**北京市第十届商业服务业技能大赛**

**母婴店导购之星竞赛项目题库**

**（一）理论题库**

1. **判断题：**

1、临床上将妊娠40周分为早、中、晚期妊娠，一般情况下会将末次月经第一天定为妊娠起点，每四周为一个孕月（即28天），妊娠全程为40周（280天）。（√）

2、怀孕不满36周分娩为早产；怀孕42周以后分娩为过期产。（×）

3、孕妇如果叶酸不足，易导致胎儿畸形、智力低下、幼儿体重过轻等，严重的甚至引起流产。叶酸的补充时间为：孕前三个月，孕后3个月。（×）

4、孕吐严重者，可少量多餐，保证摄入含必要碳水化合物的食物。（√）

5、基于母乳喂养对母亲和子代诸多的益处，世界卫生组织建议婴儿6个月内应纯母乳喂养，并在添加辅食的基础上持续母乳喂养到2岁甚至更长时间。（√）

6、产妇月子期间应注重食物多样不过量，重视整个哺乳期营养。（√）

7、产妇月子期间不可以刷牙，会引起牙痛。（×）

8、产妇生产后容易产生抑郁心理，此时家人要多多关注产妇的情绪变化，给予心理上的支持，预防产后抑郁症的发生。（√）

9、儿童时期是人生开始的一个重要年龄阶段，一般是指从出生到12周岁。（√）

10、婴儿和幼儿的统称，一般是指0-6岁的小龄孩子。（×）

11、0-6个月的婴儿消化器官和排泄器官发育尚未成熟，功能不健全，对食物的消化吸收能力及代谢废物的排泄能力仍较低。（√）

12、婴儿出生后第一口食物应是母乳，有利于预防婴儿过敏，并减轻新生儿黄疸、体重下降和低血糖的发生。（√）

13、婴儿哭闹就是饿了，应该及时喂哺。（×）

14、宝宝出生数日开始补充维生素D，不需要补钙。（√）

15、婴儿生后数日开始每日补充维生素D400IU。（√）

16、近母乳配方的奶粉，是替代母乳的很好选择。（×）

17、任何婴儿配方奶都不能与母乳相媲美，只能作为纯母乳喂养失败后无奈的选择，或者6月龄后对母乳的补充。（√）

18、身长和体重是反映婴儿喂养和营养状况的直观指标。疾病或喂养不当、营养不足会使婴儿生长缓慢或停滞。（√）

19、婴儿满4月龄起可以添加辅食。（×）

20、辅食添加应从富含铁的泥糊状食物开始，逐步添加达到食物多样。（√）

21、8个月的宝宝可以喝豆浆。（×）

22、8个月的宝宝便秘可以喝点蜂蜜。（×）

23、7个月的宝宝添加1顿辅食了，就可以少喝点奶了。（×）

24、婴幼儿生长发育较快，服装宜大不宜小。（√）

25、宝宝饥饿引起哭闹时应及时喂哺，一般每天可喂奶6~8次或更多，不要强求喂奶次数和时间，特别是3月龄以前的婴儿。（√）

26、纯母乳喂养能满足婴儿骨骼生长对钙的需求，不需额外补钙。（√）

27、婴幼儿配方奶粉是以母乳为标准，对牛奶进行全面改造，使其最大限度地接近母乳，符合婴儿消化吸收和营养需要。（√）

28、与普通奶粉相比，婴儿配方奶粉去除了部分酪蛋白，增加了乳清蛋白；去除了大部分饱和脂肪酸，加入了植物油，从而增加了不饱和脂肪酸，DHA(二十二碳六烯酸，俗称脑黄金)，AA(花生四烯酸)等，比母乳营养更加丰富。（×）

29、10个月的宝宝，适用2段较大婴儿配方奶粉。（√）

30、进口奶粉的奶源比国产的奶源好，营养成分更加丰富。（×）

31、婴幼儿配方羊奶粉又称母乳化羊奶粉，它是为了满足婴儿的营养需要，以新鲜羊奶为主要原料，在普通奶粉的基础上加以调配的羊奶制品。（√）

32、40-60度左右洁净的温水，是宝宝奶粉冲调的最佳水温。冲调奶粉不能用滚开的水，这样会破坏奶粉中的营养物质。（√）

33、婴儿配方奶粉冲调先放奶粉后放水，过热可以放凉开水，过凉可以兑热水。（×）

34、辅食添加应每次只添加一种新食物,由少到多、由稀到稠、由细到粗,循序渐进。（√）

35、矿物质钙对婴儿的成长非常的重要，但是家长也不能盲目给孩子补钙，过量补钙或补钙制剂选择不正确会对婴儿的成长造成影响。（√）

36、儿童缺钙可能导致发育迟缓，发育不良。诸如出牙晚、学步晚、鸡胸等症状。（√）

37、枕秃就是缺钙了。（×）

38、奶及奶制品、虾皮、虾米、河蚌、黑芝麻、紫菜都是含钙较多的食物。（√）

39、4个月以后母乳中铁不能满足宝宝的需求，应及时添加强化铁或含铁丰富的辅食。（×）

40、长期膳食铁供给不足，可引起体内铁缺乏或导致缺铁性贫血，多见于婴幼儿、孕妇及乳母。（√）

41、食欲减退、异食癖、生长发育停滞、皮肤粗糙、免疫力低下可能是缺锌导致的。（√）

42、维生素又名维他命，通俗来讲，即维持生命的元素，是维持人体生命活动必须的一类有机物质，也是保持人体健康的重要活性物质。（√）

43、维生素的溶解性可将其分为两大类，即脂溶性维生素和水溶性维生素。（√）

44、维生素C属于脂溶性维生素。（×）

45、维生素A、维生素D、B族维生素都属于水溶性维生素（×）

46、维生素A缺乏者会眼干、畏光、暗视力下降、继而为夜盲症，重者黑眼仁混浊、溃疡形成，最后穿孔而失明。（√）

47、皮肤能在阳光紫外线的作用下合成维生素D。（√）

48、多吃维生素D可以壮骨。（×）

49、维生素吃得越多，越有助于健康。（×）

50、鱼肝油是从鲨鱼、鳕鱼等的肝脏中提炼出来的脂肪，黄色，有腥味，主要含有维生素A和维生素D（√）

51、益生菌可以增强人体免疫力。（√）

52、早给婴幼儿补充有益菌（即益生菌）可有助于儿童免疫力发育，改善消化功能。（√）

53、益生菌有助于儿童免疫力发育，改善消化功能可以长期食用。（×）

54、在婴幼儿期，宝贝体内合成ARA的能力较低，因此对于正处于体格发育黄金期的宝贝来说，在食物中提供一定的ARA，会更有利于其体格的发育。（√）

55、AA，二十二碳六烯酸，俗称脑黄金，是一种对人体非常重要的不饱和脂肪酸。（×）

56、DHA与EPA组合具有保护眼睛，提高视网膜的发射机能作用。（√）

57、初乳中DHA的含量尤其丰富，不过母亲乳汁中DHA的含量取决于三餐的食物结构，吃鱼较多的母亲乳汁中DHA的含量也相对较高。（√）

58、DHA可以帮助建立、修复和完善免疫系统，增强抗病能力。（×）

59、乳铁蛋白不仅参与铁的转运，而且具有广谱抗菌、抗氧化、抗癌、调节免疫系统等强大生物功能，被认为是一种新型抗菌、抗癌药物和极具开发潜力的食品和营养强化剂。（√）

