第一图书网, tushu007.com

<<胎教-一天一小时.向胎儿传递智慧讯>>

图书基本信息

书名：<<胎教-一天一小时.向胎儿传递智慧讯息>>

13位ISBN编号：9787506276528

10位ISBN编号：7506276526

出版时间：2006-3

出版时间：世界图书出版公司

作者：姜妍京

页数：189

字数：297900

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

内容概要

本书详细介绍了孕期各阶段胎儿的生长发育和准妈妈的身体变化，以及孕妈妈各阶段的注意事项、表现症状以及解决方式。
依照各个阶段胎儿的生长发育，分别讲述了科学、明确的胎教方法。
如：饮食胎教、香气胎教、音乐胎教、童话胎教、胎谈胎教、英语胎教以及有益于妈妈和胎儿的高营养食物和愉悦身心的瑜珈胎教和冥想法。
并就胎教乐曲的具体曲目，饮食食谱的制作步骤，童话阅读的方法技巧，香气胎教的具体操作，胎谈胎教的要点，英语胎教的教材等都作了细致的说明，从饮食、环境、运动、着装、睡姿和心态等方面全面地帮助准妈妈有条不紊地实施和胎儿的胎教互动。
　　另外，本书在讲授科学胎教的同时，专门结合孕期容易出现的急躁、不安、甚至恐惧的情绪，介绍了转换心情的方法。
如：拼布、十字绣、编织、毛毡手工等，陶冶情操的同时，让准妈妈们更加深入地体会到宝宝即将到来的事实，更好地完成角色的转换和心理的认可。
这些正是本书的独特性之所在。

作者简介

作者：(韩)姜妍京

书籍目录

message聆听胎教音乐CD的方法DIY基本技巧　拼布·十字绣·编织·毛毡手工DiY胎教中介绍的物品实物step 01　1-12周　怀孕初期酌眙教笔记　妈妈的身体变化和胎儿的成长　胎儿不同成长阶段的饮食胎教　有益于妈妈和胎儿的高营养食物　愉悦身心的瑜珈胎教和冥想法　刺激嗅觉的香氛胎教　怀孕初期的音乐胎教　怀孕初期的童话胎教　怀孕初期的胎谈胎教　怀孕初期的英语胎教　体现至诚母爱的胎教DIY　爸爸应该这样贴心周到step 02 13-28周　怀孕中期的眙教笔记　妈妈的身体变化和胎儿的成长　胎儿不同成长阶段的饮食胎教　有益于孕妇和胎儿的高营养食物　怀孕中期的瑜珈胎教　怀孕中期的香气胎教　怀孕中期以后的音乐胎教　怀孕中期的童话胎教　怀孕中期的胎谈胎教　怀孕中期的英语胎教　从怀孕中期开始的脑呼吸胎教（气胎教）　促进感性发育的视觉胎教　用十字绣装饰的新生儿用品　爸爸应该这样贴心周到step 03 29-40周　怀孕后期的眙教笔记　妈妈的身体变化和胎儿的成长　胎儿不同成长阶段的饮食胎教　有益于妈妈和胎儿的高营养食物　怀孕后期的瑜珈胎教　怀孕后期的香气胎教　怀孕后期的音乐胎教　怀孕后期的胎谈胎教　怀孕后期的英语胎教　手工编织帽子和鞋子　爸爸应该这样贴心周到step 04　孕妇和胎儿的购物请单　用于香气胎教的香精油　有利于健康的孕妇内衣　有益于孕妇的健康料理材料　利用工艺毛毡制作玩具plus　info．令孕妇保持愉悦心情的健康信息　早期流产的预防和各类症状的应对方法　怀孕初期的饮食安排　克服害喜症状的妙方　用阴阳五行确定适合自己的胎教方法　孕期的正确饮食　怀孕中期保持良好睡眠的生活法则　预防早产儿的孕期生活守则　怀孕后期的饮食计划　打造顺产体质的生活方法

