

<<欢迎你!-10出生的宝宝>>

图书基本信息

书名：<<欢迎你!-10出生的宝宝>>

13位ISBN编号：9787543681613

10位ISBN编号：7543681617

出版时间：2012-5

出版时间：青岛出版社

作者：渡边丰子 编

页数：95

译者：左苏豫

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>

## <<欢迎你!-10出生的宝宝>>

### 内容概要

宝宝出生一个月之后，要开始逐渐让宝宝呼吸室外的新鲜空气。选择风和日丽的日子，打开窗户，让宝宝的脸蛋和手脚接触室外的空气，每次约5分钟时间。宝宝呼吸室外的空气可以提高宝宝的心肺机能。要避免阳光直射，因为那样的话刺激太强。

这个时间段的宝宝视力有些类似成年人近视的状态，所以在给宝宝挑选玩具的时候，尽量挑选宝宝喜欢的红色、黄色等鲜艳一些的颜色。一边播放音乐，一边悬挂一个不停旋转的木马，或者在宝宝看得到的地方摇晃哗啷棒，这些都应该会有助于宝宝的发育。

<<欢迎你!-10出生的宝宝>>

作者简介

编者：（日本）渡边丰子 译者：左苏豫 渡边丰子，1949年出生于日本大阪府，毕业于札幌医科大学医学系。

现任都立墨东医院妇产中心新生儿部部长。

每天都要和新生儿疾病与紧急治疗打交道，积累了丰富的经验，而且，对于治愈出院的婴儿还要进行跟踪走访，以促进他们更好地成长、发育。

同时作者自己还是4个孩子的母亲，因此，作为医生她有丰富的临床经验，作为母亲她有切身的育儿感悟。

## <<欢迎你!-10出生的宝宝>>

### 书籍目录

新的一年正等待着新妈妈与宝宝一起成长哟 都立墨东医院妇产科中心新生儿科部长 请您享受怀孕后的生活，等待与宝宝相见的一刻 孕期注意事项与建议 做好孕期记录 做好住院准备了吗？

临产先兆终于来了但是，不要着急！

10月出生的宝宝将要度过这样的一年 与10月出生的宝宝共同庆祝的节日一览表 10月出生的宝宝预防接种与体检的示范时间表 写给准备重返职场的妈妈 育儿所需的紧急联系电话 10月出生的宝宝（10月）10月出生的宝宝（11月）10月出生的宝宝（12月）10月出生的宝宝（1月）10月出生的宝宝（2月）10月出生的宝宝（3月）10月出生的宝宝（4月）10月出生的宝宝（5月）10月出生的宝宝（6月）10月出生的宝宝（7月）10月出生的宝宝（8月）10月出生的宝宝（9月）

## <<欢迎你!-10出生的宝宝>>

### 章节摘录

版权页：插图：初期怀孕1~3个月不要去人多拥护的场所，暖暖和和地度过这段时光。

很多预产期在10月份的准妈妈们也许会在初春时节开始出现孕吐症状，食欲不佳。

即使什么也吃不下，也不用过于担心，有时候可以出去走一走，散散心。

不过，要注意不要去人多拥挤的场所，不要让自己着凉噢。

妊娠初期仍是一个很不稳定的时期，如果活动过量，会造成流产。

尽可能控制外出旅游噢。

外出时，要避免长时间的旅途奔波，行程安排要宽松。

春怀孕4~6个月孕吐症状逐渐好转，新绿绽放时节会感觉到胎动可能很多人会在怀孕4~5个月的时候，孕吐症状逐渐好转。

请注意饮食不要过量。

反过来说，即使有人孕吐症状没有好转也不用担心。

即使什么也吃不下，宝宝也会生长发育的。

新绿绽放的5月可能会感觉到有胎动。

患有花粉症的人症状可能逐渐严重，但打喷嚏不会引起流产或早产。

不要随意到药店里买药吃，要咨询医生。

夏怀孕7~8个月食欲恢复正常，进入妊娠稳定期。

注意不要因空调温度过低而着凉！

许多孕妇呕吐症状至此已经结束，同时也进入了妊娠稳定期。

尽管食欲已恢复，但要注意不要让体重过度增加。

夏季外出旅行，行程要安排得宽松些，旅途不要太劳累。

天气一天天地变热、体重一天天地增加，往往会让准妈妈们懒得活动。

但适度的运动也是很重要的。

想挑战孕妇有氧保健操和孕妇游泳等运动的孕妇，请务必咨询主治医生哟。

在室内度夏，要注意不要因空调温度过低而着凉哟！

秋怀孕9个月~这是一个美味飘香的季节，但孕妇不可饮食过量，要控制体重噢。

暑气渐退，而同时准妈妈们也一点点真切地感觉到快分娩了。

计划返乡分娩的准妈妈们，大概会在这个时期回家乡吧。

这个时期准妈妈的体重会增加很多，而体重过度增加可能造成浮肿或妊娠高血压，因此请注意饮食不要过量。

预产期逐渐临近，孕妇因肚子越来越大而懒得活动。

请提早做好住院和迎接宝宝的准备工作吧。

宝宝出生的日子不一定就是预产期当天。

妊娠满37周之后，请提前准备好住院所需物品，这样任何时候出现阵痛，也用不着手忙脚乱。

将出租车公司、医院等的联系方式贴在所有家庭成员都知道的地方，以便使用。

提早编写宝宝出生后要报喜的对象名单，这样，一旦宝宝提前出生也不会惊慌失措。

尽可能一边和腹中宝宝聊天，一边轻松愉快地度过妊娠最后的日子。

## <<欢迎你!-10出生的宝宝>>

### 编辑推荐

《欢迎你!10月出生的宝宝》编辑推荐：宝宝出生一个月之后，要开始逐渐让宝宝呼吸室外的新鲜空气。选择风和日丽的日子，打开窗户，让宝宝的脸蛋和手脚接触室外的空气，每次约5分钟时间。宝宝呼吸室外的空气可以提高宝宝的心肺机能。要避免阳光直射，因为那样的话刺激太强。这个时间段的宝宝视力有些类似成年人近视的状态，所以在给宝宝挑选玩具的时候，尽量挑选宝宝喜欢的红色、黄色等鲜艳一些的颜色。

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>