第一图书网, tushu007.com

<<40周孕期全程手册>>

图书基本信息

书名：<<40周孕期全程手册>>

13位ISBN编号：9787501949144

10位ISBN编号：750194914X

出版时间：2005-6-1

出版时间：中国轻工业出版社

作者：徐蕴华

页数：256

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

前言

怀孕，每一位女性最期待、最渴盼的幸福时光，拥有一生中最骄傲、最美丽的曲线。
　当获知自己体内有一个小生命开始孕育的那个时刻起，一种由衷而生的激情，一种庄严神圣的感觉便会涌上心头。
从此，心头上有了一份牵挂，生活中有了一种希冀。
从此，身体的每一根神经都牵挂于那个在肚子里慢慢成长的神奇生命。
怀孕女人的内心，惊喜和惊愕同在——惊喜于一个生命的到来，惊愕于对自己身体的无知。
　在这美丽动人的40周历程中，相伴准妈妈的不仅是将为人母的喜悦和骄傲，还有很多麻烦和疑虑时时在困扰。
怎样轻松、平安、顺利地走过孕育小宝贝的生命历程?这是每一位将为人母者所迫切想知道的。
　本书以图文并解的形式，由积累四十余年产科经验的专家为您提供全面的、系统的、权威的孕期指导，伴随准妈妈从妊娠第一周到最后一周。
告诉准妈妈自身的变化、胎儿的生长发育、准妈妈的日常饮食营养以及在生活中应该注意的事项，全方位细心呵护准妈妈和宝宝一起成长的每一天，伴随准妈妈和宝宝在妊娠中的每一分钟。
　本书将告诉准妈妈在孕期中不知道的、想知道的、应该知道的一切，打消您在孕育过程中的全部顾虑，使您轻松愉快地度过一段奇妙之旅。
相信从怀孕到初为人母的这段经历必将成为您一生中最美妙的回忆。
　不一样的孕育，不一样的未来!本书是送给所有准妈妈的最好礼物，准妈妈最可信赖的孕期指南。

内容概要

积累四十余年妇产科经验的专家为您提供全面的、系统的、权威的孕期指导，伴随准妈妈从妊娠第一周到最后一周。
提供最新的孕产信息，告诉准妈妈自身的变化、胎儿的生长发育、准妈妈的日常饮食营养、在生活中应该注意的事项，告诉准妈妈在孕期不知道的、想知道的、应该知道的一切。
配以插图详解，倡导一种明智和负责的态度，以帮助初为父母者学习。
伴随准妈妈一起走过难忘的日日夜夜，度过一个健康快乐的妊娠期。

作者简介

徐蕴华,中国协和医科大学、北京协和医院妇产科教授、主任医师.北京市医疗事故评审专家联合国粮食开发署妇女健康项目专家卫生部开展的“ 母乳喂养和创建爱婴医院 ”部级专家联合国儿童基金会项目顾问专家.
1964年于北京协和医科大学毕业后师从原全国人大常委会委员、国际

书籍目录

一、迎接天使，你准备好了吗?
怀孕第1周：准爸妈资格考试
怀孕第2周：今天是不是好日子
二、一颗小小苹果核(孕早期)
怀孕第3周：一粒种子的诞生
怀孕第4周：躺在自己的小床上
怀孕第5周：叶酸虽小别忘补
怀孕第6周：宝宝开始心跳了
怀孕第7周：呕吐恶心，准妈妈难过的日子开始了
怀孕第8周：第一次活动
怀孕第9周：胚芽期的结束
怀孕第10周：度过流产危险期
怀孕第11周：快速奔跑的小马
怀孕第12周：水上芭蕾舞蹈家
怀孕第13周：一只粉红的小桃子
怀孕第14周：开始皱眉做鬼脸了
三、吃手翻跟头，我都会了!(孕中期)
怀孕第15周：唐氏筛查，甜蜜的"恐慌"
怀孕第16周：不停地打嗝
怀孕第17周：发现好玩具--脐带
怀孕第18周：胃口大开一吃原来可以这么肆无忌惮
怀孕第19周：开始自我监测胎动
怀孕第20周：穿上孕妇装，参加培训班
怀孕第21周：胎教开始
怀孕第22周：宝宝长出指甲了
怀孕第23周：皱巴巴的小老头
怀孕第25周：大脑的发育高峰期
怀孕第26周：睁开眼睛看"世界"
四、一个真正的小人儿(孕晚期)
怀孕第27周：长出柔软细密的头发
怀孕第28周：做个好梦吧，小宝贝
怀孕第29周：远离妊娠高血压
怀孕第30周：行动吃力、呼吸困难--艰难的时刻
怀孕第31周：宝宝的房子变小了
怀孕第32周：宝宝的东西准备好了吗"
怀孕第33周：圆润可爱的小宝贝
怀孕第34周：做好准备，头朝下
怀孕第35周：忐忑不安的时期
怀孕第36周：宝宝的小家还安全吗
怀孕第37周：充分休息，迎接随时可能来临的见面
怀孕第38周：准妈咪待产物品全攻略
怀孕第39周：了解分娩知识
怀孕第40周：天使降临
附：新生宝宝测评标准

第一图书网, tushu007.com

章节摘录

为人父母真是一件快乐的事．那些不曾亲身经历的人永远都无法体会其中的乐趣。
但另一方面，这也是一件相当不容易的事，其中的辛苦同样是非亲身经历者难以想像!当你开始觉得二人世界好像缺少了点什么，如果有个孩子能围绕在身边一定充满幸福感；那么你需要知道，在孕育一个小生命之前，到底应该怎么做。
这时，你需要从心理、生理和物质等各方面做好准备，从现在起你将经历生命中最大的变化，从现在开始你将进入一个全新的时期，你将成为一个孩子的妈妈。
做好准备了吗?那么，就从现在开始吧!专业建议。
过去，大家都只强调怀孕期间的身心健康。
现在．大多数医生则认为，要维持整个孕期的健康．就应该不只看真正怀孕的这9个月。
据世界卫生组织报告抽检结果表明，即使在孕妇各种检查、诊断结果均为正常的情况下，仍有2%的胎儿出生后．会出现某些方面的异常。
因此，对于准备怀孕的女性来说，如何在怀孕前做有计划的优生怀孕，实在是一个不得不引起重视的问题。
所以,完整的怀孕期间，应该扩充到12个月．其中包括至少3个月的怀孕准备期。
在这个准备怀孕的期间内，将自己的身心健康维持在巅峰状态．对你未来有一个健康顺利的怀孕过程．以及孕育一个健康的宝宝来说，绝对助益良多。
P10-11

编辑推荐

迎接天使，你准备好了吗?怎样轻松、平安、顺利地走过孕育小宝贝的生命历程?孕期中，你不知道什么？
想知道什么？
应该知道什么？
……积累三十余年妇产科经验的全国著名妇产科专家在《40周孕期全程手册》中统统会告诉你！

第一图书网, tushu007.com

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