خوابی
رده بندی کنگره : ۱۳۹۴۵۰۶RJ ۱۳۸۷/خ
رده بندی دیویی : ۹۲۸۴۹۸/۶۸
شماره : ۱۰۱۴۳
کتابشناسی
ملی



شناسنامه کتاب

نام کتاب: خواب کودک
مؤلف: فرحناز کمالی
مدیریت انتشارات: روح‌الله گلستانی
چاپ و صحافی: پرستش
قیمت: ۱۱۰۰۰ تومان
نوبت چاپ: ۱۳۹۴/اول
شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

مرکز پخش :

تهران، میدان بهارستان، خیابان ایران، کوچه کبریچی، کوچه رفاه، پلاک ۲

همراه : ۰۹۱۲۱۳۸۳۷۱۸ تلفن : ۳۳۵۵۶۵۷۱ ، ۳۶۸۳۱۵۲۵

فروشگاه اینترنتی کتاب پایابوک : www.payabook.com

فهرست مطالب

- ۸ باور غلط درباره خواب کودکان ۱۳
- ۱۵ با کودکان فراری از خواب چه کنیم؟ ۱۵
- ۱۷ بیدار شدن از دنده‌ی چپ ۱۷
- ۱۸ چگنی بیدار کردن کودک از خواب ۱۸
- ۱۹ توصیه ۱۹
- ۲۰ غرغر صبحگاهی ۲۰
- ۲۰ چند توصیه ۲۰
- ۲۲ مشکل صبحانه نخورن ۲۲
- ۲۳ چند توصیه ۲۳
- ۲۵ توصیه‌هایی برای جداسازی اتاق خواب کودک ۲۵
- ۲۷ برای درمان ترس کودک چه کنیم؟ ۲۷
- ۲۷ قوانین خواب فرشته‌ها ۲۷
- ۲۹ علت لبخند نوزاد در خواب ۲۹
- ۳۰ سه تا هشت هفتگی ۳۰
- ۳۱ شش تا هشت ماهگی ۳۱
- ۳۲ چهار ماهگی ۳۲
- ۳۳ خندیدن برای سلامتی خوب است ۳۳
- ۳۳ راهی برای جلب توجه ۳۳
- ۳۴ نوزاد را محکم تکان ندهید! ۳۴
- ۳۵ یافته‌های یک روانشناس ۳۵
- ۳۶ شاید نوزادتان کولیک دارد ۳۶

- ۴۰..... فواید مراقبت مادرانه آغوشی برای مادر
- ۴۰..... کودک
- ۴۱..... فواید آن برای نوزاد
- ۴۲..... در روش مراقبت مادرانه آغوشی چه اتفاق‌هایی می‌افتد؟
- ۴۲..... علائم خطرناک
- ۴۳..... سکالای در امر تغذیه
- ۴۵..... آینه چیست؟
- ۴۵..... برر اسب کو کن به چه حالتی خوابانده شود؟
- ۴۶..... برای ترک عادت اسم غلط توصیه‌ای به والدین ندارید؟
- ۴۶..... دمای اتاق نوزاد چه در بای باشد؟
- ۴۷..... مناسب‌ترین دمای اتاق نوزاد چقدر است؟
- ۴۸..... پنجره‌ها را دوجداره کنید
- ۴۹..... عایق‌بندی کنید
- ۵۰..... نوزادان چه خوابی می‌بینند؟
- ۵۲..... خواب دیدن
- ۵۳..... خواب دیدن نوزاد
- ۵۳..... ارتباط ساعت خواب و افسردگی در کودکان
- ۵۵..... آرام کردن کوجولوها قلق دارد
- ۵۶..... گرسنگی
- ۵۷..... خستگی
- ۵۷..... بی‌حوصلگی یا کلافگی
- ۵۸..... اذیت شدن
- ۵۹..... درد

