

<<怀孕知识全典>>

图书基本信息

书名：<<怀孕知识全典>>

13位ISBN编号：9787512700840

10位ISBN编号：7512700849

出版时间：2011-1

出版时间：中国妇女出版社

作者：秦瑞丽

页数：300

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>

<<怀孕知识全典>>

内容概要

怀孕生产是很复杂的事，涉及孕前知识准备、孕期生活保健、分娩前后护理、产后身体调养等内容，每一个环节都很重要，一步做不到位，就会影响胎儿的生长发育与准妈妈的健康。本书集孕前、孕期、产后于一体，将优生优孕等知识用科学的理念和方法展现给准妈妈，针对孕产过程中可能遇到的实际问题提出正确的解决方案。让准爸爸、准妈妈在充分享受，怀孕乐趣的同时，更能拥有健康聪明的宝宝。

<<怀孕知识全典>>

书籍目录

第一篇 孕前篇 第一章 心理准备做好了吗 值得高兴的“喜”事 保持和谐的夫妻关系
树立生个好宝宝的信心 消除不必要的忧虑 调节最佳怀孕情绪 第二章 知识准备 优生的
原则 哪些人不应结婚 为什么要禁止近亲结婚 什么情况下需要进行遗传检查 孕前
体检把好第一关 认识生殖器 女性生殖系统 男性生殖系统 孕育新生命的奥秘 注
意经期卫生利于受孕 影响受孕成功的因素 怎样计算排卵日 自我测定排卵日期 掌握
最佳受孕时机 生育的最佳年龄是多少 什么季节怀孕最合适 创造怀孕的最佳环境 ...
...第二篇 孕育篇第三篇 饮食篇第四篇 日常生活篇第五篇 产后篇

章节摘录

插图：所谓胎教，从广义上讲就是在妊娠期间，准妈妈除了要重视自身的健康和营养外，还要重视周围环境的影响，努力培养积极的心理状态和情绪体验，以便让胎儿在胎内环境中受到良好的感应，使其出生后健壮而聪明。

狭义的胎教是指通过一定的手段，如对话、抚摩准妈妈腹部、听柔和的音乐、适当的锻炼等对胎儿进行早期教育。

进行胎教的目的是通过外界的刺激，促使胎儿接受更多的优良信息，使其发育得更好、更聪明、更健康、更美丽。

研究人员的调查结果表明，有意识地接受过胎教的宝宝具有以下明显的特点：（1）不爱哭，很容易养成良好的生活习惯，听到播放过的胎教音乐或母亲哼唱的催眠曲能很快入睡。

<<怀孕知识全典>>

编辑推荐

《怀孕知识全典》：孕前准备知识讲解、孕期生活保健分析、饮食营养全面阐释、产后调养护理解惑

。

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>