60、孕产妇补充乳铁蛋白，可以提高其抵抗力，有效预防或治疗孕期、哺乳期的细菌、病毒性感染；同时，促进铁吸收，预防孕产妇贫血。（√）

61、膳食纤维可以预防便秘，促进肠道蠕动。（√）

62、膳食纤维在糙米、胚牙精米、玉米、小米、大麦、小麦皮和麦粉等杂粮含量比较丰富。（√）

63、 水苏糖具有清肠道，排毒排铅的效果。（√）

64、益生元和益生菌是一种物质，可以调节肠道。（×）

65、低聚木糖、水苏糖、菊粉都属于益生元。（√）

66、乳糖不耐受症是指由于小肠粘膜乳糖酶缺乏，导致乳糖消化吸收障碍而引起的以腹胀、腹泻、腹痛为主的一系列临床症状。（√）

67、乳糖酶可将人体内过多的乳糖分解成葡萄糖和半乳糖。（√）

68、正确使用宝宝零食能更有效地为宝宝补充能量，有益宝宝健康成长。（√）

69、机能饼干、蛋酥馒头、酸奶小溶豆、磨牙饼干都属于宝宝健康零食，只要宝宝喜欢，随时可以食用。（×）

70、纸尿裤以无纺布、卫生纸、绒毛浆、高分子吸水树脂、PE膜、橡皮筋等材料制成。（√）

71、一般给新生儿选择NB号适合5公斤以下宝宝。（√）

72、拉拉裤和纸尿裤差不多，给宝宝使用纸尿裤就可以了,没有必要换成拉拉裤。（×）

73、给宝宝穿纸尿裤时，背部要比腹部稍高一点，防止尿液从背部渗出。（√）

74、奶瓶按材质主要分为塑料、玻璃、硅胶三大类：其中塑料又分为PC（己淘汰）、PP、PE、PES、PPSU等。（√）

75、PP奶瓶化学稳定性高，卫生性能好，耐热性高，180℃以下基本是安全的。（×）

76、PPSU为聚苯砜的简称，是高端的一种奶瓶材质，部分PPSU奶瓶，颜色偏茶色，质地略软。,耐热温度高达207度,可以反复高温煮沸,蒸汽消毒。（√）

77、奶嘴十字孔，适合1岁以上的宝宝。（√）

78、不锈钢儿童餐具可以利用微波炉消毒。（×）

79、挑选塑料儿童餐具的时候，最好选择无色透明的，此外色彩鲜艳和有很大气味的也不要买。（√）

80、在宝宝满6个月的时候，为了宝宝的健康，宝宝就要学习用学饮杯。（√）

81、市面上常见的学饮杯类型有奶嘴型、鸭嘴型和吸管型。（√）

82、婴儿的皮肤比较薄，特别娇嫩，所以家长在为孩子选购婴幼儿洗护用品时，应选择无香精、着色剂等添加剂的用品，避免刺激宝宝的肌肤，引起过敏反应。（√）

83、婴儿洗澡，室温应保持26℃一28℃之间，水温保持42℃一50℃。（×）

84、婴儿洗澡时间不宜过长，以10分钟左右为宜。（√）

85、美国食品药物管理局（FDA）建议，6个月以下的宝宝最好不要使用防晒霜。（√）

86、宝宝被蚊虫叮咬后可以给宝宝使用“清凉油”或“风油精”止痒。（×）

87、适合给宝宝洗发的的水温约37～38℃。（√）

88、给女婴使用爽身粉的时候，下体大腿两内侧涂粉时，也要尤其注意不要让粉随意接触外阴唇。（√）

89、爽身粉和痱子粉是一样的东西，都可以凉爽肌肤、吸收汗液、止痒等。（×）

90、如痱子粉只能用于对痱子的预防，一旦皮肤已经生出了痱子，再使用痱子粉便没什么作用。（√）

91、婴儿护臀霜的主要成分是甘油，均匀涂抹在宝宝的小屁股上可以在皮肤上形成一层保护膜，很好地隔绝皮肤与尿液，避免尿液刺激皮肤。（√）

92、宝宝专用的润肤产品，目前市面上一般常见的有润肤油、润肤露和润肤霜这三种类型，而这三种又都是用于宝宝皮肤的补水保湿的。（√）

93、花露水可以杀菌止痒，成人孩子都可以通用。（×）

94、婴儿洗衣液成分相对温和，比较天然，对宝宝衣物的刺激性很低低，另外由于天然成分，比较容易去除干净，不会有洗衣液残留问题。（√）

95、婴儿寝具主要包括：婴儿床、婴儿蚊帐、婴儿枕、婴儿床垫、婴儿包被等。（√）

96、婴儿床的床缘栅栏，尽量选择圆柱形的栅栏，两个栅栏之间的距离不可超过10厘米。（×）

97、为了宝宝的头型好看，出生后1个月就可以给宝宝用定型枕了。（×）

98、婴儿蚊帐大体可分为悬挂式蚊帐、蒙古包蚊帐、船形、方型，妈妈们可以根据自家的婴儿床选择合适的蚊帐。（√）

99、婴儿抱被是刚出生宝宝所使用的包裹类用品的统称，普通的抱被一般包含一根裹带，方便包裹宝宝。（√）

100、2008年10月1日开始，中华人民共和国首部专门针对36个月龄及以下的《婴幼儿服装标准》(以下简称《标准》)正式实施。（×）

101、《中华人民共和国婴幼儿服装标准》规定婴幼儿服装产品领口、帽边不允许使用绳带。（√）

102、从童鞋的专业标准上来分，有步前鞋、学步鞋、稳步鞋等。（√）

103、幼儿处于学步期阶段，开始有较多走路的时间，但由于步态未稳，鼓励穿鞋身前半部容易曲折的幼儿学步鞋。（√）

104、一般孩子的脚长+1cm或者0.5cm就是鞋子最合适的内长。（√）

105、儿童家具最好选择黏合剂用量少的家具，其甲醛含量相对较低。环保水平由高到低排列分别是：中密度板、刨花板、大芯板、胶合板、层积材、集成材、实木。（×）

106、宝宝从6个月学会坐立开始，宝宝餐椅帮助宝宝成功从一对一的喂饭过程过渡到与父母长辈同桌进餐，不仅让父母更加轻松照顾宝宝。（√）

107、国家对儿童家具的主要检测项目中规定安装有脚轮的产品应至少有2个脚轮能被锁定或至少有2个非脚轮支撑脚。（√）

108、婴儿推车是婴儿的“交通工具”，需要有人协助推着或者拉着才能走的车子，如今婴儿推车的功能已经升级到可以睡觉、吃饭、玩耍游玩等。（√）

109、8个月以内的宝宝，应该选择以睡为主的婴儿推车，折叠方便，展开像一张婴儿床，最好带有遮阳罩。（√）

110、轻便型婴儿推车方便推宝宝外出的同时，有避开汽车尾气、开阔宝宝视野和拉近沟通距离等优势而备受年轻爸妈的喜爱。（×）

111、在宝宝满10个月之前，最好不要尝试使用学步车。（√）

112、购买童车、玩具类产品要真准3C认证的产品，3C标志是质量好的认证。（×）

113、母婴产品必须有3C认证的产品有童车、塑胶玩具、电玩具、弹射玩具、金属玩具、娃娃玩具、儿童安全座椅。（√）

114、安全座椅在汽车碰撞或突然减速的情况下，可以减少对儿童的冲压力和限制儿童的身体移动从而减轻对他们的伤害。（√）

115、选购安全座椅时应该按照儿童的年龄段来选择。（×）

116、人体工程学型婴儿浴盆内有特殊的设计，能让宝宝保持半躺的姿势，并且不会在浴盆里滑来滑去。（√）

120、竹纤维浴巾具有抗菌性、吸汗性强的特点，因为竹纤维是一种抗氧化物，用于制作浴巾具有很好的保健性能。（√）

121、水温计测量范围比普通的温度计要少，一般为10℃-60℃，并且在刻度上会标有适宜宝宝洗澡的温度，让妈妈们能够更准确的判断水温是否适合宝宝洗澡。（√）

122、孩子不想洗头，使用洗头帽能够让孩子增加洗头的乐趣，这样孩子会期待洗头。（√）

123、牙胶类玩具可以舒缓宝宝因长牙引起的不适，安抚宝宝长牙期不安情绪。（√）

124、给宝宝选择玩具，要符合儿童年龄特征，能满足其好奇心、好动和探索活动的愿望。（√）

125、防辐射服都不可以洗涤。（×）

126、孕妇护肤品具有天然性、安全性、专业性、有效性、基础性五个特征，产品不含中重金属、酒精、激素、矿物油、化学防腐剂和化学香料。（√）

127、妊娠纹一旦出现后，并不会随时间推移而慢慢消失，而是终身相伴，并且长有妊娠纹的肌肤常伴有牵扯感或轻微痒，容易出现松弛，褶皱，下坠，脂肪堆积，严重影响了女性产后的皮肤形态和美感。（√）

