

<<孕产保健全方案>>

图书基本信息

书名：<<孕产保健全方案>>

13位ISBN编号：9787802036031

10位ISBN编号：7802036038

出版时间：2009-1

出版时间：中国妇女出版社

作者：戴耀华，范玲 主编

页数：299

字数：314000

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>

## <<孕产保健全方案>>

### 内容概要

做好孕期、分娩及产后的保健直接关系到孕产妇的健康及新生儿的安全降生。为此，数位专家就孕产妇在孕产期的营养、生活、运动、疾病防治等方面给予了全面、具体的指导，另外，书中就新生儿养育等方面的知识进行了较详细的介绍。本书是孕产保健及新生儿养育的实用指导书。

## <<孕产保健全方案>>

### 作者简介

戴耀华：首都儿科研究所研究员博士生导师世界卫生组织儿童卫生合作中心主任。多年来致力于儿童疾病控制儿童早期发展的研究。已出版多部儿童养育早期发展以及疾病综合管理等方面的专著。目前为多项国家和国际台作研究课题的负责人。

## <<孕产保健全方案>>

### 书籍目录

第一章 孕前保健 基本常识 什么时候当妈妈好 哪个季节适宜怀孕 怎样选择受孕时机  
如何才能受孕 为什么女性高潮时受孕有利于优生 为什么35岁以上的女性妊娠与分娩的风险  
更大 怎样做好怀孕前的心理准备 掌握一些相关知识 树立新观念 保持乐观稳定的情绪  
孕前需要哪些营养储备 怎样安排孕前生活 哪些情况不宜怀孕 哪些职业对生育宝宝有危害  
什么情况下可以带病怀孕 停止采取避孕措施后多长时间适宜怀孕 停药避孕药 取环后  
人工流产等手术后多长时间怀孕好 人工流产、早产 剖腹产手术 X光照射后多长时  
间适宜怀孕 胎儿的性别是怎样决定的 胎儿的性别能控制吗 孩子能继承父母的哪些特征  
血型是怎样遗传的 哪些疾病可以遗传 怎样判断怀孕了 月经停止 基础体温不下  
降 恶心或呕吐、偏食 排尿次数增多 阴道的变化 乳房的变化 去医院确  
诊 .....第二章 孕期保健第三章 孕期的胎教第四章 临产与分娩的保健要点第五章 产后身  
体的变化与保健第六章 新生儿养育

## &lt;&lt;孕产保健全方案&gt;&gt;

## 章节摘录

第一章 孕前保健基本常识什么时候当妈妈好生养一个健康漂亮的宝宝，是每位父母最大的希望。究竟什么时候是当妈妈的最佳年龄呢？

国外专家认为，健康青年男女在18—30岁之间均为最佳生育年龄。

我国专家学者认为，从优生优育的角度来讲，女性在23—29岁之间，男性在25—32岁之间生育最好。因为此阶段男女性器官发育完全成熟，睾丸、卵巢功能最活跃，加之其体格健壮，精力充沛旺盛，排出的精子和卵子质量最高，如果这个阶段怀孕，将会获得最佳胚胎。

然而，生育的理想年龄的选择，对于年轻夫妇来说，还往往受着诸如环境条件、伦理观念以及生理、心理等多方面因素的制约。

当前，已有许多的年轻夫妇越来越重视主客观条件的综合考虑，以求得生育年龄的最佳“适宜值”。例如，有的年轻夫妇在事业上正处于双双攻关的关键时刻，就不妨把生育年龄稍稍推迟；又如有的夫妇一方或双方生殖系统的功能需要诊治，也不妨等完全康复后再生育……这些做法也不妨视为另一种意义的最佳生育年龄的选择方式。

目前，最佳生育年龄的择定，还应考虑到孩子出生后的优生条件是否具备等。

许多年轻夫妇已有这样的远见卓识，他们当中有些人为了创造这一条件，宁肯在避免高龄初产（女性超过35岁）的前提下适当推迟育龄，以求得事业上的发展和生育上的从容。

从近几年的统计资料来看，越来越多的职业妇女要到30岁左右才结婚生育。

这是因社会时代发展、人们传统意识改变和就业压力不断增加而造成的。

在这个阶段，她们认为拥有稳定的工作和丰厚的经济收入，更有利于生养子女。

## <<孕产保健全方案>>

### 编辑推荐

阅读《孕产保健全方案》您可以了解：孕前准备知识。

孕期每个月胎儿及母体的变化情况。

孕期注意事项及疾病防治知识。

胎教的具体方法。

分娩及产褥期的保健要点。

产后瘦身方案。

新生儿喂养与护理的具体方法。

新生儿疾病防治要点。

信赖权威专家·学习正确方法。

著名专家悉心指导，荟萃孕产期保健知识精华。

全面介绍孕产妇保健与新生儿养育知识。

奉献给孕产妈妈和可爱宝宝。

<<孕产保健全方案>>

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>