

<<妊娠 分娩 育儿>>

图书基本信息

书名：<<妊娠 分娩 育儿>>

13位ISBN编号：9787547003824

10位ISBN编号：7547003826

出版时间：1970-1

出版时间：崔钟雷 北方联合出版传媒(集团)股份有限公司，万卷出版公司 (2009-11出版)

作者：崔钟雷 编

页数：226

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>

<<妊娠 分娩 育儿>>

前言

孕育生命是一个神圣而幸福的使命，每个母亲都希望拥有一个健康、聪慧的宝宝，要想使这一心愿圆满达成，就需要从孕前开始做好准备，充分掌握关于孕产期饮食、保健、胎教、育儿等方面的知识，这正是我们编写《妊娠分娩育儿》、《0-3岁育儿百科全书》的目的，为初为人父、为人母的年轻夫妇提供全面、科学、准确的育儿指导。

本书针对中国生育理念的特殊性，参考了国外成熟的孕产、胎教、育儿的经验，内容全面丰富。体例新颖，语言通俗易懂，数据丰富，图文并茂，对孕产期、育儿期中可能遇到的问题提供了完整、准确的答案。

本套丛书实用性强，适用于广大孕产期的准妈妈们及其家人参考查阅。

《妊娠分娩育儿》向准妈妈和新妈妈们提供了妊娠、分娩、育儿各个阶段中可能出现的各种问题的讲解，从生活常识、身体保健、胎教优生、科学护理和喂养等方面入手，让妈妈们度过这一特殊阶段。

《0-3岁育儿百科全书》将宝宝0-3岁的生长特征、饮食、智能开发、常见疾病等日常生活中可能遇到的各种养育知识一一讲述，希望可以成为各位父母的育儿好帮手。

<<妊娠 分娩 育儿>>

内容概要

妊娠、分娩、育儿是女性重要的人生阶段，是一个新生命从孕育到诞生的全过程，有很多问题需要我们重视。

《妊娠分娩育儿》全面的关注女性孕前、孕期到产后的各种常见问题，为新手父母解答困惑，提供科学、合理的建议。

《妊娠分娩育儿》以时间为线索，全面介绍这一时期中会出现的各种问题并给予细致的解答，不是大框的梳理，而是专注于细节，深化读者已有的知识，让读者对各方面问题有更深入的认识和理解：内容广泛，资料翔实，配以图片解说，生动活泼，相信每位父母都可从《妊娠分娩育儿》中获益。

<<妊娠 分娩 育儿>>

书籍目录

第一章 安全快乐的妊娠期第二章 迎接新生命第三章 新妈妈产后护理第四章 养育健康聪明的宝宝

第一章 安全快乐的妊娠期一、孕前准备1.准备实施“宝贝计划”2.最佳受孕年龄3.最佳受孕季节4.最佳受孕时间的体征5.怀孕计划倒计时二、孕期保健1.了解各种怀孕信号2.正确推测预产期3.记好怀孕日记4.定期检查5.正确的起居姿势及坐姿6.孕妈妈要注意睡姿7.孕期性生活应有节制8.做好体重管理9.孕妈妈的安全小药房10.孕妈妈不宜戴隐形眼镜11.孕妈妈不要睡软床12.孕妈妈洗澡要注意13.孕妈妈的衣着打扮14.孕妈妈选鞋要注意15.孕妈妈要动静相宜16.孕妈妈要注意保暖17.重视日常小动作18.孕妈妈宜多做腹式呼吸19.孕妈妈应劳逸结合20.上班的孕妈妈的注意事项21.孕妈妈熬夜阻碍胎宝宝脑部发育22.孕期应进行乳房保健23.肥胖孕妈妈的自我护理24.瘦弱孕妈妈的自我护理25.做好家庭自我监护26.高龄初产妇应加强孕期保健27.双胞胎孕妈妈的保健28.认识各种异常胎动29.消除早孕反应30.孕期常见病症及防治31.护理孕期水肿32.孕期牙齿疾病33.反复流产要重视34.警惕妊娠期抑郁症35.孕妈妈应注意保护心脏36.小心病毒感染37.小心孕妈妈的仰卧综合征38.孕妈妈不宜染发或烫发39.不让妊娠纹爬上来40.孕期平安度过酷暑41.孕期温暖度过严冬42.适量的有氧运动43.孕期作B超检查须谨慎44.预防早产Tips45.孕晚期及时查胎位46.正确分辨破水及其他三、学做孕妈妈保健操1.孕三月保健操2.孕四月保健操3.孕五月保健操4.孕六月保健操5.孕七月保健操6.孕八月保健操7.孕九月保健操8.孕十月保健操9.助产保健操四、孕期营养1.准妈妈饮食的基本原则2.准妈妈的营养需求3.适宜准妈妈食用的超优质食物五、完美孕程变化图解1.怀孕1个月2.怀孕2个月3.怀孕3个月4.怀孕4个月5.怀孕5个月6.怀孕6个月7.怀孕7个月8.怀孕8个月9.怀孕9个月10.怀孕10个月

第二章 迎接新生命一、临产准备1.心理备战2.孕妈妈应准备好的衣物3.准爸爸应做的事4.准备好婴儿物品5.安排好所有的事务6.孕妈妈何时需要去医院7.临近分娩的征兆二、分娩过程1.分娩常识2.分娩的三个产程3.分娩时的注意事项4.分娩时的正确呼吸法5.分娩时的异常情况6.自然分娩7.无痛分娩8.特殊分娩9.需要采取剖宫产的情况10.早产及应对的情况11.难产及应对策略.....

第三章 新妈妈产后护理第四章 养育健康聪明的宝宝

<<妊娠 分娩 育儿>>

章节摘录

插图：流感病毒多产生于冬末春初季节。

被流感病毒感染的孕妈妈会出现发烧、头痛、咳嗽、呼吸困难、全身酸痛等症状。

这类病毒通过胎盘到达胎宝宝体内会引起小头畸形、无脑畸形、唇裂。

巨细胞病毒如果孕妈妈首次感染巨细胞病毒，那么对胎宝宝的危害将会非常严重。

这种病毒广泛存在于患者的各种器官和血液中，潜伏期可长达几年，主要通过乳汁、尿液和唾液等途径排泄，排泄时间为数月至几年。

当孕妈妈感染这类病毒后，一般没有明显症状，只有个别孕妈妈出现发热现象，偶尔出现红色丘疹。

病毒还可以通过胎盘感染胎宝宝而引起胎宝宝流产、早产、小头畸形、失明、耳聋、智力低下、发育迟缓等。

疱疹病毒这类病毒主要通过皮肤、手、消化道、呼吸道、黏膜密切接触而引起。

如果在怀孕第二个月感染，病毒可通过胎盘感染胎宝宝，形成母体子宫内先天感染，胎宝宝会出现小头畸形、发育不良、脑积水、智力发育不全、流产、心脏异常等症状。

如果孕妈妈产道中有疱疹病毒，那么病毒会在分娩过程中感染新生儿，使其出现全身性疾病，表现为皮肤湿疹、全身发热、黄疸，甚至会导致胎宝宝死亡。

乙型肝炎病毒乙型肝炎病毒是对胎宝宝产生影响的主要病毒。

这种病毒可以通过胎盘或产道感染胎宝宝，因此为避免影响胎宝宝的健康。

<<妊娠 分娩 育儿>>

编辑推荐

《妊娠分娩育儿》：孕前准备了解怀孕知识孕期护理解答各种困惑分娩教程迎接宝宝诞生育儿指导培育健康宝宝贴心打造最健康的生活图书

<<妊娠 分娩 育儿>>

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>