

## <<十月怀胎百科全书>>

### 图书基本信息

书名：<<十月怀胎百科全书>>

13位ISBN编号：9787538871852

10位ISBN编号：7538871853

出版时间：2012-7

出版时间：黑龙江科学技术出版社

作者：白丽梅 编

页数：255

字数：280000

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>

## <<十月怀胎百科全书>>

### 内容概要

对于女人来说，十月怀胎是一段既神圣又美丽的时光，又是充满着艰辛与考验的生命历程。

那么，准妈妈们如何能在孕育出健康、聪明宝宝的同时，又能让自己的健康与美丽永驻呢？

针对这一美好心愿，白丽梅主编的《十月怀胎百科全书》在以下方面给予了细心的解答：

1.孕期常识和最新的科学孕育方法 2.孕期胎教、保健及常见病的防治 3.孕妈妈每一阶段的营养饮食及科学方案 4.产前准备及分娩常识

可以说，《十月怀胎百科全书》是一本集知识性、科学性、实用性于一体的书，它是每一位准妈妈的贴心朋友，相信有它的一路陪伴，你将孕育出最聪明、最健康的宝宝，快乐地度过一段幸福、难忘的待产之路……

书籍目录

- 第一篇 孕前须知常识
  - 第一章 孕期与受孕
    - 第一节 孕期巧选择
    - 第二节 理想受孕环境
    - 第三节 不宜受孕因素多
  - 第二章 胎儿性别揭秘
    - 第一节 生男生女谁决定
    - 第二节 排卵日检测法
    - 第三节 人工助力胎儿性别
  - 第三章 孕前准备与受孕判定
    - 第一节 孕前注意事项
    - 第二节 受孕早知道
  - 第四章 遗传与健康
    - 第一节 了解遗传
    - 第二节 遗传性疾病概况
    - 第三节 切勿“亲上加亲”
    - 第四节 子女是否健康，多看父母
    - 第五节 遗传性疾病主要种类
  - 第五章 一切为了优生
    - 第一节 初识优生
    - 第二节 聪明宝宝孕育难
    - 第三节 孕前慎待这些病
  - 第六章 人工授精的知识
    - 第一节 人工授精是怎么一回事
    - 第二节 精液的采集与不孕症发生原因
- 第二篇 准妈妈胎教
  - 第一章 胎儿成长大环境
    - 第一节 孕妇的修养很重要
    - 第二节 胎教中的主角与配角
    - 第三节 胎教注重每一步细节
  - 第二章 胎教进行时
    - 第一节 熟识胎儿的生命活动
    - 第二节 你了解胎教吗
    - 第三节 你会和胎儿沟通吗
    - 第四节 胎教，莫忘了音乐
- 第三篇 孕期保健须注重
  - 第一章 产检与患病孕妇注意事项
    - 第一节 产期可推测，产前做检查
    - 第二节 患病孕妇注意啦
  - 第二章 准妈妈生活起居
    - 第一节 生活细节须谨慎
    - 第二节 孕期每个月该做些什么
    - 第三节 适时、适当运动
    - 第四节 不良习惯，危及胎儿
    - 第五节 谨防身旁的各种污染

## <<十月怀胎百科全书>>

第六节 孕期药物勿乱服

第七节 各种习惯，孕妇别以待之

第四篇 孕期常见病与防治

第一章 如何应对孕期所出现的各种病症

第一节 怀孕后孕妇身体常见状况

第二节 孕期有了这些病症怎么办

第二章 妊娠异常、胎位异常的防治

第一节 各种妊娠异常症的防治

第二节 纠正异常胎位防难产

第五篇 孕妇的营养饮食方案

第一章 孕妇的合理营养需求

第一节 孕前及孕期的营养需求

第二节 孕期各阶段的不同营养需求

第三节 维生素与微量元素的作用

第四节 孕妇营养饮食有讲究

第二章 孕妇适用的家庭营养食谱

第一节 怀孕第1个月

第二节 怀孕第2个月

第三节 怀孕第3个月

第四节 怀孕第4个月

第五节 怀孕第5个月

第六节 怀孕第6个月

第七节 怀孕第7个月

第八节 怀孕第8个月

第九节 怀孕第9个月

第十节 怀孕第10个月

第六篇 孕期最后阶段——待产与分娩

第一章 产前各项准备

第一节 待产日子，你做好准备了吗？

第二节 迎接新生宝宝，母亲要准备什么

第三节 分娩前须掌握的一些常识

第四节 分娩时怎样助力与呼吸

第二章 分娩常识

第一节 临产预兆与分娩方式

第二节 分娩方法因人而异

## 章节摘录

版权页：插图：第二节聪明宝宝孕育难 一、孩子的智力由什么决定 智力也是有一定的遗传基础。我们看到，有较高智商父母的子女往往比较聪明，反之亦然。

统计资料表明，双亲智力正常者，其子女73%的智力正常；若双亲为一个智力低下一个智力正常者，其子女64%的智力正常；双亲均为智力低下时，其子女只有28%的智力正常；双亲一个智力低下一个智力缺陷时，子女只有10%的智力正常；两个智力都有缺陷的父母，其子女只有4%的智力正常。

这说明智力与遗传有着密切的关系。

但是，如果仅根据上述数字就认为“龙生龙，凤生凤”，孩子的聪明或愚笨完全是父母给的，那就未免失之偏颇了。

在我们周围不乏有这样的例子，有些父母都是高级知识分子，而子女却连中学都只勉强毕业；而有的父母文化程度都比较低，孩子却得到了高等学位。

这是因为产生智力的温床是大脑，而大脑的生长发育又受遗传和环境两方面因素的调节控制。

1.只有先天遗传素质较好的孩子，才有可能在后天的培养教育因素的影响下，获得较高的智能。

而对那些先天素质较差，例如，有遗传缺陷等问题的孩子，施行同样的教育手段则收效甚微。

同样道理，对那些天赋很好的孩子，如不适时进行教育，为其创造良好的生长环境，那么其先天具有的优越条件将随着时光的流逝而消失殆尽。

历史上这样的例子并不少见。

宋朝有个叫方仲永的神童，5岁即能吟诗作赋，曾名噪一时，但其后一生却很平庸，没有在文坛上留下只言片语。

2.某些有害因素的刺激也会影响胎儿的大脑发育，进而影响智力。

比如孕妇在怀孕期间患了某些疾病、受到放射线照射、吸烟、酗酒、服药不当以及营养不良等等。

可见，对孩子的智力来说，遗传与环境因素关系密切，缺一不可。

我们既不能片面夸大遗传的作用，忽视环境的因素，也不能不顾遗传的影响，一味追求环境因素。

只有二者兼顾，相辅相成，才能“外因通过内因而起作用”，使孩子的智能潜力得到最为充分的发挥。

二、先天愚型孩子的产生原因 “先天愚型”是一种常见的遗传性疾病。

据估计，目前我国至少有120万人患有此类；突病。

它是由于染色体的数目、结构或排列发生错误而引起的。

## <<十月怀胎百科全书>>

### 编辑推荐

《十月怀胎百科全书》是一本集知识性、科学性、实用性于一体的书，它是每一位准妈妈的贴心朋友，相信有它的一路陪伴，你将孕育出最聪明、最健康的宝宝，快乐地度过一段幸福、难忘的待产之路

.....

<<十月怀胎百科全书>>

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>