

<<健康怀孕月月读>>

图书基本信息

书名：<<健康怀孕月月读>>

13位ISBN编号：9787538141795

10位ISBN编号：7538141790

出版时间：2004-8-1

出版时间：辽宁科学技术出版社

作者：李济深,谷秀娟

页数：239

字数：140000

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>

## <<健康怀孕月月读>>

### 内容概要

本书分三部分内容，第1章为新手爸爸妈妈的孕前准备，简单介绍了准备怀孕的妈妈们如何优生的知识。

第2章为准妈妈生活方案，按怀孕时间全方位介绍了每个月准妈妈应注意和要做到的事情，包括去医院检查、饮食营养、疾病防治、孕期保健、胎教教程以及临产注意事项等，在每个月后都附有记事表，准妈妈们可以记下当月的身体变化和心情寄语，为以后留个纪念。

第3章为产后指南，介绍了产褥期保健、新生儿保健以及母乳喂养和人工喂养的知识。

全书内容实用、语言通俗。

解答了临床中孕产妇及其家属经常提出的热点问题，有些知识用专栏的形式进行了介绍，并附有精美的立体图片。

## <<健康怀孕月月读>>

### 书籍目录

第1章 新手父母孕前准备 优生第一步——计划怀孕 1.做好怀孕的。心理准备” 2.孕前双方身体健康检查 3.其他方面的准备 优生第二步——“特殊”夫妻生育选择 1.生育前需要做。遗传咨询”的夫妻 2.不宜生育的夫妇 3.哪些疾病传男不传女 优生第三步——优良“种子” 1.爸爸要做的准备—严防“精子”杀手 2.妈妈要做的准备—避免不良因素对优生的影响9第2章 准妈妈生活方案 怀孕第1个月(0—3周末) 1.受孕的奥秘 2.用台儿发育情况——一月如露珠 3.母体变化 4.日常生活关注要点 5.优生指导 6.精神和心理保健指导 7.饮食保健指导 8.准爸爸的帮助 9.孕初要补充叶酸2 10.怀孕第1个月记事表 怀孕第2个月(4~7周末) 1.母体的变化 2.胎儿的情况 专栏 基础体温怎样测? 3.初诊检查的重要性 4.初诊检查前的准备 5.初诊检查内容 6.早孕不适症状与对策 7.可能出现的紧急情况——宫外孕 8.怀孕早期禁忌 9.营养与饮食指导 10.怀孕早期的性生活指导 11.日常生活注意事项 12.预产期计算方法 13.准爸爸的帮助 14.孕吐时期饮食指导 15.妊娠呕吐与低血钾 16.怀孕第2个月记事表 怀孕第3个月(8~11周末) 怀孕第4个月(12—15周末) 怀孕第5个月(孕16~19周) 怀孕第6个月(孕20-23周) 怀孕第7个月(孕24—27周) 怀孕第8个月(孕28—31周末) 怀孕第9个月(孕32~35周末) 怀孕10个月(孕36—40周末)第3章 产后指南 产褥期保健 新生儿期保健 母乳喂养保健知识 新生儿人工喂养知识

<<健康怀孕月月读>>

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>