

<<准妈妈孕产完全手册>>

图书基本信息

书名：<<准妈妈孕产完全手册>>

13位ISBN编号：9787543934849

10位ISBN编号：7543934841

出版时间：2008-4

出版时间：上海科学技术文献出版社

作者：吴世冉，高杨 编著

页数：230

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>

<<准妈妈孕产完全手册>>

内容概要

当新生儿第一声嘹亮的啼哭划破生命的静寂，一朵希望之花从此绽放出人生的绚丽；当可爱的宝宝牙牙学语，用稚嫩的声音喊出第一声“妈妈”时，我们眼中会饱含激动的泪水；当聪明的孩子姗姗学步，迈开七彩人生的第一步时，我们心中又会激荡起幸福的浪花……然而，为了那一声嘹亮，准妈妈要付出10个月甚至更久的艰辛。

在怀孕的10个月里，准妈妈不仅要关注胎儿的成长，还要注意自身的保健，了解和掌握孕前、孕后的每一件事情。

身体的每一个生理反应、胎儿的每一次蠕动，都会让年轻的您既充满无限欣喜，又小心谨慎。

本书既是识途的老马，又是航行的舵手。

它将从孕前准备开始，全方位关注准妈妈孕期遇到的问题，详尽地介绍怀孕妊娠、科学胎教、孕期保健、轻松分娩以及产后疾病的防治等方面的相关知识，为您提供全面的、科学的、权威的孕期指导，告诉您在孕期不知道的、想知道的、应该知道的一切。

本书语言轻松、简洁，内容翔实、全面，结构严谨，层次清晰，文字通俗易懂，融科学性、指导性、实用性为一体，倡导一种明智和负责的态度，伴随准妈妈一起走过难忘的日日夜夜，孕育出聪明可爱的宝宝。

<<准妈妈孕产完全手册>>

书籍目录

未雨绸缪——孕前准备 一、孕前大讲堂 1.孕前必知 2.孕前检查没商量 3.掌握最佳受孕时机 二、优生优育 1.优生优育指导 2.婴儿遗传性疾病 3.婴儿先天性疾病 三、准妈妈孕前笔记 1.孕前准备工作 2.家族和谐 3.孕前饮食 4.孕前防病小荷初露——妊娠反应 一、一孕百应——孕妇生理变化及反应 1.怀孕信号 2.确定怀孕测试 3.妊娠期生理变化 二、迎新日程——孕期工作生活安排 1.预产期推测 2.孕期工作安排 3.孕期生活安排先人一步——科学胎教 一、智者先飞——胎教的价值 1.胎教的理论依据 2.胎教的意义 二、百花之蜜——胎教诸法 1.胎教原则 2.胎教方法 3.准爸爸的胎教作用 三、近朱者赤——影响胎儿生长发育的因素 1.孕妇情绪对胎儿的影响 2.孕妇生活对胎儿的影响 3.家族环境的重要性健康顾问——孕期护理保健 一、护理专家 二、保健高手家有华佗——孕期疾病防治 一、家庭医生——孕期常见病及预防 二、生活雷区——孕期多禁忌风雨彩虹——平安分娩 一、万事俱备——分娩准备 二、主动配合——平安分娩拨云见日——产后坐月子 一、月子保健 二、月子护理

<<准妈妈孕产完全手册>>

章节摘录

未雨绸缪——孕前准备小时候，学习成语“天伦之乐”时只是懵懂其意，当慢慢长大，才逐渐体会到其深刻含义。

家庭的温暖和欢乐，父母无微不至的关爱，我珍藏在心底，而在梦境中，属于自己的未来幸福家庭图景也越来越清晰：丈夫深情的眼神，孩子的欢声笑语……终于有一天，我穿着圣洁的婚纱和他步入神圣的婚姻殿堂，在他为我戴上钻戒的那一刻，幸福的暖流溢满我心。

当新婚的甜蜜慢慢融入日常琐事里，生活也似乎渐渐失去了原有的激情……直到有一天看到电影《超能塞豆隆》中那个只会爬的精灵小宝贝，我忽然发觉心底那根叫做母爱的情感琴弦被拨动了，我开始想要做一个母亲，想要一个天使般可爱的孩子降临在我的世界里。

当和老公吐露心声后，才知道我们是多么的心有灵犀，我们都渴望孕育自己的精灵宝贝，享受人生的天伦之乐！

<<准妈妈孕产完全手册>>

编辑推荐

《准妈妈孕产完全手册》语言轻松、简洁，内容翔实、全面，结构严谨，层次清晰，文字通俗易懂，融科学性、指导性、实用性为一体，倡导一种明智和负责的态度，伴随准妈妈一起走过难忘的日日夜夜，孕育出聪明可爱的宝宝。

<<准妈妈孕产完全手册>>

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>