#### 睡头型篇

##### 避免刻意睡成扁脑袋

* 1. 这不利于新生儿大脑的发育，也影响面型和将来的颜值

##### 改变睡姿

* 1. 建议交替左侧卧位，平卧位，右侧卧位，帮助改善头型

##### 避免长时间一个姿势睡觉

* 1. 容易导致头部正常弧度被压平，发生偏头

##### 注意枕头高度

* 1. 要随着新生儿发育不断调整，避免影响脊椎发育，导致驼背问题