

<<妊娠胎教全图解-生活新实用-最新畅销>>

图书基本信息

书名：<<妊娠胎教全图解-生活新实用-最新畅销版>>

13位ISBN编号：9787537556767

10位ISBN编号：7537556768

出版时间：王学典、朱前勇 河北科技出版社 (2013-06出版)

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>

前言

前言当你知道自己的肚子里正在孕育一个新的生命时，你一定会既激动又兴奋。一个小宝宝就是一个家庭的希望，他将拥有来自整个家庭成员的关心和祝福，爸爸妈妈更是会投入全身心的爱去呵护小宝宝。

那么，小宝宝能不能感受到这些感情呢？

答案是肯定的。

甚至在小宝宝还在妈妈体内的时候，他就已经能够利用自己的感觉器官来感知从母体外传来的信息了。

正是因为孕妈妈和自己的宝宝之间存在着这样的一种联系，我们的胎教才会有迹可循，并且能够取得成效。

实践证明，胎教不仅仅能够促进胎儿的生理发育，还能影响宝宝今后的智商发育。

从孕前期开始，胎儿就在母体的子宫里细心感受着外界的环境，感知着来自母体的一切。

从母亲怀孕到宝宝出生，是胎宝宝发育最关键的时期。

在这段时间内，孕妈妈如果能够按照怀孕周期的推移，对胎儿进行适宜的有益刺激，就能够使胎儿各方面的潜在能力得到最大限度的开发，为出生后宝宝智力和能力的进一步发展奠定良好的基础，达到优生优育的目的。

如今，胎教的重要性正在被越来越多的人认可，很多准父母都会在怀孕后实施胎教，以促进胎儿在身体健康发育的同时，其智力也能逐渐成长。

而在进行胎教的同时，不仅胎儿的生理发育和心理发育在胎教的影响下有条不紊地进行，孕妈妈的身心状态也在胎教中得到了调节。

如音乐胎教，胎儿沐浴在音乐海洋中的同时，孕妈妈也能够因为舒缓的音乐放松心情；又如语言胎教，当孕妈妈在和肚子里的宝宝窃窃私语的时候，孕妈妈自己也会变得开心起来；再如踢肚游戏，当胎宝宝回应孕妈妈的拍打时，孕妈妈的开心和快乐一定是这世界上最美丽的情感。

胎教饱含着父母对宝宝深沉的爱，承载着父母对宝宝美好的期望，也许这种期望最后并不能达到最理想的状态，但最重要的是，孕妈妈和准爸爸在胎教过程中，感受到了和胎儿一起进步一起成长的幸福，这何尝不是最大的收获呢？

所以，父母不要将胎教当成任务来做，要乐在其中。

要知道，对胎宝宝最好的胎教，就是家庭的温暖和父母的爱。

《妊娠胎教全图解》就是一本为孕妈妈提供科学胎教的专业书籍，它按照孕妈妈孕期的增长顺序，从孕前准备到怀孕以后的每个月，从受精卵开始着床，到健全的胎宝宝分娩出来，并根据胎宝宝的发育程度，给予孕妈妈和准爸爸们最科学、最严谨的胎教指导，使每一位喜获胎儿的爸爸妈妈找到最合适的胎教方法。

此外，胎儿在生长发育过程中需要注意很多问题，而孕妈妈的日常膳食和营养获取也需要更加全面和充足，准爸爸更是应该从旁协助，倾力配合。

这些问题具体应该怎样落实，在本书中都有详细的讲述。

从一月怀胎到十月分娩，孕妈妈的身体会随着孕期的推移而不断发生改变，胎儿的生长也是日新月异地改变着，孕妈妈应该怎样面对传说中“痛苦”的分娩？

本书会为您做出最细心的解释，让您在孕前和孕期都做足准备。

总之，《妊娠胎教全图解》这本书里有您在孕期想要知道的、应该知道的和必须知道的一切知识。

倡导明智和负责的孕期态度，帮助准父母学习最科学的孕期知识，希望《妊娠胎教全图解》能够伴随孕妈妈们度过一个快乐健康的妊娠期，孕育出一个健康聪明的小宝宝！

作者简介

朱前勇 主编博士，解放军第一五二中心医院妇产中心主任，副主任医师。
济南军区妇产科专业委员会副主任委员，平顶山市妇产科专业委员会副主任委员。
1994年开始从事妇产科专项工作，2004年获医学博士学位。
发表论文20余篇，参编学术专著两部，参译学术专著一部，获平顶山市科学技术成果奖一等奖一项，
河南省科学技术成果奖三等奖一项。