128、在怀孕初期就开始使用妊娠纹防护产品使用，可以预防妊娠纹。（√）

129、孕妇不宜使用染发剂、冷烫精，可以使用祛斑霜。（×）

130、吸奶器可以帮助疏通乳腺，尽早开奶,下奶早，宝宝能及时吃到初乳，而不用首先就用奶粉。（√）

131、吸奶器吸不出就是没奶了。（×）

132、储奶袋，又名母乳保鲜袋，母乳袋。是一种食品包装用的塑料产品，主要用于储存母乳。（√）

133、产后2-3天是是恶露量最多的时期，建议L号产妇卫生巾与产褥用卫生裤配合使用。（√）

134、待产包是产妇为生产住院及坐月子而准备的各类物品的总称，一般从怀孕第七个月开始准备，包括妈妈用品、宝宝用品、入院重要物品。（√）

135、准备待产包并非多多益善，要合理规划，避免浪费,一般建议预产前三个月做好准备。（√）

1. **填空题：**
2. 足月妊娠大约**280**天**(40**周左右)。

2、整个孕期应口服叶酸补充剂**400**ug/d，每天摄入绿叶蔬菜200g。

3、孕吐严重者，可**少量多餐**，保证摄入含必要碳水化合物的食物。

4、孕妈在孕早期需要摄入铁的量为**15**mg/天，中期为**25**mg/天，孕晚期为**35**mg/天。

5、基于母乳喂养对母亲和子代诸多的益处，世界卫生组织建议婴儿**6**个月内应纯母乳喂养，并在添加辅食的基础上持续母乳喂养到**2**岁甚至更长时间。

6、婴儿和幼儿的统称，一般是指**0-3**岁的小龄孩子。

7、纯母乳喂养能满足**6**月龄内婴儿全部液体、能量和营养素的需要。

8、母亲分娩后，应尽早**开奶**，让婴儿开始吸吮乳头，获得初乳并进一步刺激泌乳、增加乳汁分泌。

9、婴儿出生后第一口食物应是**母乳**，有利于预防婴儿过敏，并减轻新生儿**黄疸**、体重下降和低血糖的发生。

10、婴儿出生时，体内具有一定的能量储备，可满足至少**三**天的代谢需求，开奶过程中不用担心新生儿饥饿，可密切关注婴儿体重，生后体重下降只要不超过出生体重的**7%**就应坚持纯母乳喂养。

11、婴儿生后**2-4**周就基本建立了自己的进食规律，家长应明确感知其进食规律的时间信息。

12、如果婴儿哭闹明显不符平日进食规律，应该首先排除非**饥饿**原因，如胃肠不适等。非**饥饿**原因哭闹时，增加哺喂次数只能缓解婴儿的焦躁心理，并不能解决根本问题，应及时就医。

13、母乳喂养应从**按需**喂养模式到**规律**喂养模式递进。

14、任何**婴儿配方奶**都不能与母乳相媲美，只能作为母乳喂养失败后的无奈选择，或母乳不足时对母乳的补充。

15、对于7-24月龄婴幼儿，**母乳**仍然是重要的营养来源，但单一的**母乳**喂养已经不能完全满足其对能量以及营养素的需求，必须引入其他营养丰富的食物。

16、**7**~**24**月龄婴幼儿应继续母乳喂养，不能母乳喂养或母乳不足时,需要以配方奶作为母乳的补充。

17、辅食添加的原则:每次只添加一种新食物,**由少到多**、由稀到稠、**由细到粗**,循序渐进。

18、婴幼儿生长发育较快，服装宜**大**不宜**小**。衣服**小**，会使婴幼儿不舒服，影响孩子的生长发育。

19、婴儿由于皮肤娇嫩，所以在衣服的选择上尤需注意，最好是选**纯棉**布料的衣服。

20、婴幼儿配方乳粉是指以牛乳(羊乳)及其加工制品为主要原料，加入适量的**维生素**、**矿物质**和其他辅料加工而成的，供婴幼儿(三周岁以内)食用的产品。

21、早产儿因未足月出生，**消化**系统发育更差，此时仍以母乳最合适或使用专为早产儿设计之早产儿配方，待早产儿的体重发育至正常才可更换成婴儿配方奶粉。

22、一般来说，目前市场上分段根据宝宝的年龄区间主要分为：1段奶粉：适用于**0～6**个月婴儿；2段奶粉：适用于**6～12**个月较大婴儿；3段奶粉：适用于**12～36**个月幼儿；4段奶粉：适用于**36～72** 个月学龄前儿童。

23、满 **六** 个月开始，光吃母乳或者婴儿配方奶已经无法满足宝宝的营养需求。所以这段时间，除了原先母乳或婴儿配方奶之外，另外还应给予宝宝一些固体实物，这就是我们所说的**辅食**。

24、辅食添加最开始，要首先添加**强化铁**的婴儿米粉、肉泥等富铁的**泥糊**状食物。

25、宝宝零食，是指适合婴幼儿食用的零食，可以添加在宝宝的**两餐之间**，能够补充宝宝身体活动所需的能量。

26、零食可分为**健康**零食和**口味**零食两大类。

27、健康零食指的是富含营养，且热量、脂肪、糖以及钠的成分都比较 **少** 的零食，比如牛奶、酸奶、新鲜水果、果汁泥、全麦饼干或面包、各类坚果等。

28、**蓝帽**标志：是由国家相关主管部门审批认证的 **保健食品** 标志。

29、通常将矿物质元素按照化学元素在机体内的含量多少，分为**常量** 元素和**微量** 元素。

30、**钙** 是人体中含量最多的矿物质元素，婴儿身体中的矿物质约占体重的5%，约占体重的2%。

31、儿童缺钙可能导致**发育迟缓** ，**发育不良** 。诸如出牙晚、学步晚、鸡胸。

32、钙缺乏症是较常见的营养性疾病，婴幼儿及儿童长期钙缺乏可导致生长发育迟缓、骨软化、骨骼变形，严重缺乏者可导致**佝偻病**；成人时期缺钙可引起**骨质疏松症**。

33、含钙较多的食物主要包括，**奶及奶制品**、**虾皮**、虾米、河蚌、**黑芝麻**、紫菜等。

34、长期膳食铁供给不足，可引起体内铁缺乏或导致**缺铁性贫血** ，多见于婴幼儿、孕妇及乳母。

35、铁分为血红素铁和非血红素铁两种，血红素铁的生物利用高，有效吸收率为15%-35%，主要存在于动物食物中，如**动物肝脏**、动物血、红色肉类等；而非血红素铁则需先被还原成二价铁才能被吸收，其有效吸收率仅为2%-20%，主要存在于**黑木耳**、紫菜、**芝麻酱** 、蘑菇等食物中。

36、**锌** 对生长发育、免疫功能、物质代谢和生殖功能等均具有重要的作用。

37、**锌** 缺乏可影响身体内各种酶的合成、味蕾细胞更新、粘膜增生、角化不全等减少，从而导致食欲减退、异食癖、生长发育停滞、皮肤粗糙、免疫力低下、男性生殖器官发育慢等症状，儿童长期缺乏 **锌** 可导致侏儒症。

