

<<胎教有方大百科>>

图书基本信息

书名：<<胎教有方大百科>>

13位ISBN编号：9787510107580

10位ISBN编号：751010758X

出版时间：2011-8

出版时间：中国人口出版社

作者：张秀丽

页数：424

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>

<<胎教有方大百科>>

书籍目录

第一章 第1个月 小种子正在悄悄发芽

本月胎教要点

胎宝宝在发育

关于280天孕期

生命的缘起，一枚负有特殊使命的卵子

生命的缘起，最优秀的那条精子

精卵相遇，受精卵形成

受精卵形成，胎宝宝生命之旅正式启动

胚胎开始生长发育，胎宝宝子宫扎根

你需要了解的知识

从计划怀孕起，就要注意用药

学会测量基础体温，算准排卵日

排卵日是受孕的好日子

会用早孕试纸，第一时间知道喜讯

怀孕征兆，快速判断怀孕的信号

千万别把怀孕症状当感冒

胎教在生活的点滴中

广义胎教和狭义胎教同时进行

.....

第二章 第2个月 蚕豆大的胚胎也能感知心情

第三章 第3个月 小人儿开始有模有样了

第四章 第4个月 你真实地感受着他的存在

第五章 第5个月 恍若蝶翅轻划而过的胎动

第六章 第6个月 胎动宝宝躲在子宫聆听

第七章 第7个月 越来越爱动的胎宝宝

第八章 第8个月 和妈妈的相处越来越融洽

第九章 第9个月 越来越漂亮的胎宝宝

第十章 第10个月 小天使就要降临

第十一章 0-1个月新生儿

<<胎教有方大百科>>

章节摘录

版权页：插图：准爸爸如何参与到胎教中来，准爸爸参与胎教的方式有很多，不仅仅是跟胎宝宝说说话、讲讲故事，提高自己的身体素质和照顾孕妈妈也是胎教内容之一，主要包括：关心、爱护、体贴孕妈妈，让孕妈妈多体会家庭的温暖，避免孕妈妈有愤怒、惊吓、恐惧、忧伤、焦虑等不良情绪的刺激，保证孕妈妈能心情愉快、精力充沛地度过孕期。

主动承担家务，协助孕妈妈做好保健，避免感冒，特别是风疹，以免引起胎儿畸形。

给予孕妈妈合理的营养，胎儿形成的关键时期若缺乏营养，会影响正常的发育，还常常会引起流产、早产、死胎、畸形等。

当出现妊娠反应时，更应细心地照顾好孕妈妈的饮食：坚持进食，做到少吃多餐，饮食以避油腻、易消化为原则，尽量选择富含蛋白质、碳水化合物、维生素的食物，如牛奶、豆浆、蛋类、蔬菜、水果等。

妊娠中期，胎儿生长发育加快，不仅需要给予充足的营养，还要多饮水，并增加含维生素多的食物，保持大便通畅。

为孕妈妈布置一个安静舒适的生活环境，不宜经常有强烈噪声刺激，光线要明亮柔和，搞好室内、外卫生，防止感染疾病。

戒烟忌酒，节制房事，提醒孕妈妈注意劳逸结合，适当做些家务和必要的活动，切不可偏激而过度保护。

积极支持孕妈妈为胎教而做的种种努力，并主动参与进来，如一同对胎儿讲故事等。

<<胎教有方大百科>>

编辑推荐

《胎教有方大百科》：指导专家 / 黄醒华，首都医科大学北京妇产医院主任医师，首都医科大学硕士生导师、教授，中华预防医学会妇女保健学会主任委员。

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>