

<<怀孕倒计时>>

图书基本信息

书名：<<怀孕倒计时>>

13位ISBN编号：9787122035950

10位ISBN编号：7122035956

出版时间：2009-1

出版时间：化学工业出版社

作者：（美）麦吉（Magee, S.），（美）纳吉斯班迪（Nakisbendi, K.）编著，周娜，韩萍萍 等译

页数：278

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<怀孕倒计时>>

前言

在我作为一名产科医生的执业生涯中，我领悟到了很多事情，其中之一就是任何一次怀孕及生产都是独一无二的人生经历。

没有哪两次生产过程是雷同的。

唯一的相同点在于所有的怀孕妇女都会经历情感上的巨大波动。

有时是大喜和欢欣鼓舞，也有时是怀疑和担忧焦虑。

我就目睹过许多自信的女性（无论人生阅历或教育背景如何），对自己怀孕生产并成为一位优秀母亲的能力表示怀疑。

这种“前一分钟喜悦快乐、下一分钟便陷入恐惧与怀疑中”的现象被称为“怀孕神经官能症”，其病因多种多样，但根本在于我们（女性）对完全失去控制状态的恐惧。

我们计划着生活中的各个方面，甚至（如果幸运的话）计划好了我们怀孕的确切时间。

但从怀孕的那一刻起，孕妇们就行走在认为自己是正常的和感觉像是在进行一次科学实验的微妙界线上。

尽管我是一名妇产科专家，但当我成为一位母亲的时候，我也经历了同样的恐惧。

我对怀孕前饮下的红酒担心不已，又害怕如果运动过度，肚子里新植入的胚胎会脱落。

这本书中提到的消除恐惧的好建议可能使我们受益匪浅。

减少怀孕恐惧的关键在于掌握尽可能多的准确信息。

有许多关于怀孕的书籍可以告诉人们有关怀孕的细节与事实。

而《怀孕倒计时》一书的独特之处在于其中的情感细节。

在书中，苏珊·麦吉会引领你走过怀孕的每一个阶段，日日陪伴。

苏珊会让你觉得她具有读懂你心中所想的魔力。

她允许你毫无愧疚感地体验由怀孕引发的全程情感波动。

她甚至会让你为此自豪。

而同样不容忽视的是，苏珊将帮助你对你重要的另一半寄予合理的期望，从而让亲密的二人世界得以继续。

她探讨怀孕本质时的幽默及毫不掩饰的直白会使你感觉理直气壮、与正常人无异，让你深深为之吸引、手不释卷。

女性们质疑自己作为母亲的能力以及遗憾没有做得更好的事实使我惊奇。

无论我们在试图怀孕时付出了多少努力，失去了多少东西，或是在怀孕期间罹患了某种医学并发症，我们还是会无一例外地认为可以做得更多。

本书作者苏珊·麦吉将通过每天奉告有关怀孕的智慧箴言的形式，帮助你摆脱这些消极观念。

最重要的是，她将帮助你明白你将成为一位伟大的母亲，这是因为你非常关心自己和宝宝，并希望两者得到最好的照料。

<<怀孕倒计时>>

内容概要

《怀孕倒计时》一书的独特之处在于其中的情感细节。

在书中，苏珊·麦吉会引领你走过怀孕的每一个阶段，日日陪伴。

苏珊会让你觉得她具有读懂你心中所想的魔力。

她允许你毫无愧疚感地体验由怀孕引发的全程情感波动。

她甚至会让你为此自豪。

而同样不容忽视的是，苏珊将帮助你对你重要的另一半寄予合理的期望，从而让亲密的二人世界得以继续。

她探讨怀孕本质时的幽默及毫不掩饰的直白会使你感觉理直气壮、与正常人无异，让你深深为之吸引、手不释卷。

女性们质疑自己作为母亲的能力以及遗憾没有做得更好的事实使我惊奇。

无论我们在试图怀孕时付出了多少努力，失去了多少东西，或是在怀孕期间罹患了某种医学并发症，我们还是会无一例外地认为可以做得更多。

本书作者苏珊·麦吉将通过每天奉告有关怀孕的智慧箴言的形式，帮助你摆脱这些消极观念。

最重要的是，她将帮助你明白你将成为一位伟大的母亲，这是因为你非常关心自己和宝宝，并希望两者得到最好的照料。

<<怀孕倒计时>>

作者简介

作者：(美国)苏珊·麦吉 (Susan Magee) (美国)卡拉·纳吉斯班迪 (Kara Nakisbendi) 译者：周娜 韩萍萍

<<怀孕倒计时>>

章节摘录

倒计时259天—253天绝对真理 不能平分的“三月期”在这里，还有一件令人更加困惑的有关怀孕日程表的问题需要弄清楚。

由于您的孕期将持续40周，而40显然不能被3整除，所以您会发现每一个“三月期”的长度存在差异。有些书籍将12周定作第一个“三月期”的终点；而其他的书籍（例如现在您手里拿着的这本书）却以13周为界；其他分界方法在此就不赘言了。

但请您不要担心。

总体来说，只要您在晚上7点之前尚无困意或不再冲进浴室呕吐，那么毫无疑问，您的第一个“三月期”已宣告结束了。

医生的叮咛 识别早孕征象“想找到怀孕的早期征象么？”

当精子在输卵管与卵子结合并使之受精后，受精卵向子宫腔移动，并在子宫内膜内着床。

这时，您也许能够发现一些微小的点状出血。

这大约发生在月经前期，多数情况下是暗棕色的微量血滴，或是颜色稍浅的黏液状物质。

虽然并不发生在每一位孕妇身上，但无论其出现与否，都是正常的。

如果您真的发现了这种怀孕的最早征象，那么恭喜您，您怀孕了！

”——卡拉这时 购买至少3支验孕棒如果您将去购买马上就要派上用场的验孕棒时，一定要买上至少2~3支。

许多怀疑自己怀孕的女性，为了以防万一，过早地使用了验孕棒。

到了下一周，为了以防万一，她们会再测一次。

同样是为了以防万一，再一次。

所以，最低限度：您需要3支。

<<怀孕倒计时>>

编辑推荐

《怀孕倒计时》由化学工业出版社出版。

全程——每日一页，胎宝宝发育全程观察；细节——孕期280天，孕妈妈生活细节指导；权威——资深妇产科专家为妈妈宝宝的健康“保驾护航”。

倒计时第237天：一种叫人绒毛膜促性腺激素（hCG）的家伙“注册登陆”了，在它的影响下许多孕妇开始出现头晕、恶心、全身无力、心烦意乱等“怀孕症状”了。

倒计时第209天：能听到宝宝的胎音了。

倒计时第168天：宝宝有一只大鳄梨那么大了。

倒计时第167天：对你的另一半说：“亲爱的，我也很想你。

”倒计时第124天：医生建议你今天开始不要仰卧着睡觉了。

倒计时第42天：宝宝经常做梦了，他们还会用各种表情表达对梦的反应。

这是资深妇产科医生与知名作家的联袂之作与您分享怀胎9月和一朝分娩的体会和经验随时告知您宝宝的生长发育情况，满足您的期待资深妇产科专家为您和宝宝的健康“献计献策”温暖您怀孕和分娩的整个旅程……

<<怀孕倒计时>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>