第一图书网, tushu007.com

<<妊娠 分娩 产后 育儿百科>>

图书基本信息

书名：<<妊娠 分娩 产后 育儿百科>>

13位ISBN编号：9787229016036

10位ISBN编号：7229016037

出版时间：2010-3

出版时间：重庆

作者：孙念怙 编

页数：639

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

前言

生养与培育一个健康聪明的孩子，是天下所有父母的心愿。
十月怀胎，一朝分娩，是女人一生中最为幸福难忘的事情。
从计划要孩子开始到宝宝呱呱坠地，怎样才能让宝宝正常发育、健康成长成了每一对夫妇最为关注的问题。
本书分为妊娠、分娩、育儿、产后四大部分。
从讲解一个新生命的孕育与诞生开始，介绍了各种优生知识及孕前保健知识，并逐月详细讲述胎儿的生长情况和母体的变化等知识，全方位多角度地为准妈妈生活起居、饮食、心理调适、常见疾病预防等方面提供体贴入微的指导。
随着预产期的临近，准妈妈心中的紧张和慌乱也逐渐加剧，为缓解临产前准妈妈心中的紧张和慌乱，我们特别为准妈妈解读分娩的全过程，介绍多种分娩方式及注意事项，让准妈妈能轻松分娩，快乐迎接宝宝的来临。
与此同时，还特别关注了新妈妈产后康复，介绍新妈妈在产褥期身体变化和科学的生活护理、产后身体恢复、产后哺乳技巧、预防产后疾病的方法。
初为人父人母，如何正确护理宝宝是件头痛的事，为此本书详细讲解了新生儿与婴幼儿的生长发育、保健护理、日常喂养、常见问题与应对技巧、常见疾病的防治与护理等知识，让宝宝能在父母的呵护下健康快乐地成长。
本书内容丰富，语言通俗易懂，并配以诙谐活泼、亲切生动的插画，通过各种形式细说妊娠、分娩、产后、育儿的每个环节，让每一位父母都能从中受益。
希望本书成为你科学孕育宝宝的指导手册，为你生儿育女提供全方位的指导和帮助。
同时，祝愿每一位准妈妈都能快乐、健康地度过孕期和产褥期！
祝愿天下所有父母都能如愿以偿——拥有一个健康、聪明的孩子！
祝愿每一个宝宝都能在父母无微不至的照顾下健健康康、快快乐乐地长大成人！

内容概要

《妊娠分娩产后育儿百科》分为妊娠、分娩、育儿、产后四大部分。
从讲解一个新生命的孕育与诞生开始，介绍了各种优生知识及孕前保健知识，并逐月详细讲述胎儿的生长情况和母体的变化等知识，全方位多角度地为准妈妈生活起居、饮食、心理调适、常见疾病预防等方面提供体贴入微的指导。
随着预产期的临近，准妈妈心中的紧张和慌乱也逐渐加剧，为缓解临产前准妈妈心中的紧张和慌乱，我们特别为准妈妈解读分娩的全过程，介绍多种分娩方式及注意事项，让准妈妈能轻松分娩，快乐迎接宝宝的来临。
与此同时，还特别关注了新妈妈产后康复，介绍新妈妈在产褥期身体变化和科学的生活护理、产后身体恢复、产后哺乳技巧、预防产后疾病的方法。
初为人父人母，如何正确护理宝宝是件头痛的事，为此《妊娠分娩产后育儿百科》详细讲解了新生儿与婴幼儿的生长发育、保健护理、日常喂养、常见问题与应对技巧、常见疾病的防治与护理等知识，让宝宝能在父母的呵护下健康快乐地成长。
《妊娠分娩产后育儿百科》内容丰富，语言通俗易懂，并配以诙谐活泼、亲切生动的插画，通过各种形式细说妊娠、分娩、产后、育儿的每个环节，让每一位父母都能从中受益。
希望《妊娠分娩产后育儿百科》成为你科学孕育宝宝的指导手册，为你生儿育女提供全方位的指导和帮助。
同时，祝愿每一位准妈妈都能快乐、健康地度过孕期和产褥期！
祝愿天下所有父母都能如愿以偿——拥有一个健康、聪明的孩子！
祝愿每一个宝宝都能在父母无微不至的照顾下健健康康、快快乐乐地长大成人！

作者简介

孙念怙，优生优育及遗传学专家。
1954年毕业于北京协和医学院，师从著名妇产科专家林巧稚教授，接受了严格、正规的医学基础及临床技能训练。
历任北京协和医院妇产科住院医师、总住院医师、主治医师、教授。
中国遗传性疾病及先天性疾病产前诊断领域创始人，至今仍担任卫生部遗传性疾病及先天性疾病产前诊断领域顾问。
在近六十年的医疗实践中，总结、积累了丰富的临床工作经验，特别在处理产科疑难及危重病例时，技术精湛、业务娴熟，成功地挽救了许多患者的生命，深受广大患者和同行的尊敬和信赖。

