

<<助你好孕>>

图书基本信息

书名：<<助你好孕>>

13位ISBN编号：9787535239921

10位ISBN编号：7535239927

出版时间：2008-12

出版时间：湖北科技

作者：周建跃//姜晓琼//周汉桥

页数：230

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>

<<助你好孕>>

前言

孕育是伟大母爱最集中的体现。

孕育一个健康、聪明、漂亮的宝宝，是天下所有父母的心愿。

要实现这个心愿，就必须高度重视孕期保健。

不但未来母亲要重视，未来父亲也要重视，未来父母的亲人都要给予足够的关心！

人类的孕育伴随着人类的诞生而产生，人类在孕育的实践中积累了十分丰富的经验。

医学科学的不断发展，更是为天下父母实现自己的美好愿望打开了一扇希望之窗。

医学科学告诉人们，孕妇妊娠期感染、营养不良、滥用药物、接触有害物质或者罹患某些疾病，都可能影响胎儿的生长发育。

要保证孕妇在妊娠足月时，能够安全娩出身体健康、智力发育良好的新生儿，就必须了解孕期保健的常识，从而运用科学的知识手段，避免遗传病以及外界有害因素的危害，合理调节衣食住行，以保证孕妇的健康和胎儿的正常发育。

<<助你好孕>>

内容概要

这本书讲的就是这样一些常识。

我们在总结多年的临床实践经验的基础上，参阅了国内外大量的相碰文献资料，从胎儿的变化，怀孕前的准备，孕期的自我诊断，孕妇患病、用药以及环境对胎儿的影响，怀孕期间的营养及日常生活调护，孕期可能出现的异常，产前检查与诊断，遗传咨询，胎教等方面，以问答的方式分别进行讲述，力求专业性与科普性相结合，既作为家庭医学用书，对孕妇的生活和保健发挥实际指导作用，又向从事妇幼保健优生优育工作的人士提供一定参考价值。

<<助你好孕>>

书籍目录

好孕计划 1.您知道最佳生育年龄吗 2.怎样选择最佳怀孕季节 3.科学地计划怀孕 4.不宜在蜜月旅游中受孕 5.怎样选择受孕环境 6.如何选择受孕良机积极备孕 1.孕前积极调整体重 2.孕前积极进行体育锻炼 3.孕前去医院做一次全面体检 4.暂时离开有害的工作环境 5.家用电器影响生育哩 6.孕前理财 7.孕前的物质准备 8.孕前丈夫“护精四则” 9.提高精子质量的方法疾病和预防 1.为什么孕前也应慎重用药 2.丈夫用药对胎儿的影响 3.冬末春初怀孕早注疫苗 4.流产后半年方可怀孕 5.孕前改变避孕措施 6.孕前谨慎预防接种 7.怀孕前应及时治疗哪些疾病 8.患肺结核的妇女可以怀孕吗 9.患慢性肾炎的妇女能完成妊娠吗 10.患心脏病的妇女可以生育吗饮食和营养孕妇产前保健孕期运动和旅游孕期营养孕期疾病 孕期环境产前检查产前诊断与遗传胎教和分娩

<<助你好孕>>

章节摘录

好孕计划 1.您知道最佳生育年龄吗？

在婚姻问题上，人们最关注的是情感；在生育问题上，科学家们的着眼点则是遗传。法国遗传学家摩里士1989年的研究成果表明，年龄在30～35岁的男人所生育的后代是最优秀的。摩里士说，男性精子素质在30岁时达高峰，然后能持续5年的高质量。

另一方面，女性从月经初潮起至50岁是生育期。

但从医学角度说，女性到了23岁以后，全身器官尤其是生殖器官才发育成熟。

生理学家公认，女性23～30岁是生育的最佳年龄段。

这一时期女性全身发育完全成熟，卵子质量高，若怀胎生育，女性并发症少，分娩危险小，胎儿生长发育好，早产、畸形儿和痴呆儿的发生率最低。

这时夫妻双方生活经验较为丰富，精力充沛，有能力抚育好婴幼儿。

若过早地怀孕生育，胎儿与发育中的母亲争夺营养，对母亲健康和胎儿发育都不好。

然而也应避免过晚生育，女性不要超过30岁，男性不可超过40岁。

因为年龄过大，产妇在妊娠、分娩过程中会发生较危险的并发症，也容易造成流产、死胎、畸胎；而男性随着年龄的增长，不正常的精子含量逐渐增多，卵子不易受精，即使受精也容易出现胚胎的异常。

因此，女性的最佳生育年龄是23～30岁，男性则为25～35岁。

女性最好不要超过35岁，男性不超过45岁。

有统计资料表明，20岁以下产妇生出的畸形儿比例明显增高，比25～35岁的产妇高50%。

从而不难看出，男女生育的优化年龄组合应是前者比后者大7岁左右。

.....

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>