

<<孕产期全程专家方案>>

图书基本信息

书名：<<孕产期全程专家方案>>

13位ISBN编号：9787510110702

10位ISBN编号：751011070X

出版时间：2012-4

出版时间：中国人口出版社

作者：蔡慧珍

页数：180

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>

<<孕产期全程专家方案>>

内容概要

怀孕伊始，每个准妈妈已经开始对分娩充满了向往，但同时又微微地担心。

如何顺利地迎接宝宝的出生，走上平安分娩路是每位准妈妈的希望。

分娩究竟有多痛，如何选择合适的分娩方式，如何待产，如何顺利走过产程三阶段……蔡慧珍编著的《孕产期全程专家方案》将为你一一解答。

本书还将传统坐月子的方法进行了科学系统的更新，结合了现代健康生活的观念。

从新妈妈饮食、心理、疾病等方面讲解了如何科学坐月子，如何合理补充营养与调理身心平衡，如何在最短时间内恢复体力，提供了完整的保养知识与诀窍，确保妈妈身体复原与心理健康，确保宝宝健康成长和家庭的美满幸福。

<<孕产期全程专家方案>>

作者简介

北京妇产医院产科主任医师、教授 蔡慧珍 编著

北京妇产医院准妈妈课堂的主讲人

中华医学会妇产科分会副主任委员中国医师协会妇产科分会副会长 1982年毕业于西安医学院医疗系；1986年研究生毕业于同济医科大学妇产科；曾任北京医学院第一附属医院妇产科住院医师；2002任北京妇产医院产科主任医师、教授。

至今已完成剖宫产、产钳、臀位助产等手术上万例。

对孕期营养和胎教有专项研究。

曾出版《孕40周营养同步方案》《孕40周胎教同步方案》《怀孕百科每日一页》等。

从医格言： 母子平安快乐是我永远的目标

宝宝健康聪明是我最大的心愿

<<孕产期全程专家方案>>

书籍目录

Part 1 孕前准备——如何孕育健康宝宝

好身体迎接优秀胎宝宝

1. 做一做孕前检查
2. 积极维护怀孕健康
3. 孕前营养抓重点
4. 孕前运动健身计划

优生与遗传咨询

1. 做一次优生遗传咨询
2. 遗传病预防和治疗
3. 孕前最关心的遗传问题

怀孕全计划

1. 科学计算排卵日
2. 选择受孕的最佳时机

其他准备和注意事项

1. 准爸妈财务计划与分配
2. 营造“好孕”环境

Part 2 每月同步指导

Part 3 孕期营养提案

Part 4 孕期安全守则

Part 5 爸爸妈妈齐做胎教

Part 6 孕期常见病与预防

Part 7 分娩平安路

Part 8 坐月子全程指导

附录

<<孕产期全程专家方案>>

章节摘录

版权页：Part 1 孕前准备——如何孕育健康宝宝好身体迎接优秀胎宝宝1.做一做孕前检查孕前检查最好安排在怀孕之前3~6个月。

孕前检查能帮助准妈妈在怀孕前及时发现问题、对症治疗，从而将身体和心理都调适到最佳状态，并在医生指导下有计划地怀孕，以减少胎宝宝出现缺陷的风险，平安度过孕期和分娩一般检不能代替孕前检查一般体检以最基本的身体检查为主，但孕前检查的主要检测对象是生殖器官以及与之相关的免疫系统、遗传病史等。

孕前检查的内容和主要意义包括以下三方面：孕前查体：主要检查是否有生殖器官炎症、生殖器官肿瘤、生殖器官畸形，第二性征是否发育正常等，以便及时进行矫治。

优生指导：医生通过了解双方的工作性质、生活环境及家族史，从而提供有针对性的优生指导，并对有遗传病家族史的患者作出风险估计。

不良生育史的病因学检查：对既往有自然流产、葡萄胎、死胎、畸胎、早产、胎停育的人群，酌情进行精液、病原体、内分泌、染色体、生殖免疫等方面的检查。

孕前检查能帮助夫妻孕育一个健康的胎宝宝。

<<孕产期全程专家方案>>

媒体关注与评论

这是一本内容精练翔实、一本全的怀孕百科。

——孕妈咪小娥这本书太好了，内容逐月讲，很多关键问题和细节都有讲到，在内容的安排上也考虑了准妈妈的阅读习惯。

开本大方，版面设计清新活泼，很实用，很漂亮。

——王欣荣协和产科大夫我很喜欢书里关于准爸爸做胎教的内容，让我这个初级准爸爸看的兴趣盎然。

书的装帧真精美啊。

——靠谱准爸

<<孕产期全程专家方案>>

编辑推荐

《孕产期全程专家方案》由北京妇产医院产科主任医师、教授、北京妇产医院准妈妈课堂的主讲人蔡慧珍编写。

《孕产期全程专家方案》内容按月分章，关键知识翔实。

很多小细节如胎教方法等也交代的很清楚。

语言风格亲切温和，内容连贯统一。

全书采用157g铜版纸精美彩色印刷，版式设计精美大方，定位高端。
是准爸妈必备的一本孕育百科。

<<孕产期全程专家方案>>

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>