<<妊娠 分娩 产后 育儿百科>>

书籍目录

第1章 孕前准备，怀上最健康的一胎先做好心理准备想要宝宝，做个周全的孕前计划健康科学的生活方式准妈妈应回避的工作孕前应治疗的疾病孕前应接种的疫苗孕前应该做的检查项目高危妊娠要谨慎爱心小贴士高危妊娠后的一些危险因素生命从精子和卵子开始受孕的过程合理安排受孕时机自测排卵日最佳受孕体位最易受孕的性交频率性高潮有助于受孕“酸儿辣女”不科学生男生女的奥秘应当了解的数字自然流产如何预防自然流产胎停育及其预防导致胎停育的原因及预防爱心小贴士避免盲目保胎宫外孕及其预防什么是宫内感染弓形虫病危害大最佳怀孕情绪准妈妈的优生饮食如何预防“缺陷宝宝”新婚不宜立即怀孕酒后不宜怀孕吸烟对优生不利爱心小贴士长期服药者不宜立即怀孕刚接受X光照射者不宜立即怀孕流产后最好一年后再怀孕孕前不要食用黑棉子油口服避孕药会影响优生吗停服避孕药后多久再怀孕比较合适避孕期间怀孕怎么办母子血型不合是怎么回事母子血型不合怎么办受孕要选季节最佳年龄组合科学安排受孕日面对异常生育史的再孕风险促排卵药物与胎宝宝健康担心精子和卵子质量问题准爸爸应注意的问题爱心小贴士脆弱的精子遗传病及其特点向专家做遗传咨询患有哪些遗传疾病的人不宜生育近亲结婚不可取宝宝会遗传哪些因素母亲容易遗传给宝宝的疾病五种疾病传男不传女九种疾病传女不传男唇腭裂是否遗传父母与子女的血型什么是不孕不育服用长效避孕药对生育的影响素食者要谨防不孕症推迟怀孕也可导致不孕如何预防女性不孕症如何预防男性不育症科学饮食，预防女性不孕科学饮食，预防男性不育人工受孕，解“无后”之忧人工授精有哪几种第2章 孕期保健，细节决定健康自测怀孕爱心小贴士如何计算孕周识别假孕的真相自己推算预产期怀孕后为什么老爱发脾气准妈妈怎么变丑了孕1月：迎接我的幸“孕”儿(0～4周)孕2月：不安中的等待(5～8周)孕3月：谨慎加小心(9～12周)孕4月：踏上征程(13～16周)孕5月：第一次的胎动(17～20周)孕6月：爱的互动(21～24周)孕7月：大肚皮的快乐(25～28周)孕8月：快乐的沟通(29～32周)孕9月：甜蜜的期待(33～36周)孕10月：痛并快乐着(37～40周)过期妊娠爱心小贴士孕妇和家人应自我监测胎动次数和胎心音胎宝宝的变化选择一家合适的医院产前常规的化验检查怀孕1～3个月体检备忘录怀孕4～6个月体检备忘录爱心小贴士怀孕6个月时准妈妈注意事项怀孕7～9个月体检备忘录产前特殊检查检查羊水细胞的方法胎宝宝成熟度的检查胎宝宝的绒毛细胞检查唐氏儿筛查办理(《母子健康档案》胎宝宝镜检查爱心小贴士胎心听诊一颗小豆子真正的胎宝宝胎宝宝在子宫内的运动胎宝宝在子宫内的触觉胎宝宝在子宫里的呼吸胎宝宝可以看见光了胎宝宝听见声音了胎宝宝的嗅觉胎宝宝会撒尿胎宝宝会发脾气胎宝宝会记忆胎宝宝的心灵感受胎宝宝的守护神孕妇不宜有精神压力准妈妈不宜涂风油精和清凉油爱心小贴士不宜盲目保胎准妈妈宜远离电磁辐射准妈妈不宜使用电热毯准妈妈宜学会记录妊娠日记婚后第一胎不宜做人流不宜过早进行B超检查准妈妈忌自行服药准妈妈忌多吃酸菜孕妈妈不宜过多吃肉爱心小贴士准妈妈呕吐切忌多服维生素孕妈妈不宜多吃方便面一定要戒烟戒酒准妈妈宜用木梳梳头不要在居室地上铺地毯孕妇忌睡席梦思床准妈妈不宜做香薰美容准妈妈不宜戴隐形眼镜怀孕初期不宜进行牙科治疗准妈妈居室不宜摆放花草准妈妈忌过多进行日光浴爱心小贴士孕妇忌多闻汽油味孕妈妈不宜盆浴和坐浴准妈妈孕一月饮食指导准妈妈孕二月饮食指导准妈妈孕三月饮食指导准妈妈孕四月饮食指导准妈妈孕五月饮食指导准妈妈孕六月饮食指导准妈妈孕七月饮食指导准妈妈孕八月饮食指导准妈妈孕九月饮食指导……第3章 准爸爸的功课，做妻子坚强的后盾第4章 轻松分娩，痛并快乐着第5章 产后康复，漂亮妈妈健康塑身计划第6章 新生宝宝，生长发育与科学喂养第7章 关注宝宝的每一天第8章 1～3岁幼儿，聪明宝宝成长必读第9章 婴幼儿，教你正确养护宝宝第10章 儿童常见疾病，预防与调养第11章 家庭安全，急救方法

