

<<孕产妈咪营养保健1000问>>

图书基本信息

书名：<<孕产妈咪营养保健1000问>>

13位ISBN编号：9787802035898

10位ISBN编号：7802035899

出版时间：2009-6

出版时间：李晨霞 中国妇女出版社 (2009-06出版)

作者：李晨霞

页数：403

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>

<<孕产妈咪营养保健1000问>>

内容概要

孕育一个聪明、健康的宝宝可不是一件简单的事，关于它你了解多少生男生女、早孕反应、胎儿发育、孕期营养、科学胎教、顺利分娩、产后恢复……准父母最关心的问题，妇产科专业医师为你一一解答。

<<孕产妈咪营养保健1000问>>

作者简介

李晨霞，北京海淀医院妇产科主治医师，医学硕士。

从事妇产科临床工作10余年，在孕产期保健、分娩镇痛等方面有着丰富的临床经验，能独立完成妇科领域“三大镜”手术，在《中华妇产科》《中华围产医学》《中国医刊》《中国计划生育》等杂志上发表学术论文10余篇。

<<孕产妈咪营养保健1000问>>

书籍目录

第1章 孕前准备Q&A 孕前心理准备 孕前生活准备 孕前生理准备 孕前检查须知 成功受孕的必备条件
第2章 孕早期（0~12周）营养保健Q&A 孕妈妈和胎宝宝的变化 饮食与营养建议 日常保健须知 产前检查与自我监测 常见病的预防与应对 科学胎教ABC
第3章 孕中期（13~28周）营养保健Q&A 孕妈妈和胎宝宝的变化 饮食与营养建议 日常保健须知 产有检查与自我监测 常见病的预防与应对 科学胎教
第4章 孕晚期（29~40周）营养保健 孕妈妈和胎宝宝的变化 饮食与营养建议 日常保健须知 产有检查与自我监测 常见病的预防与应对 科学胎教
第5章 分娩Q&A 分娩的准备 分娩的先兆 分娩的方法 分娩的过程
第6章 产后恢复Q&A 产后的身体变化 产后的日常起居 产后营养与饮食 产后哺乳 产后避孕 产后健身与美容 产后常见病的应对

<<孕产妈咪营养保健1000问>>

章节摘录

插图：A：在怀孕至4个月左右时，由于子宫增大，同时子宫圆韧带被牵拉，有些孕妈妈会感觉有些腹痛，多位于下腹部子宫的一侧或双侧，呈牵扯痛、钝痛或隐痛，走较远的路或者变换体位时疼痛会变得更明显，这种腹痛一般为生理性腹痛，多卧床休息即可缓解。

在孕中期，如果性交时过于用力也会引起孕妈妈腹痛。

Q：孕中期发生急性腹痛怎么办？

A：急性腹痛是此期孕妈妈常见的疾病之一，但很多时候会被误认为是由于怀孕反应引起而延误医治，并造成不良后果。

急性腹部疼痛总称为急腹症，包括内科、外科、妇科的多种疾病，如内科的急性胃肠炎、泌尿系统感染等，外科的急性阑尾炎、肠梗阻、尿路结石等，妇科的卵巢囊肿破裂等。

急腹症不仅带来痛苦不适，诱发流产或早产，严重时可能危及生命。

一旦发生一定要高度重视，及时去正规医院就医，接受检查和治疗。

Q：食管裂孔引起的腹痛有何症状？

A：此时由于胎儿增大，孕妈妈腹腔压力上升，如果孕妈妈食管与胃相连的食管裂孔增宽，可能会出现食管裂孔而导致腹痛。

这种腹痛多伴有胸闷、气短、胸痛、胃里反酸、打嗝等症状。

<<孕产妈咪营养保健1000问>>

编辑推荐

孕育一个聪明、健康的宝宝可不是一件简单的事，关于它你了解多少？

生男生女、早孕反应、胎儿发育、孕期营养、科学胎教、顺利分娩、产后恢复……准父母最关心的问题，妇产科专业医师为你一一解答。

你都答对了吗？

如果没有，赶快翻开李晨霞编著的《孕产妈咪营养保健1000问》，书里都有详细的解答噢！

<<孕产妈咪营养保健1000问>>

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>