- ۵۹ دل درد
- ۵۹ درد فرزندان را بفهمید
- ۵۹ گریه می کنم چون دلم می خواد!
- ۶۰ انگشت کوچک تان را امتحان کنید
- ۶۰ بفرما نوشیدنی کوچولو
- ۶۰ تس دید
- ۶۱ حرکات موزون پدر و فرزند
- ۶۱ ای بضر برس و زیادم
- ۶۱ بچه پررود
- ۶۲ توصیه های سنتی و عطرنا در باره نوزادان
- ۶۳ قنداق کمبود ویتامین می آورد
- ۶۳ نخم گفتن کودک را ناطق نمی کند
- ۶۴ تراشیدن موی سر، آن را پر پشت نمی کند
- ۶۵ کلاهبرداری به نام تل در آوردن
- ۶۵ سرخک با پارچه قرمز مداوا نمی شود
- ۶۶ روغن مورچه به جای لیزر؟
- ۶۷ شربت خواب آور قلعج را برطرف نمی کند
- ۶۷ شیر مادر، قطره بینی نیست
- ۶۷ توصیه هایی برای اینکه کودک بهتر بخوابد
- ۶۸ میزان خواب کودک در روز
- ۶۸ توصیه هایی برای اینکه کودک بهتر بخوابد
- ۷۰ کودک باید به چه شکلی بخوابد؟
- ۷۱ چرا کودک من درست نمی خوابد؟

- از چه روش های خواباندن می توان کمک گرفت؟ ۷۱
- چرا کودک من درست نمی خوابد؟ ۷۳
- بی قراری پس از واکسن را چه باید کرد؟ ۷۴
- علت بی خوابی شبانه نوزادان ۷۵
- زیر دو ماهگی ۸۰
- و تا شش ماهگی ۸۱
- یک نکته در ارتباط با خستگی ۸۵
- نوزادان به چه روشی بخوابانید ۸۶
- هر روز به کدام دانه بدهید ۸۹
- نوزادان حتی در خواب هم می آموزند ۹۰
- رابطه سیگار و افسردگی نوزاد ۹۱
- راه درمان «اسهال تابستانی» کودک ۹۱
- شکر، درد تریق را برای کودک کم می کند ۹۲
- گلودرد کودک را جدی بگیرید ۹۲
- وقتی نوزاد سکسکه می کند نگران نشوید! ۹۳
- دلیل علاقه نوزاد به ضربه قلب مادر ۹۳
- صداها و موسیقی ۹۴
- حس چشایی و بوها ۹۵
- آیا نوزاد شما گرسنه است؟ ۹۶
- مشکل دیر به خواب رفتن در کودکان ۹۶
- خطرات خوابیدن نوزاد در کنار پدر و مادر ۱۰۲
- ارتباط خوابیدن نوزاد در کنار والدین و سندرم مرگ ناگهانی نوزاد ۱۰۳
- چرا برخی از والدین شب ها فرزندشان را کنار خود می خوابانند؟ ۱۰۵

- جدایی از تختخواب والدین ۱۰۷
- هفت نکته عجیب درباره خواب نوزادان ۱۰۷
- تختخواب نوزاد چگونه باشد؟ ۱۰۸
- لوازم غیراستاندارد، هرگز! ۱۰۹
- تشک سفت به جای نرم؟ ۱۰۹
- دمای مناسب اتاق چقدر است؟ ۱۰۹
- بایگرافنی چه خطری دارند؟ ۱۱۰
- چرا فرزندم از آب می‌پرد؟ ۱۱۱
- کودک نمی‌تواند از بیدار شدن دوباره بخوابد ۱۱۲
- کودک عادت کرده است که ساعات خاصی از خواب بیدار شود ۱۱۲
- کودک گرسنه است ۱۱۳
- کودک در حال دندان درآوردن است ۱۱۳
- کودک سرماخورده است یا تب دارد ۱۱۴
- نوزاد بد خواب دارید، حتماً بخوانید ۱۱۴
- دلیل نخوابیدن نوزاد در شب ۱۱۹
- ۱- نوزادان، چرخش خواب کوتاه تری دارند ۱۱۹
- ۲- هنگام شب برای جلب توجه شما از خواب بیدار می‌شوند ۱۱۹
- ۳- نوزادان همانند بزرگسالان عمیق نمی‌خوابند ۱۲۰
- ۴- به زندگی عادت می‌کنند ۱۲۰
- ۵- میل به خوردن ۱۲۰
- ۶- باید بیدار شوند ۱۲۰
- ۷- نیاز به نزدیکی با والدین دارند ۱۲۱
- ۸- در حال یاد گرفتن مهارت جدید ۱۲۱

