

<<孕育圣经>>

图书基本信息

书名：<<孕育圣经>>

13位ISBN编号：9787533158033

10位ISBN编号：7533158032

出版时间：2012-3

出版时间：山东科学技术出版社

作者：艾米·卡罗尔

页数：279

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>

## <<孕育圣经>>

### 内容概要

- 最新、最权威的怀孕、分娩、育儿全程指导。
- 超清晰B超图片、详尽的手绘图解以及精美的照片，直观地展示怀孕及宝宝的点滴变化。
- 分步骤图解，手把手教您成为怀孕、育儿专家。
- “父母需要做的事情”、“图表”、“清单”、“禁忌”及“专家建议”等专栏让新手父母在实际应用中更加得心应手。

<<孕育圣经>>

作者简介

作者：（英国）艾米·卡罗尔 译者：丁兆习 李振华

## <<孕育圣经>>

### 书籍目录

#### 第一部分 怀孕经

##### 第一章 成功怀孕

怀孕早期

产前保健

产前检查时间表

妊娠最初几周

##### 第二章 怀孕日历

宝宝是如何出生的

孕期检查和步骤

胎儿监测

##### 第三章 孕期身体

妊娠带来的变化

常见反应的处理

夫妻感情

美丽的孕妇

##### 第四章 胎儿发育的安全港湾

孕期饮食

孕期健身方案

孕期放松方式

孕期按摩

避免日常的危险

避免妊娠期并发症

流产

认识临床急症

##### 第五章 分娩的选择

分娩地点的选择

分娩干预方法及步骤

分娩减痛

分娩学习班和分娩陪伴人

##### 第六章 为宝宝的出生做准备

为宝宝购物

婴儿房的装饰

喂养方式的选择

照料宝宝的人选

##### 第七章 准备分娩

减少怀孕晚期的不适

分娩前的准备

认识分娩

##### 第八章 分娩经历

去医院

宝宝降生

异常分娩

剖宫产

新生儿体检

##### 第九章 体形恢复

<<孕育圣经>>

产后身体的变化  
产后饮食及锻炼  
剖宫产后的恢复  
产后可能出现的问题

.....

第二部分 育儿经

## &lt;&lt;孕育圣经&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：第一部分 怀孕经第一章 成功怀孕发现自己怀孕了是女性经历过的最激动人心的时刻。但走，这种转瞬的兴春奋马上被焦虑所替代：孕如会担心自己是否做好了当妈妈的准备、走否适令当妈妈。

不过，想一想怀孕这么神奇的争情 白己的一个印子受精了，一个新生命开始了 都已经在不知不觉中发生了，弄想一想随后数月自己和胎儿各种各样的新变化，那些焦虑、担心等消极的想法就会很快消失得无影无踪。

怀孕早期在怀孕早期，尽管孕妇的身体感觉可能和平常不一样，但也不会有什么特别的迹象。

早孕测试可以知道准确的结果，但是如果一个人的月经周期不规律或者在刚刚怀孕时，测试结果也许是阴性。

如果仍然感觉自己可能怀孕了，可以在5-7天内重复测试，也可以让医生做血液化验或妇科检查。

妊娠测试盒测试怀孕的方法很多，都是检测人绒毛膜促性腺激素（HCG）——一种由发育中的胎盘分泌的激素。

有的测试在月经周期没来的第一天就可以进行。

使用早晨的第一次尿液进行检测最准确，因为晨尿最浓，即使微A的HCG也能被检测到。

检测的方法是：首先用干净的容器收集尿液，用测试盒中附带的滴管吸几滴尿液到长条形测试条的小窗口上；另一种方法是手持测试条放入尿液中。

结果会在几分钟之内显示出来，小窗口中会出现色带（线）。

测试条上还会出现另外一条标志线，提示测试操作是否正确。

## <<孕育圣经>>

### 编辑推荐

《最畅销经典孕育图书:孕育圣经》生儿育女是女人的天性，也是女人经历的人生巨变。作为妊娠，分娩和育儿全书。

艾米·卡罗尔编著的《最畅销经典孕育图书：孕育圣经》是最安全稳妥的选择。

书中介绍了孕育过程中需要了解的所有知识和信息，帮助孕妇和新手妈妈实现母性的本能和愿望，为宝宝做到最好。

<<孕育圣经>>

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>