38、锌的来源较广泛，贝壳类海产品（如牡蛎、蛏干、扇贝）、**红色肉类** 及其内脏均为锌的良好来源。

39、**维生素** 又名维他命，通俗来讲，即维持生命的元素，是维持人体生命活动必须的一类有机物质，也是保持人体**健康** 的重要活性物质。

40、脂溶性维生素是指不溶于水而溶于脂肪及其有机溶剂的维生素，包括**维生素A**、**维生素D**、**维生素E**、**维生素K**。

41、水溶性维生素是指可溶于水的维生素，包括**B族维生素**（维生素B1、维生素B2、维生素B5、维生素B6、维生素B12、叶酸、泛酸、生物素等）和**维生素C**。

43、鱼肝油富含**维生素A**和**维生素D**，保证宝宝的神经、**骨骼**、**视力**、智力等关键系统和器官的健康生长。

44、一般认为，给孩子添加鱼肝油应从新生儿期开始，即出生后**15**天起加服浓缩鱼肝油，开始每天一滴，逐步增加，但最多不超过**400** IU。

45、常见的益生菌有**双歧杆菌** 、乳酸杆菌、肠球菌、**酵母菌** 等。

46、给婴幼儿补充有益菌（即益生菌）可有助于儿童**免疫力** 发育，改善**消化** 功能。

47、冲调益生菌最好用最好是 **40** ℃以下水温冲调，以免失去活性而影响效果。

48、益生菌暴露在空气中时间过长，会失去活性，建议打开后**立即食用** 。

49、花生四烯酸简称**AA**或**ARA**，是一种ω-6多不饱和脂肪酸，为花生油中饱和的花生酸的相对物。

50、DHA，二十二碳六烯酸，俗称 **脑黄金** ，是一种对人体非常重要的 **不饱和** 脂肪酸，属于ω-3不饱和脂肪酸家族中的重要成员。

51、母乳中含有**乳铁蛋白** 、**免疫球蛋白** 等多种活性蛋白，有促进营养的消化和吸收，并保护机体免受感染的作用。

52、孕产妇补充乳铁蛋白，可以提高其 **抵抗力** ，有效预防或治疗孕期、哺乳期的细菌、病毒性感染；同时，促进铁吸收，预防孕产妇 **贫血** 。

53、膳食纤维是一种 **多糖** ，它既不能被胃肠道消化**吸收** ，也不能产生 **能量** 。

54、**水苏糖** 可以有效防止并缓解婴幼儿便秘及腹泻，抑制肠道疾病。

55、蛋白质的主要来源是**肉** 、**蛋** 、**奶** 、和豆类食品，一般而言，来自于动物的蛋白质有较高的品质，含有充足的必需氨基酸。

56、纸尿裤又称**尿不湿** 是一次性使用后即可 **抛弃** 的产品。以无纺布、卫生纸、**绒毛浆** 、高分子吸水树脂、PE膜、橡皮筋等材料制成。

57、拉拉裤采用全方位弹力腰围腿围，就像**小内裤**一样，更加方便 **穿脱** ，更加贴身舒适，适合好动宝宝，让宝宝活动更自如。

58、婴儿湿巾里面通常都不应添加有刺激性的成分，比如**酒精** ，**香精** ，防腐剂，荧光剂等。

59、奶瓶按材质主要分为塑料、**玻璃** 、**硅胶** 三大类：其中塑料又分为PC（己淘汰）、PP、PE、PES、PPSU等。

60、PPSU为一种耐热性极佳的材质，耐热温度高达 **207** 度，可以反复高温煮沸，蒸汽消毒，医院的真空高压消毒，微波炉加热消毒及药液消毒。

61、硅胶奶嘴为无色透明或半透明，无异味，可耐 **120** ℃蒸煮。

62、儿童餐具一般具有色彩 **鲜艳** ，造型可爱特别， **抗摔** 性好，导热性能好等特点。

63、最好在宝宝 **6** 个月大时开始尝试让他用水杯喝水。

64、市面上常见的学饮杯类型有**奶嘴型**、**鸭嘴型**和**吸管型**。

65、皮肤由外向内可分三层，表皮层，**真皮层**和皮下组织 。

66、新生宝宝皮肤皱褶很多，里面很容易堆积**皮屑** 、**汗液** 等污物，每天**洗澡** 是防止新生儿皮肤感染的好办法。

67、**婴儿沐浴露** ，就是在宝宝洗澡的时候专门给宝宝用的，能够帮助妈妈更好的呵护宝宝肌肤，令宝宝肌肤不受伤害。

68、关于儿童家具的保养，皮类、布类的家具，应注意避免阳光 **直接照射** ，避免利器的**划伤** 。

69、儿童家具国家标注中要求：儿童家具产品不应有危险锐利 **边缘及尖端** ，棱角及边缘部位应经 **倒圆** 或 **倒角** 处理。

70、为了防止一些柜类产品在使用中倾倒，造成对儿童的伤害，国家标准要求所有高桌台及高度大于**600** mm的柜类产品，应提供 **固定** 产品于建筑物上的连接件，并在使用说明中明示安装使用方法。

71、 **安全** 性是婴儿床最起码的要求。

72、婴儿枕头的主要功能是防止宝宝脑袋 **转动** ，并不给宝宝的颈椎 **压迫** 。

73、婴儿出生后**3**个月开始使用枕头，婴儿枕头高度以 **3-4** 厘米为宜，并根据婴儿发育状况，逐渐调整枕头的高度；枕头的长度与婴儿的 **肩部** 同宽最为适宜。

74、婴儿床垫应做到贴合婴儿 **身型** ，有效支撑其身体，防止婴儿脊椎变形，令宝宝四肢放松，促进血液循环，有利于婴儿健康发育。

75、**婴儿抱被** 是刚出生宝宝所使用的包裹类用品的统称，普通的抱被一般包含一根裹带，方便包裹宝宝。

76、童装衣服的料子要求比成人高，既要好看，穿着又要舒服，关键还是童装 **质量** 要有保证，不能损害儿童健康。

77、现在市面上常见的童装面料为**纯棉面料**、全棉丝光面料、T/C面料、毛料和毛涤织物这几种。

78、婴幼儿纺织产品应符合 **A**类要求，直接接触皮肤的儿童纺织产品至少应符合 **B**类要求，非直接接触皮肤的儿童纺织产品至少应符合 **C**类要求。

79、《婴幼儿及儿童纺织产品安全技术规范》对于服装绳带的规定是：头颈部没有任何 **绳带** ，肩带应是固定、连续且无 **自由** 端的，肩部装饰带、腰带、袖带和下摆带等的伸出 **长度** 都有明确要求。

80、从童鞋的专业标准上来分，有步前鞋、 **学步鞋** 、稳步鞋等、

81、据研究表明，后天形成的足患与孩子在这一年龄段的穿鞋不当很有关系，如果孩子穿鞋不当，就会增加患 **扁平足** 的机会。

82、给宝宝准备童鞋应尽可能备 **两** 双以上鞋替换穿，不宜经常穿着同一双鞋，易滋生细菌。

83、给宝宝选择童鞋应：.一般孩子的脚长+ **1** cm或者**0.5** cm就是鞋子最合适的内长，一般夏季+0.5cm，春秋+1cm，冬季由于孩子要穿厚袜子，可以考虑再放大一点。

