第一图书网, tushu007.com

<<十月怀胎百科宝典>>

图书基本信息

书名：<<十月怀胎百科宝典>>

13位ISBN编号：9787530843871

10位ISBN编号：7530843877

出版时间：2007-9

出版时间：天津科学技术

作者：李雪明

页数：423

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

第一图书网, tushu007.com

<<十月怀胎百科宝典>>

内容概要

十月怀胎，对一个女人来说，是一段既神圣又美丽的生命历程，尤其在提倡一对夫妇只生一个孩子，许多女性都没有第二次怀孕、分娩机会的情况下，顺利地怀上和生下一个健康聪明的孩子，便成了许多年轻夫妇梦寐以求的愿望。

“可怜天下妈妈心，十月怀胎见真情”，在孕育自己的宝宝之前，年轻妈妈们应当了解十月怀胎过程中胎儿各个时期的特点；了解优生宝宝的一些先决条件，为将来宝宝优生作一些力所能及的准备。

为此，我们特编写了《十月怀胎百科宝典》一书。

本书科学、全面、系统地提出了怀孕、育儿保健方案，旨在帮助初为人母的女性既学会了科学育儿，又健康护理自己。

本书从医学角度重点介绍了优生优育的先决条件、受精着床的过程、受孕时间的判断、妊娠后的主要表现及诊断、孕期的保健、孕期的饮食与营养、孕期各阶段胎儿的情况和注意事项、孕期常见的疾病及预防方法、常见的异常分娩和预防方法等一系列内容，从而有助于年轻夫妇全面地了解和掌握怀孕、分娩的有关知识，进而顺利地怀孕和分娩。

本书选题新颖，融知识性、科学性、实用性于一体，是每一位孕妈妈的知心朋友，一定能伴每一位孕妈妈度过幸福健康的孕产期。

第一图书网, tushu007.com

<<十月怀胎百科宝典>>

书籍目录

第一章　孕前准备　一、生育基础知识　1．女性生殖器官包括哪些　2．女性外生殖器有什么功能　3．女性内生殖器有什么功能　4．卵子是怎样产生的　5．生殖器官发育异常有哪些　6．子宫由什么构成　7．子宫的生理功能有哪些　8．男性外生殖器有什么功能　9．男性内生殖器有什么功能　10．精子是怎样产生的　11．正常的精液是什么样的　12．什么叫受孕　13．受孕的关键需要哪些条件　二、孕前准备　1．孕前须做哪些准备　2．孕前检查有什么好处　3．检查的主要内容有哪些　4．女人多大年龄最适合生育　5．男子最佳生育年龄为多大　6．怎样调适生理机能　7．孕期生活应如何安排　8．提高身体素质有什么意义　9．怎样保持最佳怀孕情绪　10．为什么要调整夫妇孕前的心绪　11．如何创造和谐的孕前心理环境　12．怎样才能做到和谐的性生活　13．受孕选择月份有何意义　14．受孕应怎样选择时机　15．选择什么时间同房才能怀孕　16．预测排卵有哪些方法　17．什么是比林斯法　18．如何创造舒适的居室环境　19．合体的内衣有哪些　20．什么样的鞋最合适　21．孕前饮食有什么要求　22．妇女孕前补充蛋白质的意义是什么　23．可净化夫妻内环境的食物有哪些　24．喝酒妇女准备怀孕为什么要忌酒　25．妇女怀孕前必须补钙吗　26．妇女孕前补锌的作用是什么　27．妇女孕前为什么要补充叶酸　28．妻子准备怀孕丈夫饮食有哪些要求　29．妻子准备怀孕丈夫为何要补锌　30．丈夫在妻子怀孕前应注意哪些问题　31．妇女婚后哪些情况下不宜怀孕　32．在什么条件下才可以考虑怀孕……第二章　优先与优育第三章　妊娠生理保健第四章　科学实施胎教第五章　孕期饮食与生活保健第六章　孕期疾病防治与用药第七章　分娩过程指导第八章　异常分娩第九章　产后保健第十章　新生儿护理

第一图书网, tushu007.com

<<十月怀胎百科宝典>>

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