书籍目录

Part1胎教, 宝宝的第一课 正确认识胎教 胎教的好处2 避免胎教误区3 提高胎教效果4 胎教使宝宝更聪明5 胎教时宝宝的感觉6 胎教有没有科学性7 培养胎儿的好习惯8 影响胎儿的性格9 受过胎教的宝宝是什么样的10 胎教应怎样进行11 胎教从什么时候开始12 寻找适合自己的胎教法13 母子之间的信息传递14 要重视胎教环境15 以胎儿的生理发育为基础16 母爱至关重要17 夫妻感情是胎教的保障18 要有浓厚的生活情趣19 孕妈妈的读物要有选择20 胎教不是“神童灵药” 21 胎教不能操之过急22 胎教成功的秘诀23 做好胎教的主角24 准爸爸是胎教的第一助手25 和公婆搞好关系26 处理好与上司、同事之间的关系26 了解胎宝宝 他能记住你的爱抚27 他的情感已经开始萌芽28 妈妈, 你的情绪不好29 他能理解你的感情30 他也会做梦31 他也会发点小脾气32 他的学习能力很出色33 他在聆听外面的世界34 他知道你在抚摸他35 他喜欢甜味儿35 有微弱的视觉36 嗅觉已发育成熟37 做做胸廓运动37 胎宝宝也要喝水38 在羊水中游泳39 手指没有味道, 还是要吮39 还在睡觉呢39 常见胎教方法 营养胎教让胎宝宝更健康40 从饮食中的点滴做起41 给胎儿做一个“好榜样” 42 怀孕不同时期的饮食要求43 情绪胎教44 怎样进行情绪胎教45 语言胎教46 怎样进行语言胎教47 做好语言胎教的小窍门48 语言胎教注意事项49 为宝宝读一读童话书50 运动胎教51 怀孕期间运动注意事项52 听取医生的意见53 做做孕期瑜伽小运动54 抚摸胎教55 怎样进行抚摸胎教56 抚摸胎教注意事项57 意念胎教58 怎样进行意念胎教59 光照胎教60 光照胎教注意事项61 视觉胎教62 怎样进行视觉胎教63 视觉胎教注意事项64 音乐胎教65 怎样进行音乐胎教66 你的胎宝宝喜欢什么音乐67 环境胎教68 怎样进行环境胎教69 行为胎教70 Part2怀孕1个月胎教方案 孕1月的生理状况 胎儿的画像72 孕妈妈和以前一样73 对准父母的要求…… Part3 怀孕2个月胎教方案 Part4 怀孕3个月胎教方案 Part5 怀孕4个月胎教方案 Part6 怀孕5个月胎教方案 Part7 怀孕6个月胎教方案 Part8 怀孕7个月胎教方案 Part9 怀孕8个月胎教方案 Part10 怀孕9个月胎教方案 Part11 怀孕10个月胎教方案

章节摘录

版权页：插图：受过胎教的宝宝是什么样的 情绪稳定 经过胎教的孩子身体健康，体内营养充足，很少有不快感，自然睡眠好；平时总是笑盈盈的，非常活泼可爱，夜里能睡大觉，很少哭闹；识哄，识逗，好安慰，啼哭时以声音安慰，如：“宝宝不哭，妈妈在这里陪你！”

”婴儿马上哭声减小，并且追寻声源，吃奶后入睡快。

辨音能力好 每当听到妈妈的脚步声便会停止啼哭，孩子比较容易养成正常的生活习惯。

如在睡前播放胎教音乐或妈妈哼唱催眠曲，婴儿就能很快入睡，满月后就能养成白天醒、晚上睡的习惯。

经过胎教音乐训练的孩子乐感都很强，喜欢音乐，一听见音乐，表现出非常高兴的样子，并随韵律和节奏扭动身体。

理解能力强 受过胎教的婴儿4个半月时能认出第一件东西，6~7个月时能辨认手、嘴、水果、奶瓶等。

能较早理解“不”的意思，早学会理解“不”的孩子更懂事、更听话。

他还会较早学会用姿势表示语言，会做“欢迎”、“再见”、“谢谢”等动作，也能较早理解别人的表情，显得特别聪明可爱。

运动能力良好 受过胎教的孩子，学会抬头、翻身、坐、爬、站、走都比较早，并且动作敏捷、协调；手指的伸张、抓握能力强，用手握、拿、取、拍、打、摇、捏、扣、穿、套、绘画等能力强；四肢活动有力，肌力强，抚摸一下他的肢体，他立即高兴地挥动四肢；扶坐时颈部肌肉张力佳，抬头、吮手能力强。

胎教应怎样进行 北卡罗来纳大学的心理学家恩舍·笛卡斯伯和他的同事经过研究发现，新生儿能在人群里分辨出妈妈的声音，他更喜欢听到妈妈的说话声，而不喜欢陌生人的声音。

尤其喜欢妈妈低沉的声音，因为那样的声音听起来特别亲切，就像他们在母腹中通过羊水听到的妈妈的声音一样，这时的新生儿还不适应清晰、正常的声音。

这个事实也告诉我们，宝宝在胎儿时期就热切地渴望学习，只要你适当地进行胎教，宝宝会表现得更加出色。

专家研究证明，人的智力50%是在4岁以前获得的，30%是在4~8岁获得的，只有20%是在8岁以后完成的。

4岁以前获得的50%，当然也包括胎教在内。

现代科学的发展证明，在妊娠期间对胎儿反复实施良性刺激，如加强怀孕前后的营养，创造优美的生活环境，保持愉快、轻松的情绪等，可以促进胎儿大脑的发育。

所以，为保证生育出一个健壮、聪明的宝宝，父母需要做好一切准备。

具体如下：在孕早期应准备好胎教仪器、胎教音乐磁带、胎教日记本等，以方便胎教的进行。

胎教时间可安排在早上起床后、午睡后、下班后、晚上临睡前。

抚摸运动、对话胎教、音乐胎教可交替进行。

刚开始进行胎教时，每次时间以3~5分钟为宜，随着怀孕时间的增加，可延至5~15分钟，胎教内容也有所增加，但每天进行胎教的时间和内容应相对固定，循序增加。

值得强调的是，胎教是一个循序渐进的过程，十月怀胎，关键是准父母要有耐心和恒心。

编辑推荐

权威妇产医师、育儿专家、医学博士推荐丛书!最实用，最科学，最适合，送给新手爸妈的最佳礼物书！
孕产期最该知道的500个关键点！
孕产期营养均衡全方位指导

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>