

<<妊娠分娩育儿速查手册>>

图书基本信息

书名：<<妊娠分娩育儿速查手册>>

13位ISBN编号：9787506473682

10位ISBN编号：7506473682

出版时间：2011-4

出版时间：中国纺织出版社

作者：林洪波 主编

页数：390

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>

## <<妊娠分娩育儿速查手册>>

### 内容概要

十月怀胎，是一段既神圣又美丽的生命历程。

为了帮助准妈妈们做好孕前调适，确保母婴平安健康，轻松掌握分娩技巧，做好月子保健，带出健康聪明的宝宝，我们特组织著名孕育专家编写了这本书。

本书内容丰富，对妊娠、分娩、产后、育儿全程关注，对孕前、孕中、产中、产后、婴儿护理等方面的知识进行了全面、系统的阐述，详细地告诉准妈妈和新手父母在不同时期应如何调适心理，遇到紧急情况该怎样去应对，怀孕前后如何进行优生胎教，妊娠及产后该摄取哪些营养，孕育期生活上的宜与忌，新生儿和周岁内的婴儿怎样护理与喂养，怎样培养孩子的体格和智能等。

本书文字通俗易懂，并配以亲切生动的图画，是科学孕育宝宝的指导手册，是新手父母和准妈妈们孕产保健的贴心顾问，它将陪伴你度过幸福无比的孕产养育期。

## <<妊娠分娩育儿速查手册>>

### 作者简介

林洪波，北京大学深圳医院生殖医学科主治医师，1988年毕业于四川大学华医学中心，长期从事一线妇产临床和教学工作，有近二十年妇幼保健门诊经，特别是在孕产妇保健、产前诊断等方面经验丰富，在营养学与临床慢性疾发病机制的相关性研究方面卓有建树，擅长处理妇产科各种疑难病症，曾在各种医学杂志发表论文和科普文章多篇。

## <<妊娠分娩育儿速查手册>>

### 书籍目录

#### 第一部分 优生与怀孕

##### 1. 优生常识

如何做好优生

优生的五要素

母子血型与优生

怎样避免产生畸形儿

不良环境对准爸爸的影响

让宝宝继承你的聪明才智

高龄孕妇怎样才能生出健康宝宝

##### 2. 怀孕禁忌与预防

婚后不宜立即怀孕

春节期间不宜怀孕

避孕期间不宜怀孕

早产及流产后不宜立即再孕

长期用药的妇女停药后不宜立即怀孕

刚受过 X 光照射的妇女不宜立即怀孕

身体疲劳时不宜怀孕

##### 3. 病患者的孕育

孕前需预防习惯性便秘

肺结核病患者可以怀孕吗

心脏病患者可以怀孕吗

高血压患者可以怀孕吗

肾脏病患者可以怀孕吗

肝炎患者可以怀孕吗

糖尿病患者可以怀孕吗

甲亢病患者可以怀孕吗

有哪些性传染疾病不宜怀孕

##### 4. 孕前生活要点

作好孕前计划

准爸爸的孕前准备

什么时候开始作孕前检查

孕前的心理准备

孕前的营养准备

孕前应补充的营养

肥胖者的孕前营养

体重过轻妇女的孕前饮食

进行迎接妊娠的情感准备

孕前的衣食住行

孕前要戒烟

孕前须戒酒

孕前要谨慎用药

怀孕前应做的防疫方案

怀孕前应调换的工作

学会记录妊娠日记

##### 5. 受孕时机

## <<妊娠分娩育儿速查手册>>

女性最佳生育年龄

抓住最佳的生育季节

最佳怀孕时间的选择

调整好排卵期的精神状态

优生的前提：高质量的受孕

利用好生物节律

第二部分 孕妇保健

1.怀孕第1个月

小宝宝的成长

孕妈妈身体的变化

营养搭配要求

注意防“畸”

怎么知道自己怀孕了

什么是妊娠早期反应

如何克服早孕反应

如何应付孕期呕吐

不宜凭借药物抑制“孕吐”

出现妊娠早期反应怎样调整饮食

早孕反应太剧烈不宜保胎

识别假孕

孕妇的早期检查

孕妈妈用药的原则

孕妇不宜服用的中草药

对胎儿有影响的西药

怀孕后不能服用安眠药

怀孕后常吃酵母片的好处

孕妈妈应回避的工作

孕妈妈要预防腮腺炎

慎防宫外孕

孕期性生活注意事项

2.怀孕第2个月

小宝宝的成长

孕妈妈身体的变化

营养搭配要求

能促进胎儿大脑发育的食物

可促进胎儿智力发育的食物

准妈妈内衣的选择

科学选用乳罩

孕妈妈切莫浓妆艳抹

怀孕期间头发的保养

孕妇应禁用的化妆品

孕妇洗澡有讲究

孕妇不宜长时间看电视

孕妈妈应避免的家务劳动

孕妈妈要远离农药

孕妈妈不可大笑

孕妈妈不宜作CT检查

<<妊娠分娩育儿速查手册>>

妊娠早期应防止感冒  
孕妇不宜使用利尿剂  
孕妇不宜服用驱虫药和泻药  
孕妇忌在月圆之夜行房事  
孕妇尿频怎么办  
葡萄胎的诊治

.....

第三部分 胎教知识  
第四部分 分娩方案  
第五部分 产后保健  
第六部分 新生儿成长发育与保健  
第七部分 婴儿养育

<<妊娠分娩育儿速查手册>>

章节摘录

版权页：插图：

## <<妊娠分娩育儿速查手册>>

### 编辑推荐

《妊娠分娩育儿速查手册》为新手父母和即将成为父母的读者提供关于怀孕、分娩和宝宝养育等各种问题的解决方案，既有作者多年来在临床和咨询工作中积累下来的经验，也融汇了国内外医学界关于怀孕、分娩和宝宝养育方面的丰富资讯，并配以大量的插图。

书中内容都是从中国宝宝的实际情况出发，是中国人自己的孕产育儿百科。

专家审订：由著名的孕育专家担当主编，为您提供全面、系统、专业、权威的孕产养育指导，让您的孕育更科学，让您的宝宝更健康！

全程指导：一本体贴孕妇、呵护宝宝的孕育百科全书！

内容点点滴滴，关爱实实在在，切实简明实用：可行、丰富多样的全程陪护方案，如同时刻守候在身边的妇幼保健医生，为您制订专业科学的孕育计划。

涵盖了从怀孕准备期、孕期、产后恢复期，到宝宝成长发育阶段的全过程，全程解答新手父母关注的孕产养育的所有难题，一册在手，通览孕产养育细节。

不一样的孕育，不一样的未来！

倾力打造最适合东方女性的孕育指南。

全面解答东方女性最关注的孕育问题。

妊娠期的全程呵护，分娩期的贴心关爱，产后期的健康指导，育儿期的科学规划。

著名孕育专家权威打造。

全面、科学、实用。



<<妊娠分娩育儿速查手册>>

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>