章节摘录

插图：每对夫妻都有他们自己的性生活方式，也有他们自己最舒适的性交体位。
但是就受孕而言，一般仍是采用男上女下的体位。
因为女方在下平躺仰卧，双腿分开，双膝微弯，有利于阴部松弛和阴门开放，这就为男子将精液排泄到阴道深部——阴道穹窿部创造了有利条件，并可以使整个子宫颈外口都能接触精液，当宫颈外口浸泡在“精液池”中时，精子就会主动进入宫颈口，使得精子迅速进入宫腔到达输卵管与卵子结合。
现实生活中，有些女性阴道较短浅，性交后精液常会自动外流，这时可以用枕头或其他柔软物品适当垫高臀部，形成一个“人工槽”，防止精液外流，让精液尽可能多地在阴道内储存，为精子的活动提供良好条件。
相对而言，女上男下位、侧位、背附位、坐位、站位等性交体位不利于受孕。
性交的频率对受孕也有一定的影响，一般3～5天性交一次受孕的概率较大。
医学研究表明，人的性交频率是随着年龄增长而逐渐下降的。
古代医学家总结了男子性交的频率，如《医心方》中认为：20岁者2日1次，30岁者3日1次，40岁者4日1次，50岁者5日1次，而年过60者则不宜多泄精。
这个性交频率与现代性医学研究结果基本一致。
但是由于每个人体质有强有弱、情绪有高有低、工作有松有紧，生活水平也不尽相同，因此性交频率也会有所差异。
从怀孕的角度分析，性交的频率既不可过频，也不可过度节欲。
如果性交过频，会由于精子数量减少等原因不利于怀孕；而过度的节欲，如十天半月1次，由于精子的老化或错过了妻子的排卵日期也不利于受孕。
优生学家指出，如果女性在性生活中达不到性高潮，则不利于受孕和形成优良的受精卵。
这是因为女性性高潮会使精子在阴道中的运动能力增强，便于精液储存于阴道内，还可以促使闭锁的子宫颈口松弛张开，易于精子的进入，从而使更多强壮而优秀的精子与卵子有结合的机会，利于形成优良的受精卵。

编辑推荐

《妊娠分娩产后育儿百科》由北京协和医院妇产专家林巧稚最得意弟子孙念怙倾力指导。
最新专家指导版，优生专家呵护母婴健康!科学实用的孕产指南，贴心翔实的养育指导。
全面详细的父母须知，权威专家的育儿提示。
《妊娠分娩产后育儿百科》诠释了一个新生命的孕育与诞生、新生儿的哺育、婴幼儿的养育过程，对妊娠、分娩、育儿全程关注，并配有温馨而生动的漫画，是科学孕育宝宝的权威指导手册，是新手父母最贴心的专家顾问。
快速检索 轻松阅读孕前准备如何生个健康聪明的宝宝、遗传病与优生、不孕不育之说……孕期保健准妈妈体检手册、孕期生活宜忌、孕期饮食、孕期的常见病症状及处理方法、孕妇保健与自我护理、异常妊娠及需要注意的妊娠现象、胎教与养胎……准爸爸的功课自我健康准备、准爸爸生活宜忌、做妻子贴心的心理医生、做妻子称职的家庭营养师、产前准备及采购指南……轻松分娩分娩准备、分娩须知、分娩进行中、多种分娩方式、异常分娩巧处理……产后健康产后哺乳技巧、坐月子的几件事、产后护理与保健、产后营养与健康食谱、产后身体恢复、产妇常见病症、产后性事……宝宝生长发育与科学喂养喂养与日常护理、新生儿体格锻炼、亲子按摩图解、智能教育、宝宝常见疾病……医生教你正确养护宝宝健康体检与预防接种、常见问题与应对技巧、家庭常用护理方法……幸“孕”280天，从这里开始！

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