84、比起一般的婴儿推车高景观婴儿推车有避开 **汽车尾气** 、开阔宝宝 **视野** 和拉近沟通距离等优势而备受年轻爸妈的喜爱。

85、伞车主要特点是 **轻便** 易折叠，能像伞一样 **折叠** 成伞状，有些伞车有肩带可以直接将伞车背起。

86、婴儿推车的小配件绝对不能有 **尖角** ，铆钉，锋利的突出等情况，推杆、扶手表面应该尽量的 **光滑** ，以防对宝宝造成意外的划伤。

87、在宝宝满 **10**个月之前，最好不要尝试使用学步车。

88、安全座椅就是一种专为不同 **体重** （或年龄段）的儿童设计，安装在 **汽车** 内，能有效提高儿童乘车 **安全** 的座椅。

89、儿童安全座椅的分类根据固定方式的种类来区分的，共分成三种：欧洲标准的 **ISOFIX**固定方式、美国标准的LATCH固定方式和 **安全带** 固定方式。

90、儿童约束系统的每条与车辆连接的织带应 **系紧** ，约束儿童的织带应根据儿童的 **身体** 进行调整，织带不得 **扭曲** 。

91、**3C**认证的全称为“**强制**性产品认证制度”，它是中国政府为保护消费者人身安全和国家安全、加强产品质量管理、依照法律法规实施的一种产品合格评定制度。

92、3C认证的主要特点就是：3C认证采用的是国家统一公布的**目录** ，来确定统一使用的国家 **标准** 和 **技术** 规则。

93、一旦某个产品列入了3C认证的目录，那就意味着该项产品只有在经过3C认证之后才能进入**生产** 和 **销售** 的过程，不然都是违规操作，都可以依法将之取缔。

94、3C标志并不是 **质量** 标志，而只是一种最 **基础** 的安全认证。

95、母婴产品必须有3C认证的产品： **童车** 、塑胶玩具、电玩具、弹射玩具、金属玩具、娃娃玩具、 **儿童安全座椅** 。

96、新生儿直至6个月大能自己坐着之前，如果没有**婴儿浴盆** ，洗澡是一件特别麻烦的事儿。

97、市场上常见的婴儿浴盆用品有：基本型浴盆、 **人体工程学** 型浴盆、充气浴盆。

98、给宝宝洗头时，最好选择色彩 **鲜艳** 、图案 **活泼** 的洗发帽，这样可以吸引注意力，让宝宝安静下来。

99、奶瓶使用前应洗净及消毒，且消毒完的奶瓶，搁置时间不宜太长，一般为 **4-5** 小时。

100、 **儿童玩具** 能发展运动能力，训练知觉，激发想象，唤起好奇心，为儿童身心发展提供了物质条件。

101、推荐儿童玩具，要根据孩子的**年龄** 、**性格** 等实际情况有针对性的进行。

102、怀孕后的前 **三** 个月，因腹中胎儿比较脆弱，容易受到各种外界因素的影响，是流产的高发期，建议在计划怀孕前就尽早选购防辐射服饰为宜。

103、如果防辐射服饰材质为金属离子的，防辐射材质部分 **不能** 洗涤，洗涤时取出金属离子防辐射材质，只洗剩余普通面料部分即可。

104、孕妇护肤品具有天然性、 **安全** 性、专业性、有效性、基础性五个特征，产品不含中重金属、 **酒精** 、激素、矿物油、化学防腐剂和化学香料，对胎儿和孕妇无 **伤害** ，同时可以有效改善孕产期的肌肤问题，孕妇护肤品的 **安全** 性被列为孕期护肤的第一原则。

105、多摄取富含**维生素C** 与 **蛋白质** 的食物，这两类食物能帮助肌肤重建胶原纤维。有利于增加皮肤弹性，缓解妊娠纹。

106、染发剂不仅会引起皮肤癌，而且还会引起乳腺癌，导致胎儿畸形，所以孕妇 **不宜** 使用染发剂。

107、 **吸奶器** ，是指用于挤出积聚在乳腺里的母乳的工具。一般适用于婴儿无法直接吮吸母乳的时候，或是母亲的乳头发生问题，还有尽管在坚持工作，但仍然希望 **母乳喂养** 的情况。

