

## <<怎样坐月子>>

### 图书基本信息

书名：<<怎样坐月子>>

13位ISBN编号：9787536421035

10位ISBN编号：7536421036

出版时间：1992-8

出版时间：四川科学技术出版社

作者：陈松慧

页数：142

字数：100000

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>

## <<怎样坐月子>>

### 内容概要

本书以问答形式，较为全面地介绍了有关孕妇坐月子的卫生科学知识。

旨在以科学的方法来指导产妇正确对待分娩，为产妇提供切实可行的月子中的将养方法和卫生保健知识，提供科学喂养新生儿的方法，纠正民间流传的某些错误的将养习惯，维护母婴身体健康。

全书分七部分，共计122个问题，为产妇介绍临产卫生保健知识，产褥期生理卫生，产后将养、调慎，产后病自我防治方法，产褥期饮食宜忌、食疗及药膳的选择和制作，还为产妇介绍了新生儿喂养的卫生保健知识，新生儿常见病的防治方法，婴幼儿身高、体重、智力发育与年龄的关系等。

本书内容丰富，知识面广，有通俗易懂的理论，有简明扼要的防治措施、针灸、按摩、方药等。它是一部产妇和广大妇女及基层卫生工作者的良好读物。

## <<怎样坐月子>>

### 书籍目录

- 一、临产保健 1.什么叫临产 2.何谓流产、早产、足月产及过期产？
  - 3.怎样计算预产期？
  - 4.临产前应做好外阴清洁卫生？
  - 5.产前为什么要做好外阴清洁卫生？
  - 6.临产前有何预兆？
  - 7.分娩时为什么会发生腹痛？
  - 8.分娩的过程是怎样的？
  - 9.何谓产力？
  - 10.怎样保养产力？
  - 11.分娩时期怎样同医生配合？
  - 12.临产前为什么要排空二便？
- 二、产褥期卫生 13.何谓产褥期？
  - 14.产褥期内母体有何变化？
  - 15.产后为什么会发生腹痛？
  - 16.产妇为什么多汗？
  - 17.产后为什么容易发生大便困难？
  - 18.何谓恶露？
  - 19.怎样观察异常恶露？
  - 20.何谓产后三审？
  - 21.产后何时能同房？
  - 22.产后如何避孕？
  - 23.产后体形为何要发生变化？
  - 24.产后怎样健美？
- 三、产后将养 25.什么叫产后将养？
  - 26.月子中为什么要将养？
  - 27.何谓“产后一盆水”？
  - 28.何谓真元大损？
  - 29.产后百节空虚是什么意思？
  - 30.月子中应如何将养？
  - 31.怎样为产妇创造一个良好的休息条件？
  - 32.月子中怎样卧床休息？
  - 33.月子中应怎样敌劳逸？
  - 34.月子中过劳有何危害？
  - 35.产妇为何要保养精神？
- .....四、产后饮食调养五、产后药膳及制作六、产的病自我防治七、新生儿保健附录

<<怎样坐月子>>

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>