章节摘录

书摘妈妈的身体变化和胎儿的成长　怀孕最初的三个月，其中第一个月是指从最后一次月经首日起算的四周时间。
受精后7～10天，受精卵完成细胞分裂，在子宫内着床。
一直到怀孕三个月左右时，胎儿才能够从母体吸收营养，开始正式的成长。
怀孕最初的三个月是妈妈较为痛苦的三个月，伴随着害喜的出现，身体倦乏，腹部日益隆起。
有研究表明，胎儿将要使用一生的脏器就是在这一时期开始发育的，而且大脑也在此时形成。
由此可见，怀孕初期对孩子的终生健康起到了决定性作用。
下面就让我们了解一下有关这一阶段的基础知识。
妈妈　怀孕第一个月是从最后一次月经首日起算的四周时间。
此时仍然感觉不到异常症状，是否怀孕需要等到月经预定日之后1周以上的时间，即怀孕5周后方可确知。
虽然几乎没有怀孕征兆，但体质敏感的人会感到浑身乏力，身体微微发热，有几分像感冒。
这一时期的胎儿在子宫内膜上着床，子宫有如鸡蛋般大小，子宫内膜因为受精卵的着床变得更柔软、更厚实。
胎儿　月经周期规律的妈妈一般在月经预定日2周前开始排卵。
第三周时精子和卵子结合为受精卵，第4周左右时在子宫内膜着床。
在子宫壁着床的胎儿长约0．2cm，体重1g左右，头部占身体的一半，身后拖着一个尾巴，从外形上看就像一条鱼。
虽然此时胎儿的外表尚不具备人的特征，但性别、肤色、发色、眼皮的单或双以及身高等多数遗传特质已经定性。
爸爸　获悉妻子怀孕的消息后，丈夫应当表现得满怀喜悦。
在即将踏上长达10个月的怀孕旅途的此刻，如果丈夫能够因为妻子怀孕而欣喜、感动，作为妻子会更加珍视，感谢胎儿降临。
身为丈夫也需要掌握胎教的方法，应当阅读两本以上有关胎教和怀孕的书籍，和妻子一同制定胎教计划。
胎教要领　如果夫妇二人准备怀孕，应当尽量远离×线并注意药物的服。
用。
因为柔弱的胎儿极易受到此类外部因素的侵害。
若有抽烟或饮酒的不良嗜好，则必须加以戒除。
孩子的第一张B超照片　B超诊断装置利用了超声波遇到物体发生反射的特性，因而能够照出胎儿。
怀孕初期进行B超检查，可以确认是否正常受孕，心率是否稳定，以及受精卵是否在子宫内顺利着床。
通过B超还可以计算出怀孕周数和准确的分娩预定日。
怀孕中期进行B超检查，可以辨别胎儿的性别，还能够检测出胎儿是否畸形。
当然．法律上是禁止医院通过B超为孕妇及其家属查看胎儿的生殖器，或告知胎儿性别的。
另外，孕妇还可以通过B超预先了解胎盘是否为前置胎盘(分娩前血管块堵塞阴道口，阻碍胎儿自然分娩的现象)，以确保分娩的安全。
如果属于前置胎盘的情形而又浑然不知，强行引导自然分娩，会给孕妇和胎儿双方带来危险，而B超检查则有效地遏制了此类问题的发生。
医生的建议：看B超照片的方法①“＋” 标识“ x ”标识 用于测量胎儿的周身、大腿、头部等的长度标识．在测量部位的两端做出标记后．再测量其间的长度。
②AC 表示腹围。
③GS 表示怀孕初期胎儿的容身之所——“ 胎囊 ”的大小。
主要用来确认怀孕与否，但并不能根据该数值计算分娩预定日。
只要胎囊位于子宫内，且能够确认心跳，就可以断定为正常受孕。

④AGE 怀孕周数。
根据B超检测出的胎儿大小的数值，计算当日为怀孕第几周或第几天。
⑤DEL 以胎儿大小为依据计算出的分娩预定日。
怀孕初期重新计算怀孕周数时，以该数值为基准进行计算。
⑥日期·时间 确诊日期和时间。
便于了解照B超的时间，并据此整理照片。
⑦CRL 从头部到臀部的长度。
怀孕8～11个月时胎儿发育的个体差异较小．从这一肘期起，可以精确地测量出胎儿的大小。
该数值用于计算分娩预定日。
⑧W·D W代表怀孕周数，D代表天数，例如：“ 33W3D ”表示进入怀孕第33周第3天。
⑨BPD 头部左右两侧最长部位的直径。
怀孕12～15周左右时，该数值用于计算怀孕周数和分娩预定日，此后用于检测胎儿的发育状况。
⑩FL 表示大腿部骨骼的长度，即大腿部底端到膝盖的长度。
与BPD同为衡量胎儿发育状况的指标。
P14-15插图

媒体关注与评论

书评一个生命孕育的过程，也是父母和孩子约会的过程。
十月怀胎，在孩子探索和成就完整生命的神奇的旅行中，如何为孩子创造最好的生存环境?如何让孩子的潜质得到最好的培养?如何和孩子共度这段曼妙的时光?如何给孩子最好的礼物？
一天一小时，向胎儿传递智慧讯息！
本书分别从怀孕初期、中期、后期三个不同阶段为准爸爸、准妈妈针对胎教方法提供科学指导，最大限度地发展胎儿的潜能，最大程度优化孩子的情操和身体素质，为你的孩子创造无限梦想。

编辑推荐

一个生命孕育的过程，也是父母和孩子约会的过程。
十月怀胎，在孩子探索和成就完整生命的神奇的旅行中，如何为孩子创造最好的生存环境?如何让孩子的潜质得到最好的培养?如何和孩子共度这段曼妙的时光?如何给孩子最好的礼物？ 一天一小时，向胎儿传递智慧讯息！
本书分别从怀孕初期、中期、后期三个不同阶段为准爸爸、准妈妈针对胎教方法提供科学指导，最大限度地发展胎儿的潜能，最大程度优化孩子的情操和身体素质，为你的孩子创造无限梦想。

第一图书网, tushu007.com
<<胎教-一天一小时.向胎儿传递智慧讯>>

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