108、**吸奶器** 可以帮助疏通乳腺，尽早开奶，下奶早，宝宝能及时吃到 **初乳** ，而不用首先就用奶粉。

109、如果是把储奶袋放在 **冷藏** 室中，保存时间一般是：0-4℃冷藏可保存8天。

110、产妇卫生巾是针对分娩后产妇设计的卫生巾，一般分为L、M、S三个型号。型号与产妇 **体型** 无关，是分别应对 **恶露** 的三个不同时期。

1. **问答题：**

**1、理念的定义？**

**答案：**理念：理念就是理性化的想法，理性化的思维活动模式或者说理性化的看法和见解。它是客观事实的本质性反映，是事物内性的外在表征。

1. **孕婴童从业人员应当树立的理念？**

**答案：**护卫生命、保证健康、优质服务

1. **孕婴童从业理念的具体体现是什么？**

**答案：**博爱、诚信、敬业

1. **孕婴童从业者怎样做到敬业？**

**答案：**树立职业理想、养成立业意识、巩固职业信念、端正从业态度、珍惜职业情感、遵守职业道德。

**5、孕婴童从业者的职业要求是什么？**

**答案：**专业、热情、积极、主动、真诚、清晰、整洁

**6、孕婴童从业的职业规范包括什么内容：**

**答案：**形象规范、待客规范、行为规范

**7****、形象规范规定了几方面的内容？**

**答案：**形象规范包括：着装、头发、耳朵、双手、口、面部、鞋子、口袋、站姿九方面的内容。

1. **形象规范的具体要求是什么？**

**答案：**

（1）着装：上班时间穿着工装，要保持清洁、平整。工牌佩戴于左胸处，丝袜没有破损，鞋面清洁；

（2）头发：保持清洁、无头皮屑，头发不挡住前额，不染夸张颜色，男士头发长短适中，发梢不过眉，鬓角不过耳，梳理整齐，女士长发需扎紧束起；

（3）耳朵：清洁干净、耳环大小适中、得体；

（4）双手：清洁，不留长指甲，不涂夸张颜色，不能戴有嵌物的戒指；

（5）口：口腔清洁，没有异味，牙缝无残留物；

（6）面部：男士保持面部清洁，女士化职业淡妆，涂淡色口红，适当修眉；

（7）鞋子：鞋面干净，不得穿露脚趾凉鞋或拖鞋，鞋跟不宜太高，款式不夸张；

（8）口袋：放置便条、文具等工具，但不宜太饱满，影响美观；

（9）站姿：站立端正，双臂自然下垂，右手轻搭在左手虎口上；

（10）不可以：弓背弯腰，前挺后撅，在顾客面前聚堆闲聊、打喷嚏、打哈欠、挖耳朵、剔牙、解衣擦汗、瘙痒等。

**9、待客规范规定了几方面的内容？**

**答案：**待客规范包括：等待顾客时应避免事项、主动接近顾客时应避免事项、接受顾客询问时应注意事项、与顾客沟通应避免事项四方面的内容。

**10、待客规范的具体要求是什么？**

**答案：**

（1）等待顾客时应避免事项

双手交叉于胸前或手插口袋，斜靠在货架上或坐于陈列商品上；

聚集聊天、嬉笑、窃窃私语等；

评说顾客，抱怨工作、上司或同事。

（2）主动接近顾客时应避免事项

让顾客等太久，大摇大摆的接近；

不说“有什么可以帮到您”，也不做其他善意的表示；

在顾客未提出询问或作出需要帮助的表示之前，过早的接近顾客，并向顾客进行推销。

（3）接受顾客询问时应注意事项

不用否定型，而以肯定型语句说话；

不断言，让顾客自己决定；

表示拒绝时应说“对不起”，后加请求型语句；

在自己的责任领域内说话；

不用命令型而用请求型语句；

不要光是口头回答询问或用手势表示意思，而应为顾客解决问题。

（4）与顾客沟通应避免事项

言语粗俗，不用禁语；

随便使用方言；

表示出焦急的状态或表现出心情不好、疲倦的状态。

1. **行为规范的具体内容是什么？**

**答案：**

（1）上班不得无故迟到、早退；

（2）上班时间必须精神饱满，不得将不愉快的情绪带到工作中，保持微笑，使用文明用语进行沟通。

（3）工作时间严禁在卖场打手机，如有紧急事情，经店长同意，可在远离卖场或在员工休息室内打电话；

（4）在营业现场，严禁坐在商品、货架、椅子、地台上，严禁倚靠在墙、门、货架等上面；

（5）工作时间严禁在卖场及休息室聚集聊天，影响正常经营；

（6）各项工作交接要认真负责，保持工作沟通顺畅、及时；正确使用交接班本；

（7）在营业现场内不得勾肩搭背，大声喧哗；

（8）工作时间严禁员工互相争吵打骂；

（9）店内员工应按照服务标准服务顾客，应做到：顾客进门有迎声、顾客问时有答声、顾客不满有抱歉声、顾客表扬有谢声、顾客离店有送声；

（10）导购员应做到内宾外宾一样主动、新老顾客一样热情、花钱多少一样细致、身份高低一样周到、自始至终一样耐心；

（11）没有顾客需要提供服务时，员工应做整理货品、清洁货区、盘点商品、补货、整理核对价签等工作，进行上述工作时，应避免堵塞卖场通道，一旦有顾客需要帮助，应立即停止手中的一切事情，为顾客提供满意的服务。

（12）文明用语及禁语

**12、职场中主要的文明用语包括哪些内容：**

**答案：**职场中主要的文明用语是：您好、请、谢谢、请稍等、对不起、欢迎光临、您慢走、欢迎再来

**13、接待顾客时禁止说的话是什么？**

**答案：**接待顾客时禁止说的话是：不知道、不归我管、你自己看。

**14、缓解孕吐的方法有哪些？**

**答案：**①充分休息；②随身携带一些口感偏酸的糖果；③穿着舒适；④少食多餐；⑤服用多种维生素；⑥分散注意力，保持心情轻松愉悦。

**15、孕妈妈应该如何补充叶酸？**

**答案：**孕妈在备孕的前三个月起就应该开始每天补充400µg的叶酸，并持续整个孕期。除了补充剂以外，深色的绿叶蔬菜也富含叶酸，因此孕妈的饮食中每天最好保证有500g以上的绿叶蔬菜。

**16、什么情况可以建议0～6月龄婴儿选用适合于的配方奶喂养？**

答：a、婴儿患有半乳糖血症、苯丙酮尿症、严重母乳性高胆红素血症。b、母亲患有HIV和人类T淋巴细胞病毒感染、结核病、水痘-带状疱疹病毒、单纯疱疹病毒、巨细胞病毒、乙型肝炎和丙型肝炎病毒感染期间，以及滥用药物、大量饮用酒精饮料和吸烟、使用某些药物、癌症治疗和密切接触放射性物质。c、经过专业人员指导和各种努力后，乳汁分泌仍不足。

**17、等待顾客时应避免事项？**

**答：**双手交叉于胸前或手插口袋，斜靠在货架上或坐于陈列商品上；聚集聊天、嬉笑、窃窃私语等；评说顾客，抱怨工作、上司或同事。

**18、主动接近顾客时应避免事项？**

**答案：**让顾客等太久，大摇大摆的接近；不说“有什么可以帮到您”，也不做其他善意的表示；在顾客未提出询问或作出需要帮助的表示之前，过早的接近顾客，并向顾客进行推销。

**19、接受顾客询问时应注意事项？**

**答案：**不用否定型，而以肯定型语句说话；不断言，让顾客自己决定；表示拒绝时应说“对不起”，后加请求型语句；在自己的责任领域内说话；不用命令型而用请求型语句；不要光是口头回答询问或用手势表示意思，而应为顾客解决问题。

**20、与顾客沟通应避免事项？**

**答案：**言语粗俗，不用禁语；随便使用方言；表示出焦急的状态或表现出心情不好、疲倦的状态。

1. **实操应用题：**

**1、宝宝红屁屁有哪些原因?**

**答案：**

A. 换尿布不及时

小屁屁长时间浸渍在湿尿片里，增加刺激物穿透皮肤的能力及感染的机会。

B. 清洗不及时

在宝宝便后用尿布将臀部的便便擦去，而没有清洗臀部，致使整个臀部仍黏附着残余尿便，当再兜着尿布时，在潮湿有刺激物的环境下易发生“红屁股”。

C. 臀部潮湿

小宝宝皮肤皱褶多，清洗臀部后水不易擦干，皮肤的角质层浸水久了易造成糜烂，以致局部皮肤的抵抗力下降。

D. 皮肤的反复摩擦

例如给小屁屁使用不合身的尿布，皮肤与尿布不停地摩擦，会造成角质层保护结构破坏。

E. PH值

宝宝皮肤的PH值偏弱酸性，吃牛乳的宝宝大便为碱性，很易促使病菌繁殖，因此更容易“红屁股”;而由于水PH值偏碱性，所以表皮长时间接触水也有引起皮肤炎的可能。

F. 化学刺激物质导致皮肤过敏

湿纸巾、香皂、尿布上的荧光剂、消毒药水、残留在尿布上的肥皂或清洁剂等。

**2、红屁屁如何护理?**

**答案：**

A. 及时更换纸尿裤，保持屁股干燥。

B. 当红臀出现后，家长应该立刻采取措施，先清洗，然后涂一些药用软膏在患处，如果已出现糜烂，遵医嘱用药物。

C. 给宝宝洗臀部时，要用温水，不要用肥皂，以减少局部刺激。每次清洗小PP后要暴露宝宝的臀部于空气或阳光下，使局部皮肤干燥。

D. 如果用温水擦洗时宝宝哭闹厉害的话，也可试着让宝宝坐在温水盆中洗。

E. 有可能的话，应让宝宝臀部多在空气中暴露一段时间，有利于皮疹消退。在炎热的夏季或室温较高时可将臀部完全裸露，使新生宝宝臀部经常保持干燥状态。

F. 尽量避免使用爽身粉。因为粉剂吸水后容易硬结，不但无法保持局部干燥，还会刺激宝宝皮肤。

**3、发生漏尿的原因?**

**答案：**

A、穿戴方式不正确

穿纸尿裤，看似简单，但如果穿戴不规范不正确，就会容易产生漏尿的情况。在穿戴方面有几点需要宝妈们特别注意：

① 穿尿裤之前，手拿尿裤两端，拉伸三四下，再持弹性腰围端，拉伸几下，使尿裤弹性收缩良好；

② 两侧有立体防侧漏边，给宝宝穿之前要用手把两边刮起，避免贴在面层上，减少漏尿几率，此步骤真的很重要哦；

③ 穿时尽量让宝宝平躺，注意两侧魔术贴黏贴对称，前后对称，尿裤要穿正，贴身，不要过松或过紧；

④ 穿好后将宝宝大腿根部褶皱捋一圈，将褶边拉出，再检查整理一下尿裤对称性；

这样梳理下来，宝妈们会不会觉得穿纸尿裤太麻烦了，会不会花很多时间?其实

B、尺码不合适

纸尿裤尺码不合适，也会造成漏尿。

C、尿裤饱和

宝宝尿量比较大，或者穿的时间比较长，导致尿裤饱和了，此时再尿吸收性就会比较差，容易发生漏尿，这种情况建议及时更换尿裤，缩短穿着时间。

D、宝宝活动量大，尿裤变偏不对称

有的宝宝，尤其是大宝宝运动量很大，尿裤可能原本穿得好好的，过一会就偏了，此时也容易发生漏尿，这种情况家长就要经常关注宝宝尿裤了，如果发现有偏了的现象及时整理纠正就可以有效避免啦。

