

<<教出聪明宝宝-胎教全程指导>>

图书基本信息

书名：<<教出聪明宝宝-胎教全程指导方案-8位专家倾力打造权威孕育方案>>

13位ISBN编号：9787200063400

10位ISBN编号：7200063401

出版时间：2006-9

出版时间：北京出版社

作者：刘泽伦,蒋兴丽

页数：138

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>

## <<教出聪明宝宝-胎教全程指导>>

### 内容概要

《权威专家孕育方案&middot;教出聪明宝宝：胎教全程指导方案》指导准爸爸、准妈妈们对胎儿进行科学胎教。

科学胎教是从营养和环境两个方面对胎儿大脑的生长发育进行维护与促进。

在胎儿不同的生长阶段，合理运用相应的营养与环境胎教方法，促进胎儿大脑发育，让孩子一出生就聪明。

## &lt;&lt;教出聪明宝宝-胎教全程指导&gt;&gt;

## 书籍目录

Part1 认识胎教 (一) 古今中外话胎教1 胎教源于中国2 各国的胎教发展 (二) 正确认识胎教1 胎教不是教育2 胎教的实质——让胎儿拥有丰富的大脑3 胎教的作用——万丈高楼平地起4 有关胎教的一些有趣实验5 胎教与优生学的关系 (三) 科学胎教1 营养胎教2 环境胎教Part2 科学胎教的分子生物学基础 (一) 环境促进大脑生长的分子生物学基础1 音乐胎教2 语言胎教3 抚摩胎教4 光照胎教 (二) 营养维护和促进大脑生长的分子生物学基础Part3 优孕胎教——从孕前3个月开始 (一) 孕前消极优生学的准备1 禁止近亲结婚2 不要随意服用药物3 减少辐射4 注意常识 (二) 孕前积极优生学的准备1 选择最优的生育年龄2 选择适宜的受孕季节3 选择最佳受孕时机4 选择微观的受孕时间——排卵日做爱“一母生数子，数子各不同”的原因6 排卵前3~5天禁欲7 禁烟酒2个月以上8 2个月以上禁穿紧身衣，禁泡热水澡和洗桑拿9 半年以上实施安全期避孕10 优孕与和谐性生活11 进行深体位排精 (三) 孕前营养准备1 怀孕前进行科学、合理的体脂准备2 微量元素的补充3 常量元素的补充4 蛋白质的补充5 牛磺酸的补充6 叶酸的补充 (四) 孕前的健康咨询Part4 孕早期 (1~12周) 的胎教 (一) 胎儿在孕早期的发育特征1 受精卵的形成2 孕早期胎儿的发育过程 (二) 准妈妈孕早期的调适1 保持心态平和是准妈妈的法宝2 早孕反应的处理3 早孕期吃酸性食物好处多4 早孕妈妈的活动指导5 孕妇与饮料6 孕早期性生活 (三) 胎宝宝怕什么1 生病2 滥用药物3 心情不畅4 酗酒5 吸烟6 接受X线检查7 性生活不节制8 玩宠物9 不按时做产前检查 (四) 孕早期用药注意事项1 孕早期不可胡乱用药2 孕期用药5个级别 (五) 孕早期胎教——准妈妈和胎宝宝的安心世界1 孕妈妈的心态影响胎儿的感情2 早孕反应对胎教的影响3 孕早期胎教的主要内容Part5 孕中期 (13~27周) 的胎教 (一) 胎儿在孕中期的发育状况 (二) 胎儿大脑发育和饮食营养的关系1 胎儿大脑发育的阶段2 胎儿大脑重量的发育过程 (三) 孕中期的营养促进——营养胎教1 在碳水化合物充足的条件下蛋白质食物才有意义2 孕妇对蛋白质的误解3 孕妇营养素的补充 (四) 胎儿大脑急需DHA1 宝宝聪明三要素2 让宝宝更聪明的食物3 DHA该补充多少4 EPA是益脑的脂肪酸，不会造成性早熟5 其他脂肪酸6 对大脑有害的脂肪 (五) 怀孕24周后的环境胎教1 音乐胎教2 光照胎教3 抚摩胎教4 语言胎教 (六) 孕中期准妈妈的运动1 孕妇体操2 孕期游泳 (七) 孕中期生活指南1 摄取营养不要过剩2 孕妇一天要喝多少水3 服装穿着要科学4 保证睡眠5 是否需要打腹带Part6 孕晚期 (28~40周) 的胎教 (一) 胎儿在孕晚期发育各阶段的特点 (二) 孕晚期胎教1 音乐胎教2 抚摩胎教3 情绪胎教4 语言胎教Part7 胎儿出生后的教育衔接 (一) 新生儿早期教育至关重要 (二) 要继续给予新生儿发育初期的各种必要的刺激1 给予社会刺激，多与人交流2 给予养护刺激3 给予各种感觉刺激 (三) 帮助孩子形成健康的依恋附胎教儿回访录

## <<教出聪明宝宝-胎教全程指导>>

### 编辑推荐

你想让宝宝具有天生聪明的大脑吗？

先进的胎教理念，科学的胎教方法，权威的胎教方案！

胎教专家中国优生优育协会胎教专业委员会主任委员刘泽伦和“胎儿大脑促进方案”项目工程指导专家蒋兴丽，将在《权威专家孕育方案·教出聪明宝宝：胎教全程指导方案》中精心指导每一位准爸爸、准妈妈：通过营养与环境胎教，促进胎儿大脑发育！

不一样的环境，不一样的营养，不一样的胎教，不一样的大脑！

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>