

<<准妈妈课堂（共5册）>>

图书基本信息

书名：<<准妈妈课堂（共5册）>>

13位ISBN编号：9787534545207

10位ISBN编号：753454520X

出版时间：2005-6

出版时间：江苏科学技术出版社

作者：徐芾

页数：427

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>

<<准妈妈课堂（共5册）>>

内容概要

出生缺陷的发生具有随机性与偶然性，因此预防出生缺陷的发生是每一对已婚育龄夫妇的大事。那么，怎样才能减少或避免出生缺陷和残疾儿的出生呢？

我们编写了这本小册子，希望对你们有所帮助。

为了使将为人母的女性，能够了解在孕产期如何做到合理营养、科学膳食，孕育健壮聪明的孩子，我们结合工作中经常出现的营养问题，针对孕妇早、中、晚期的生理特点及膳食需求，妊娠常见并发症的饮食调养，哺乳期的营养调配等热点问题，编写了这本手册。

为了增强您的自我保健意识，提高您防御妊娠、分娩风险的能力，以及利用医疗服务的水平，让您在没有惋惜、没有后悔、没有走弯路的情况下，迎接新生命的挑战，体验与感受生命在体内茁壮成长的奇妙过程，从容而自信、安全而顺畅地到达目的地，完成人生分娩大事，我们编写了这本小册子。

为了帮助你们塑造孩子健壮的体魄，培养孩子健全的人格，造就孩子优异的智能，我们收集并编写了有关养育的100个常见热点问题，编辑成册，我们力求通俗易懂、简便易行，相信一定会对你们有所帮助。

本套书共分5册，全面系统地介绍了孕妇准妈妈从怀孕到孕期保健、孕期营养、再到分娩、婴幼儿喂养等知识，解答了传统观念关于孕育孩子的误区，集科学性、先进性及实用性于一体，可操作性强。本套书可供准妈妈了解关于优生、顺产、胎教等知识的必备用书。

<<准妈妈课堂（共5册）>>

书籍目录

Lesson1 “定做”一个好宝宝 孕前准备ABC 避免缺陷儿发生的措施 小贴士你做婚检了吗
 最佳生育年龄 最佳生育季节 最佳孕前准备 小贴士婚前、孕前检查“自选套餐”
 哪些情况需做产前诊断 友情提醒 胎教与优生 教育的起点在胎儿 受精——新生命的开始
 胎教——记忆从胎儿开始 胎教的注意事项 小贴士妊娠期每日生活作息表 产前筛查
 为什么条要进行产前筛查 什么是产前筛查 产前筛查通常检查哪几种缺陷 如何进行产前筛查
 产前筛查的方法 产前筛查需要强调的问题 友情提醒 TORCH筛查 什么叫做TORCH筛查
 如何防治TORCH宫内感染 若孕妇TORCH筛查为阳性，胎儿就一定会被感染吗 TORCH筛查中IgG与IgM的含义
 新生儿疾病筛查 什么是新生儿疾病筛查 新生儿筛查的3种疾病 虎父也会生犬子——浅谈常染色隐性遗传 小贴士隐性遗传病的系谱分析图
 小贴士新生儿痢疾筛查程序 生殖与避孕悄悄话 关于生殖健康 女性生殖周期 避孕的方法
 避孕失败的补救方法 人工流产及其常见并发症 人工流产后再次怀孕的最佳时间 发生自然流产后需注意的问题
 热点问题解答Lesson2 孕妈咪280天保健 女性生殖器官及受孕过程 妊娠期的划分
 妊娠期间母体和胎儿的变化 早期妊娠的保健 中期妊娠的保健 晚期妊娠的保健
 孕妇的乳房保健 孕妇的口腔保健 妊娠期的危险信号 孕妇定期的健康检查——产前检查
 孕妇的日常生活 孕妇工具箱——孕妇热点问题解答 孕妈咪家庭作业 Lesson3 孕产妇营养宝典
 营养的基础知识 孕前营养 孕早期的营养 孕中期的营养 孕晚期的营养
 孕晚期常见症状的饮食调养 妊娠合并症的营养防治 产褥期营养保健 孕产期营养误区
 Lesson4 轻松分娩 分娩锦囊 只要分娩不要痛——减轻疼痛自己来 科学坐月子 Lesson5 新妈咪育儿直通车
 新生儿保健百问解 婴幼儿养育指导

<<准妈妈课堂（共5册）>>

章节摘录

书摘有哪些分娩方式 分娩可以采取两种方式：一为经阴道分娩，也就是大家常说的“顺产”、“自己生”，医生常称之为“生理产”。

人类多少年来就是靠用这种方式来繁衍后代，生生不息的。

因此，每个女性都具有这种能力，绝大多数产妇都可顺利自然分娩。

二为剖宫产，也就是大家说的“剖腹产”。

它是在全身或半身麻醉的情况下，在子宫上切开一个约10厘米的刀口，将胎儿取出。

这种手术方法大约在两百多年前发明，近60年才逐步走向成熟。

但这种方式对产妇是有损害的，一般用于难产或抢救胎儿、产妇生命等紧急情况。

剖宫产比“自己生”好吗 随着剖宫产技术及麻醉技术的逐步提高，很多产妇觉得剖宫产安全、迅速、无痛苦，比自己生好。

其实不然，剖宫产对母儿都有负面影响，其副作用主要表现为以下几个方面：1. 母亲术中失血多。据统计，生理产的失血量在300毫升左右，剖宫产的失血量平均在500毫升左右，而传统意义上，产时失血超过500毫升即可诊断产后出血，而产后出血可导致产妇贫血、感染等，可见其对母亲的损害较大。

2. 子宫上留有疤痕，留下问题多多。

子宫上有疤痕，子宫肌纤维的弹性及韧性、强度便要大打折扣，再次怀孕时易发生子宫破裂，因此剖宫产后一般需过3年才能再次怀孕。

3. 感染机会增多。

根据临床观察，剖宫产术后感染机会比生理产更大，也较为严重。

4. 新生儿易患肺部疾病。

由于胎儿被迅速取出，未经过产道挤压。

肺部常存留羊水，因此易造成湿肺，湿肺又容易发生感染，导致新生儿肺炎，治疗比较棘手。

5. 新生儿易患感觉运动统合失调症。

由于缺少产道挤压对胎儿神经系统的刺激，有些剖宫产儿长大后会出现动作不协调、好动、注意力不集中，甚至学习障碍等。

总之，分娩都有风险，相比之下，生理产比剖宫产并发症少，更安全。

所以，若无指征，准妈妈应主动选择自己生。

P2-P3

<<准妈妈课堂（共5册）>>

编辑推荐

本套书共分5册，全面系统地介绍了孕妇准妈妈从怀孕到孕期保健、孕期营养、再到分娩、婴幼儿喂养等知识，解答了传统观念关于孕育孩子的误区，集科学性、先进性及实用性于一体，可操作性强。本套书可供准妈妈们了解关于优生、顺产、胎教等知识的必备用书。

<<准妈妈课堂（共5册）>>

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>