E、宝宝夜间趴睡，导致导流不良，前部尿液过多，容易漏尿

趴睡同时也不利于宝宝发育，压迫心脏，建议宝宝熟睡后调整宝宝睡姿。

**4、玻璃奶瓶说明书上说明瓶身耐热120℃，又说直接往奶瓶里注入沸水，有可能导致奶瓶破裂，这不是矛盾了吗？**

**答案：**

A:两者并不矛盾。奶瓶瓶身耐热120℃，是指其可耐受的最高温度是120℃。当玻璃奶瓶瓶身随着它周围的温度一起缓缓上升，最高温度控制在120℃的情况下，是不会引起破损或爆裂的。但同时，玻璃材质耐温差性能低。如果将瓶身放入或者往里面倒入与其本身温度相差过大的环或者液体里，会导致玻璃无法承受温差而发生爆裂的。所以，用水煮方式消毒的话，一定要随冷水下锅；冲泡奶粉的话，请用温水冲泡。

还有一个可能破裂的原因就是之前在不经意间发生过碰撞，但没有明显的裂痕，在后期的使用过程中，由于液体的倒入和晃动引起了加压，最终导致破裂。

**5、:奶嘴用了一段时间后，变得黄黄油油的。每天都用温水冲干净再消毒的，怎么会这样呢？**

**答案：**

A:乳汁或者奶粉都含有丰富的营养，蛋白质和脂肪成分很容易粘附在奶瓶奶嘴上，只用温水是无法彻底清洁的。

建议：使用后尽快清洗，不要搁置时间过久，导致难以清洗干净。配合使用奶瓶清洗剂，先浸泡一下，再用奶瓶刷和奶嘴刷分别清洗奶瓶和奶嘴，这样才能将残留的脂肪等成分完全洗净，不会留下油腻。

1. **吸奶器刚买的，第一次用，吸不出是什么原因？**

**答案：**

①看下安装是否正确（重点看连接器部分中间黄膜安装方向是否正确，是否干燥没水；导管两边是否连接好）；

②检查配件是否有破损

③测量乳头根部直径，看下护罩尺寸是否合适

④可以单边试下，把导管一端插在十字形的孔当中，把两边的配件都交替轮流交换使用，包括前盖，膜，后盖都可以交换下排查，一边如果没装好，会影响到双边的吸力

⑤任何新的吸乳器都需要和使用者有个磨合期，一般使用一周就会上手

⑥如果是新妈妈（产后7天内），本身产奶量就比较小，而且宝宝这时对母乳的需求其实也不大，所以即使每次只能吸出几十毫升乳汁也是正常的，适当增加喂哺和吸乳次数会使乳汁分泌量变大。

**（二）复赛实操考核规则及样题**

**一、实操考核形式：**

实操考核采取抽签的形式决定选手实操考核题目；每人抽取2题，每题满分50分，共100分。

**二、评分考核要点：**

1、 接待客人的态度。符合待客规范，行为动作，得体大方，使用文明用语，普通话标准，未使用方言。（10分）

2、通过交谈详细了解客户的需求，询问出了潜在条件（10分）

3、分析解决客人的问题所在，讲解专业，详细、包含考核知识点，帮助客人解决了问题。（10分）

4、演示操作熟练，且正确无误。（10分）

5、讲解不生硬，符合实际消费场景，整体表现专业，消费体验感好！（10分）

**三、样题参考：**

**样题一：7个月的宝宝，目前食用的是某品牌奶粉，因为食用此品牌奶粉总是便秘，请帮助这位妈妈分析宝宝便秘的原因，推荐合适的产品，且演示正确冲调奶粉的方法。**

（潜在条件：6个月已经开始添加辅食米粉，每天1顿。没有食用益生菌、水苏糖等产品。6个月前一直都是纯母乳喂养，食用该品牌奶粉1个月时间，孩子奶奶怕孩子营养不够，每次奶粉都会多放两勺。）

**考核知识点：**

① 引起宝宝便秘的原因有很多。消化不良、饮食不足，食物成分不当，肠道功能失常，体格和生理异常等都会引起婴幼儿便秘。奶粉冲调方式不对、辅食添加顺序不对，也都可能会使宝宝产生便秘。

② 满6个月开始，光吃母乳或者婴儿配方奶粉已经无法满足宝宝的营养需求；辅食添加顺序原则：先从米粉开始尝试，首先是调好的一勺糊状米粉，在吃奶前或 吃奶后喂给宝宝，辅食和奶是一顿饭，每天一次连续喂三天，观察宝宝有没有湿疹（或加重）、腹泻、便秘等，如果宝宝没有不良反应，慢慢加量。米粉吃 上一周左右可以开始加菜泥，每次只加一种，连着加 3 天，没有不良反应以后可以常规吃。菜泥适应以后可以放在米粉中一起吃。6个月每天米粉和菜泥的总量约在50克左右。加菜泥后，可以慢慢引进果泥，一般给常见的苹果、香蕉等， 要自然熟透的水果，在两餐奶之间给。 注意：加辅食不影响奶量，保证每天奶量 800 毫升左右。

③ 奶粉正确冲调方式：

首先先加水并调整好水温：40—60℃。过热可以放凉开水，过凉可以兑热水。冲调奶粉不能用滚开的水，这样会破坏奶粉中的营养物质。

将定量的温开水倒入奶瓶内，再按照宝宝需要的量和奶瓶上的刻度调整水量。

然后再加入适当比例的奶粉。过浓过稀都不符合宝宝的需要，后加奶粉 比较好控制奶粉的量，冲出的奶粉浓度准确。 这样冲调比较容易控制水温和水量。如果先加奶粉，水温不合适，水量没 掌握好，都可能浪费时间和奶粉。

④ 膳食纤维可以预防便秘膳食纤维可促进肠道蠕动；水苏糖可以有效防止并缓解婴幼儿便秘及腹泻，抑制肠道疾病；补充益生菌有助于平衡肠道菌群及恢复正常的 肠道 pH 值，缓解腹泻/便秘症状。

⑤ 综合分析该宝宝便秘的原因，可能是由于奶粉冲调不正确引起的，建议调整冲调方式。可以补些膳食纤维、水苏糖、益生菌帮助宝宝预防、缓解便秘。如果宝宝便秘严重，建议及时就医，以免影响宝宝生长发育。

**样题二：总是开车带宝宝出去玩，想买个安全座椅，朋友送了一个增高垫安全座椅，不知道能不能给孩子用，请导购给做个合适的推荐？（不考虑价格因素）**

（潜在条件：宝宝14个月，体重20斤，身高82CM，车上有ISOFIX接口）

**考核知识点：**

① 14个月的宝宝还太小，不合适使用增高垫，使用增高垫的时候并不能保证安全带不通过他们的脖子或者是腹部，会有潜在的危险。低龄段的儿童，体能相对较差，骨骼也相对稚嫩，通过周边的全方位的保护，更安全的、理想。

② 现在的小孩长得相对较快，要结合孩子的年龄、体重、身高来选择安全座椅。

③ 要根据自己的汽车来选择儿童安全座椅，还要参考自己汽车的说明书，只有选择最适合自己汽车的安全座椅，才是最安全的。车上有ISOFIX接口，选择ISOFIX固定的安全座椅更安全。

安全座椅的安装方法

一、检查座椅是否有异味、头靠档位是否能卡牢、倾斜调节档位能否卡牢、安全带的调节器能否把安全带锁止、ISOFIX接口能否卡牢、安全带卡扣能否卡牢（且卡扣打开的力大约在4公斤到8公斤之间）

二、检查汽车与所要安装使用的安全座椅是否适配，对于需要安全带配合使用的应有“只在适用车型配备了腰带/3 点式/简易/带卷收器的安全带情况下才可适用。不能安装在前排和有安全气囊的汽座上使用。