- ۹- نیاز به تحرک دارند..... ۱۲۱
- ۱۰- دندان در می آورند..... ۱۲۱
- ۱۱- ساعت بیولوژیکی نوزاد هنوز تنظیم نشده است..... ۱۲۱
- امن ترین حالت برای خواب نوزادان..... ۱۲۲
- رابطه الگو خواباندن نوزاد با مرگ ناگهانی..... ۱۲۳
- دانشان هایی درباره خواب نوزادان..... ۱۳۰
- حالت خواب نوزاد..... ۱۳۰
- کنترل خواب..... ۱۳۰
- حقیقت های رایج به قنداق کردن..... ۱۳۱
- چرت= خواب صد ارک..... ۱۳۱
- غله برنج قبل از خواب..... ۱۳۲
- نوزاد من چقدر باید بخوابد..... ۱۳۳
- چگونه باید با شرایط جدید کنار آمد..... ۱۳۳
- خواب در طول شب..... ۱۳۴
- مراحل خواب نوزاد شما..... ۱۳۵
- یادداشت ساعات خواب فرزندتان..... ۱۴۰
- نکته ای برای مادران..... ۱۴۱
- نوزادان را طاقباز بخوابانید..... ۱۴۴
- ۹ روش برای بهتر خوابیدن..... ۱۴۸
- ۱۰ توصیه برای بهتر خوابیدن کودکان..... ۱۵۳
- اختلالات خواب کودکان درمان پذیر است!..... ۱۵۷
- بیدار شدن های زود هنگام..... ۱۵۹
- الگوی صحیح خواب..... ۱۶۰

- الگوی صحیح خواب ۱۶۴
- ۳ شیوه کارآمد برای خواباندن نوزاد ۱۷۵
- مشکلات خواب کودک را در نطفه خفه کنیم ۱۷۷
- چرا دبستانی‌ها دوست ندارند بخوابند ۱۷۷
- زمان خواب مشخصی تعیین کنید ۱۷۹
- او تشنه بقی کنید ۱۷۹
- پیشهاد دادن ۱۸۰
- آرام اما نه بی‌اش ۱۸۱
- محدود کردن نمایش تلویزیون ۱۸۱
- قدم قدم پیش ببرید ۱۸۱
- حل مشکل ۱۸۲
- حل معضل کم خوابیدن در کودکان ۱۸۲
- زمان خواب را تغییر دهید ۱۸۳
- محل خواب کودک باید خنک، تاریک و راحت باشد ۱۸۴
- به زمان خواب نيمروزی او توجه کنید ۱۸۴
- خوابیدن کنار ماما و بابا ۱۸۴
- از بدو تولد تا چه سنی؟ ۱۸۵
- راه‌هایی برای جدا کردن محل خواب کودک از بالای سه سال ۱۸۶
- برای این منظور راهکارهایی وجود دارد ۱۸۷
- خوابیدن کنار ماما و بابا ۱۸۹
- بهانه‌گیری‌های گاه و بیگاه برای حضور در کنار والدین ۱۸۹
- چگونه تنها خوابیدن را به کودک آموزش دهیم ۱۹۰
۱. شیوه‌ی پاداش دهی ۱۹۰

۱۹۱..... ۲. شیوهی جدا سازی تدریجی

۱۹۲..... ۳. شیوهی رفت و برگشتی

۱۹۳..... ۴. شیوهی FERBER

۱۹۴..... پهن شدن سر نوزاد در اثر خواباندن به پشت

۱۹۷..... در رابطه با مسائل زمان خواب، چه کاری از دست شما برمی آید

www.ketab.ir