

<<孕产期全程指导问答>>

图书基本信息

书名：<<孕产期全程指导问答>>

13位ISBN编号：9787533743192

10位ISBN编号：7533743199

出版时间：2009-3

出版时间：安徽科学技术出版社

作者：曹云霞 主编

页数：218

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>

<<孕产期全程指导问答>>

前言

孕育一个健康聪慧的宝宝，是每一对年轻夫妇的期盼和愿望。

人生中没有比生儿育女更值得珍惜和重视的事情了。

没有不可能圆的梦。

当您准备怀孕时，就无限地期盼着创造生命奇迹和享受为人父母的天伦之乐。

在怀孕前要有一个周全的计划和准备，以全面提高您的宝宝生命质量和各方面的素质，为妊娠迎来一个良好的开端。

因为对孕育这一个自然过程，并不是每一位女性都能顺利、圆满地接受并度过。

孕妇以什么样的心态和什么样的体质怀孕，不仅与自身的健康有关系，还与腹中的小生命的身心健康有着密切联系。

虽然现在是个男女平等的时代，但是怀孕分娩却是女人独享的神圣使命。

以往人们总将怀孕分娩视为女性的天职或是母亲的大难，只能够消极地接受；随着时代的转变，且在合理的家庭计划之下，妇女们积极地学习生育健康宝宝的知识，使分娩过程更加顺利。

怀孕在妇女的人生历程中，是个非常重要的成长经验。

怀孕虽是女性一生中的一大喜事。

但要提醒的是，怀孕是夫妻双方共同的事，夫妇一定要共同负起责任，一起精心地呵护好宝宝的成长，做个合格的准妈妈、准爸爸。

从怀孕开始，这世界上将会有一个新的生命诞生。

你们当然应该从孩子还在母腹中就开始负起责任，精心地呵护孩子的成长。

那些没做过父母的人是永远都无法体会其中的幸福和乐趣的。

但怀孕的辛苦同样是非亲身经历者难以想象的。

<<孕产期全程指导问答>>

内容概要

生殖、繁衍乃人类之大事。

如何保证自己生育平安，如何使宝宝健康、活泼、聪明，是每一对即将做父母的夫妇所关注的问题。本书运用现代的生育理念，强化妈妈的自我保健意识，以确保妈妈身体健康、体力充沛、心理成熟、人生完美，促使妈妈、孩子的身心健康互动，对其中妈妈保健的几个关键时期的一些基本问题，诸如孕期保健、分娩、坐月子、产后保健、避孕、流产等，都做了简明的介绍。

全书文字通俗、浅显、易懂，是年轻夫妇理想的孕产育儿读物。

<<孕产期全程指导问答>>

书籍目录

第一部分 孕期保健 1.什么是妊娠 2.怀孕时,早中晚期是如何划分的 3.什么是怀孕的征兆 4.孕初三件事 5.如何推算预产期 6.什么是胎盘,它有什么功能 7.什么是羊水,它是怎么来的 8.羊水有什么功能 9.为什么妊娠期常常会出现缺铁性贫血,如何预防 10.贫血对妊娠有何影响 11.孕期稀释性贫血是怎么回事 12.什么是分娩 13.精神心理因素影响分娩吗 14.分娩过程需要多长时间 15.孕期如何保持健康的心理状态 16.孕期如何行乳房护理 17.何谓产前检查 18.产前检查的时间是如何安排的 19.孕妇应少吃哪些食品 20.孕妇感到“烧心”是怎么回事 21.孕妇少吃甲鱼、螃蟹 22.孕妇不宜接触宠物 23.孕期用药需慎重 24.孕妇洗澡需注意什么 25.妊娠期水肿的饮食调理有哪些 26.怀孕早期少用手机 27.孕妇可以睡席梦思床吗 28.孕妇在生活中的注意事项 29.为什么要建立孕产妇保健手册 30.你知道孕产妇保健手册需在什么时候建立吗 31.你知道孕产妇保健手册主要记录哪些内容吗 32.孕妇应忌染发烫发 33.孕妇忌穿高跟鞋 34.孕妇的营养对产后哺乳有何影响 35.孕妇的情绪变化对胎儿有何影响 36.妊娠期不宜戴隐形眼镜 37.哺乳期间可以不必采取避孕措施吗 38.孕妇洗澡时间忌过长 39.妊娠末期宜左侧卧位 40.孕妇外出活动应注意什么 41.哪种分娩方式更合理 42.为什么孕妇不宜饮酒 43.妈妈缺碘孩子弱智 44.怎样预防早产 45.蛋白质对孕妇健康和胎儿生长发育的重要性 46.为何要进行婚前检查 47.哪些疾病不宜生育 48.孕前应做好家庭计划 49.孕前要了解避孕方法的种类 50.孕前孕后如何选择合适的避孕方法 51.临产前应何时到医院 52.如何防止孕期便秘 53.孕妇可以喝可乐型饮料吗 54.孕妇宜少吃猪肝 55.妊娠头6周需补叶酸 56.如何预防胎儿巨大 57.胎膜早破——难产的信号第二部分 分娩第三部分 坐月子第四部分 育儿

<<孕产期全程指导问答>>

章节摘录

第一部分孕期保健1.什么是妊娠妊娠是胚胎和胎儿在母体内发育成长的过程。

卵子受精是妊娠的开始，胎儿及其附属物（胎盘、胎膜、脐带和羊水）自母体排出是妊娠的终止。

妊娠全过程平均38周，是非常复杂、变化极为协调的生理过程。

2.怀孕时，早中晚期是如何划分的为了便于掌握妊娠不同时期胎儿生长发育和生理特点，以及孕妇的生理变化，将整个孕期划分为3个阶段：妊娠12周末以前为早期妊娠，是胎儿的主要器官结构分化形成时期；第13～27周末称中期妊娠；第28周及其后称晚期妊娠。

3.什么是怀孕的征兆怀孕初期有一些重要的征兆会提醒育龄女性，自己可能怀孕了： 停经。

月经规则的妇女如果月经停止来潮，首先可以想到有已怀孕的可能。

一般说来，有正常性生活的女性，在月经周期1周以后仍不来潮，应去医院检查小便，确定是否怀孕

。

<<孕产期全程指导问答>>

编辑推荐

《孕产期全程指导问答》由经验丰富的权威专家倾心打造。

《孕产期全程指导问答》用轻松、简洁、活泼的语言，为广大新婚朋友提供了系统、详细、实用、科学的指导。

<<孕产期全程指导问答>>

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>