三、弄清孩子体重和身高，找准孩子乘员对应使用的安全座椅组别。仔细看明白座椅的安装说明书，以及看明白座椅上的安装图，找准对应组别的安装方法。制造商有提供安装视频的，要仔细看清视频。

四、安全座椅的刚性部分和塑料部件正确放置安装，使他们正确地在车辆中使用，确保儿童座椅不被车里的活动座椅或车门卡住。不要让座椅与汽车部件、夹缝卡住，以免损伤座椅。在儿童座椅上确认好正确的安装路径、受力点。

五、确认好以上事项后按安装图把座椅固定好。检查安装的姶带路径是否正确，是否按正确的受力点标记安装（前向安装是红色/后向安装是蓝色受力点），有ISOFIX接口的，检查接口是否连接好，接口锁止标志是否变绿。再摇摇座椅，看座椅是否愰动。只有安装好后稳固的安全座椅，安全性才较高。

五、然后，正确地将儿童乘员约束或固定在安全区域，调整好安全带，检查安全带约束的松紧，检查肩带是否避开了孩子的脖子，查检腰带是否压在孩子的盆骨位置，检查安全带卡扣是否卡好。

六、将头靠高度、座椅背的颂斜度调整到舒适的档位。

**样题三：男宝宝2个月，目前使用的是某品牌纸尿裤，总是漏尿，是不是纸尿裤不好？什么样的纸尿裤更适合宝宝？买多少合适？帮助这位新手妈妈解决问题，并演示纸尿裤的正确穿法。**

（潜在条件：宝宝现在体重12斤，身高65CM，偏高瘦，每天大便3-4次，纸尿裤是朋友送的L号的拉拉裤，一般5-6个小时换一次纸尿裤。）

**考核知识点：**

① 发生漏尿的原因：A、穿戴方式不正确；B、尺码不合适；C、尿裤饱和；D、宝宝活动量大，尿裤变偏不对称；E、宝宝夜间趴睡，导致导流不良，前部尿液过多，容易漏尿。

② 一般NB号适合5公斤以下新生儿；S号适合3～8公斤；M号适合6～11 公斤；L 号适合 9 ～ 14 公斤；XL 号适合 12 公斤以上。 要给宝宝选择合适尺寸的纸尿裤，12斤的宝宝适合S号或者M号的纸尿裤。给宝宝选择纸尿裤需注意外包装上的型号、适用体重。

③ 拉拉裤专为宝宝爬行、学走路等场景设计，比纸尿裤更贴身、不易移位， 让宝宝活动更加自如。宝宝从 6 到 8 个月开始，肢体的活动就变得越来越丰富， 从开始翻身到学坐，学爬，学走路，妈妈给宝宝更换纸尿裤也变得越來越有挑 战性，这个时候就可以开始选择拉拉裤了。

④ 每条纸尿裤都不可以使用时间太长，否则宝宝容易得尿布疹。在宝宝大便后，一定要立即更换，这对防止红屁屁非常重要。

⑤ 体重12斤的宝宝适合S号、M号的纸尿裤，偏高瘦可以用一段时间的S号，体重15、16斤的时候换M号。每天6-8片，给宝宝穿纸尿裤时，背部要比腹部稍高一点，防止尿液从背部渗出。

纸尿裤的穿着方法

1、将宝宝裤子脱下，撕开旧纸尿裤的胶贴，单手提起宝宝双腿，双腿保 持屈曲状态，使其臀部提高。如果宝宝大便了，要用另一只手把旧纸尿裤较干 净的上部，由上向下抹，以清理粪便，再向内折叠旧纸尿裤，垫在宝宝臀下。

2、用 PP 湿巾，由前向后轻轻清理宝宝臀部，不要来回擦拭，防止细菌感 染宝宝尿道。

3、如用温水冲洗或擦拭，要用干纸巾或纱布拭干宝宝臀部水分。

4、拉直新纸尿裤，展平后腰部分垫在臀下，然后放下宝宝双腿。

5、按粘贴区指示粘贴。

6、纸尿裤防漏隔边向外拉一拉，以防侧漏。

**样题四：要去朋友家做客，给她家宝宝买些小吃的，请从道具箱中选出不合适该宝宝的零食并说明原因。**

（潜在条件：宝宝11个月，无过敏食物源）

**考核知识点：**

① 11个月的宝宝早已经添加辅食了，宝宝30个月左右乳牙才长齐，所以不宜过整、过硬的食物。

② 宜选择新鲜、天然、易消化的食物，如奶制品、水果、蔬类等食物；少选油炸食品和膨化食品。

辅食应保持原味，不加盐、糖以及刺激性调味品，保持淡口味。淡口味食物有利于提高婴幼儿对不同天然食物口味的接受度，减少偏食挑食的风险。淡口味食物也可减少婴幼儿盐和糖的摄入量，降低儿童期及成人期肥胖、糖尿病、高血压、心血管疾病的风险。

③ 由于孩子的月龄较小，尽量给宝宝选择专业的宝宝零食，如机能饼干、蛋酥馒头、酸奶小溶豆、磨牙饼干等产品，可搭配新鲜水果等，从这些食物中，宝宝不仅可以补充能量，品尝到各种滋味，也可摄取到维生素、纤维素、钙等营养素，是较为理想的零食。

④ 一岁前忌食蜂蜜，忌食果冻，不建议吃海鲜，不要喝非配方的牛奶或羊奶，1岁内的宝宝最好避免吃小麦粥；3岁内的宝宝，由于咀嚼吞咽的能力尚未健全，在食用某些不容易咀嚼烂的食物时，比如质地软绵粘性大的汤丸，还包括qq糖、花生酱等食物；1岁半以内的婴幼儿，最好不要喝豆浆；3岁内的宝宝，最好避免食用茶和巧克力。

**样题五：朋友家小孩100天（9月初)，想送个实用的礼品给她家宝宝。想送衣服和我玩具，觉得服装礼盒样式单一、不好看还不实惠，想搭配着送。请导购给做个合适的推荐？另外，怎么判定衣服和玩具是否安全呢？（不考虑价格因素）**

**考核方式：**

**请从衣架中选出适合的衣服，且从玩具中选择出适合送给该年龄段宝宝的玩具。**

（潜在条件：女宝宝，体重15斤，身高67CM，身材标准。）

**考核知识点：**

① 身高67cm，体重标准的宝宝可以选择73号或者80号的衣服。建议选择A类的，秋冬服装，内衣或者外出服都很实用。女宝宝，可以选择浅色系的。

② 婴幼儿及儿童纺织品有强制的国家标准，叫《婴幼儿及儿童纺织产品安全技术规范》，标准中对于织物，在甲醛含量、PH值、异味、重金属等方面都有严格的规定。规范中依据年龄不同，标准将儿童服装分为两类，适用于年龄在36个月及以下的婴幼儿穿着的为婴幼儿纺织产品，适用于3岁以上，14岁及以下的儿童穿着的为儿童纺织产品。 按安全要求的不同，标准将儿童服装安全技术类别分为A、B、C 三类，A 类最佳，B 类次之，C 类是基本要求。且要求婴幼儿纺织产品应符合A 类要求，直接接触皮肤的儿童纺织产品至少应符合B类要求，非直接接触皮肤的儿童纺织产品至少应符合C 类要求。

③ 3-6个月的宝宝适合玩具：牙胶；婴儿床镜子；健身架；按钮玩具；浴室玩具；不同触感的布料玩具等。

④ 购买玩具：一、要买有国家3C认证的产品。3C认证的全称为“强制性产品认证制度”，它是中国政府为保护消费者人身安全和国家安全、加强产品质量管理、依照法律法规实施的一种产品合格评定制度。二、要注意查看玩具生产厂家的资质。查看玩具上或玩具说明是否标注生产厂家的名字，厂址、生产日期，制作材料、适合年龄段、安全警示语、执行标准号、产品合格证等。