

<<怀孕育儿大百科>>

图书基本信息

书名：<<怀孕育儿大百科>>

13位ISBN编号：9787506468091

10位ISBN编号：7506468093

出版时间：2010-11

出版时间：中国纺织出版社

作者：李淑娟

页数：622

字数：480000

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>

<<怀孕育儿大百科>>

内容概要

怀孕生产是一项复杂的工程，育儿更是一项艰巨的任务，这让很多年轻人感到不知所措。其实，只要掌握一定的孕产育儿知识，并付诸实践，就可以生养出健康、聪明的宝宝。本书集孕前、孕期、分娩、产后、育儿知识于一册，将优生、优孕、优育理念和知识，以通俗的语言表现出来，并针对孕产育儿过程中可能遇到的问题，提出切实可行的解决方案。让求子心切的你，不仅可以充分享受怀孕的乐趣，更能生养出一个健康、聪明的可爱宝宝。

<<怀孕育儿大百科>>

书籍目录

第一篇 孕前 第一章 孕产知识不可少 优生的原则 孕育新生命的奥秘 注意经期卫生利于受孕 影响受孕成功的因素 怎样计算排卵日 掌握最佳受孕时机 遗传与孕育 高龄产妇不要担忧 孕前要注意劳动保护 胎儿性别的科学预测 第二章 孕前心理准备要做好 值得高兴的“喜”事 保持和谐的夫妻关系 树立生个好宝宝的信心 消除不必要的忧虑 调节最佳怀孕情绪 第三章 生理准备需独到 做一个周全的孕前计划 未来爸爸的准备 未来妈妈的准备 为受孕准备充足的营养 孕前务必调控的疾病 孕前服药应慎重 孕前慎重接种疫苗 孕前积极进行体育锻炼 第四章 物资准备要周到 居住条件要适宜 合适的孕期衣物让未来妈妈健康漂亮 孕期穿鞋不能马虎 孕期睡床要适宜 孕期还要记得陶冶情操 第五章 孕前饮食保健很重要 孕前合理调整饮食 准妈妈孕前要补充的营养 孕前不宜过多食用的食物 孕前丈夫宜补充锌, 孕前对丈夫的饮食要求 身材肥胖的女性孕前应限制胆固醇摄入 计划怀孕的女性应慎用维生素 第六章 受孕禁忌, 注意事项须知道 婚后不宜立即怀孕 节日期间不宜怀孕 孕前不宜住新居 妇科炎症对怀孕的影响 避孕期间不宜怀孕 吸烟不利于怀孕 早产及流产后不宜立即怀孕 准妈妈应远离电磁波 近期受过X光照射的女性不宜立即孕 孕前不宜养宠物 “不孕”、“不育”是一回事吗 女性不孕原因及应做的检查 男性不育原因及应做的检查 第二篇 孕期 第一章 宝宝驾到先知道 怎么知道自己怀孕了 由医师确诊是否怀孕 计算预产期 什么是末次月经 第二章 十月怀胎面面俱到 一、怀孕第1个月 胚胎的成长 母体的变化 怀孕1个月时的注意事项 怀孕1个月时的饮食营养 怀孕1个月时的营养食谱 运动与动作 二、怀孕第2个月 胚胎的成长 母体的变化 怀孕2个月时的注意事项 怀孕2个月时的饮食营养 怀孕2个月时的营养食谱 运动与动作 三、怀孕第3个月 胎儿的成长 母体的变化 怀孕3个月时的注意事项 怀孕3个月时的饮食营养 怀孕3个月时的营养食谱 运动与动作 四、怀孕第4个月 胎儿的成长 母体的变化 怀孕4个月时的注意事项 怀孕4个月时的饮食营养 怀孕4个月时的营养食谱 运动与动作 五、怀孕第5个月 胎儿的成长 母体的变化 怀孕5个月时的注意事项 怀孕5个月时的饮食营养 怀孕5个月时的营养食谱 运动与动作 六、怀孕第6个月 胎儿的成长 母体的变化 怀孕6个月时的注意事项 怀孕6个月时的饮食营养 怀孕6个月时的营养食谱 运动与动作 七、怀孕第7个月 胎儿的成长 母体的变化 怀孕7个月时的注意事项 怀孕7个月时的饮食营养 怀孕7个月时的营养食谱 运动与动作 八、怀孕第8个月 胎儿的成长 母体的变化 怀孕8个月时的注意事项 怀孕8个月时的饮食营养 怀孕8个月时的营养食谱 运动与动作 九、怀孕第9个月 胎儿的成长 母体的变化 怀孕9个月时的注意事项 怀孕9个月时的饮食营养 怀孕9个月时的营养食谱 运动与动作 十、怀孕第10个月 胎儿的成长 母体的变化 怀孕10个月时的注意事项 怀孕10个月时的饮食营养 怀孕10个月时的营养食谱 运动与动作 第三章 胎教与胎儿发育 什么是胎教 胎教应从什么时候开始 准妈妈与胎儿的交流 胎儿的习惯与视觉、听觉发育 实施胎教勿心切 音乐胎教 怎样给胎儿唱歌 如何进行抚摸胎教 怎样进行光照胎教 怎样进行游戏胎教 怎样进行对话胎教 怎样进行数字和语言胎教 怎样进行情绪胎教 怎样进行求知胎教 怎样进行阅读胎教 怎样进行臆想胎教 准爸爸怎样参与胎教 如何写父母胎教日记 胎教日历重点 第四章 孕妇起居保健 孕妇的衣着 孕妇要采取正确的坐、立、姿势 布置舒适的孕妇居室 孕妇的最佳睡姿 孕妇洗澡注意事项 孕妇不宜睡席梦思床 第三篇 分娩 第四篇 产后

章节摘录

插图：膀胱炎容易复发，特别是妊娠中阴道分泌的白带增多，更容易引起复发。膀胱炎的症状有尿频、残尿感、排尿痛等，如出现这些症状，要早期接受诊察，以免患肾盂肾炎。预防方法是要勤洗勤换内裤。

注意保持外阴部的清洁。

(9) 子宫肌瘤患有子宫肌瘤的人大多在妊娠中无特殊感觉，可平安分娩。

但如在妊娠前发现的话，还是先接受系统治疗为好。

有的子宫肌瘤患者比较难于妊娠。

在妊娠时，发生流产的可能性比正常人要高很多。

再者，该病也是在分娩时发生胎位异常、宫缩无力的原因之一。

患有子宫肌瘤的人因为没有自觉症状，有的没有发现就怀孕了。

因为这种病对妊娠、分娩没有什么特别的障碍，子宫肌瘤留在体内也可分娩，分娩后也可摘除肿瘤，所以不必担心。

(10) 阴道炎阴道炎大多由念珠菌感染而引起，如果不加治疗就进行分娩，在产道中会造成宝宝感染，使宝宝患鹅口疮，在口腔黏膜及舌下生出白膜。

<<怀孕育儿大百科>>

编辑推荐

《怀孕育儿大百科》：科学诠释孕前准备知识悉心阐述孕期养胎保健精心分析分娩产后事宜详细讲解母婴保养护理全面介绍宝宝成长过程怀孕分娩育儿，科学全程指导

<<怀孕育儿大百科>>

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>