

<<十月怀胎指南>>

图书基本信息

书名：<<十月怀胎指南>>

13位ISBN编号：9787509104521

10位ISBN编号：7509104521

出版时间：2008-8

出版时间：人民军医出版社

作者：杨志松，郭俊春 编著

页数：260

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>

<<十月怀胎指南>>

前言

健康聪明的孩子，不但让家庭充满了活力和希望，也让世界充满了生机和希望。

母亲是孕育生育的“摇篮”。

她们从月经初潮开始，直到怀孕、分娩，要比男人经历更多的痛苦和磨难，所以，人们才用最美好的语言赞美天下的母亲，因为她们在母爱的感召下，义不容辞、无怨无悔地履行了自己的职责。

追溯以往，有多少女性为怀不上孩子而忧心忡忡；有多少孕妇为腹中胎儿的半途夭折而痛心不已；又有多少母亲为孩子的畸形、不健康、不聪明而难以度日。

于是，怎样生个健康、聪明、有作为的孩子，成了所有父母最美好的向往。

<<十月怀胎指南>>

内容概要

十月怀胎，是一个十分复杂的过程，如何顺利度过这10个月，生一个健康的小宝贝，对每个孕妇和家人都有许多值得注意的地方。

本书从怀孕前的准备、怀孕初期的自我诊断、怀孕期间的营养及日常生活、怀孕期间可能出现的异常，怀孕期间的自我护理及卫生要求、产前准备及安全分娩等几个方面分别讲述，语言简朴，亲切、知识性、实用性较强，对孕妇的孕期生活有实际指导作用，对从事妇幼保健、优生优育工作的人员也有一定的参考价值。

<<十月怀胎指南>>

书籍目录

怀孕前的心理准备和物质准备 1. 谈谈妇女保健 2. 了解自己的生殖系统 3. 新婚性知识 4. 婚前检查的好处 5. 多大年龄生孩子好 6. 选择最佳受孕时机 7. 怎样尽快怀上小宝宝 8. 精神因素也可造成不孕 9. 人工授精术——帮人圆了怀胎梦 10. 怀孕前的物质准备 11. 关心孕妇是丈夫义不容辞的天职 12. 房事频繁影响受孕 13. 国家对孕、产妇的保健待遇

怀孕初期的自我诊断 1. 你是否怀孕了 2. 怎样推算预产期 3. 孕妇应记住的几个时间 4. 怀孕后身体将发生哪些变化

怀孕期间的饮食起居 1. 吸烟饮酒影响胎儿健康 2. 孕妇怎样调理自己的饮食 3. 孕妇宜多食含钙、磷食物 4. 孕妇缺锌可影响胎儿大脑发育 5. 孕妇可服些干酵母 6. 孕妇饮食与胎儿智力关系密切 7. 孕妇饮用井水是否影响胎儿 8. 服用铁剂的孕妇不宜喝牛奶 9. 漫话胎儿的“住房”——子宫 10. 良好的环境有利于孕妇和胎儿 11. 注意胎儿的精神营养 12. 怀孕妇女干活时应注意什么 13. 谈谈妊娠健美 14. 怀孕期的肌肤保养 15. 妊娠晚期莫旅行 16. 孕妇的穿戴和生活保健 17. 吸毒危害下一代怀孕期间可能出现的异常和疾病 1. 孕产妇痔疮防与治 2. 怎样才能孕育一个健康聪明的孩子 3. 新婚蜜月当心泌尿道感染 4. 孕妇易患牙龈炎 5. 患心脏病的妇女可以生育吗 6. 近亲结婚怎么生了个畸形儿 7. 孩子的身高与父母的关系 8. 新婚夫妇患乙型肝炎对胎儿的影响 9. 患肺结核的病人能怀孕吗 10. 生过病残儿的夫妇能否再生育 11. 孕妇贫血影响胎儿发育 12. 父母近视能遗传给子女吗 13. 患肾病的妇女能否怀孕 14. 电视机射线对胎儿有无影响 15. 化学物理因素对胎儿的影响 16. 高龄初产妇的保健 17. 怎样看待自然流产 18. 早孕反应特别重怎么办 19. 谨防孕期病毒感染 20. 怀孕妇女的危症——急性阑尾炎 21. 为什么会生下“三瓣嘴”的孩子 22. 预知胎儿发育状况可测羊水 23. 妊娠早期阴道出血是流产吗 24. 孕妇下肢静脉曲张的防治 25. 多胎妊娠的保健 26. 怎样看待孕妇化验值异常 27. 妊娠高血压综合征及对胎儿的影响 28. 苦妹子得了什么病 29. 孕妇皮肤瘙痒怎么办 30. 高危妊娠的保健 31. 孕妇更要防煤气中毒 32. 胎儿的“恶邻”——子宫肌瘤 33. 糖尿病对胎儿有什么影响 34. 产前莫瞒流产史 35. 孕末期水肿是“胎气”吗 36. 孕末期谨防子宫内感染 37. 怀孕时间越长胎儿发育越好吗 38. 孩子为什么早产了 39. 孕妇感染用药与胎儿畸形 40. 避孕药对胎儿有什么影响 41. 孕妇应禁服哪些中药 42. 孕妇不应服阿司匹林 43. 镇静药——“海豹婴儿”的祸首 44. 可夺性命的异位妊娠 45. 乳房胀痛的6种类型 / 46. 为什么孕中期小腹会痛 47. 患性病的孕妇该做哪些检查 48. 母婴传播的疾病——艾滋病 49. 孕妇应慎用手机 50. 孕妇，请尽量远离电脑 / 78 51. 远程胎儿监护——胎儿的“保护神” 52. 孕妇慎洗热水澡 53. 不要轻易做人工流产 / 54. 为什么要做脐带采血检查 55. 癫痫妇女可以生孩子吗 56. 谈谈先天性脊椎裂 57. 早产儿吸氧：小心导致“人工”盲童 58. 不幸的经历：孕妇怀上了“梅毒胎”

怀孕期间的自我检查与护理 1. 胎动——胎儿安危的标志 2. 胎儿的自述 3. 腹中的胎儿是男还是女 4. 怎样测量胎儿体重 5. 孕妇冬季的自身保健 6. 孕妇睡觉应取左侧卧位 7. 注意保护婴儿的“食袋”——乳房 8. 性生活对妊娠有影响吗 9. 有利母亲胎儿的围生期保健

分娩前的准备及安全分娩注意事项 1. 胎儿的“生命线”——脐带 2. 竖式分娩：另一种分娩体位 3. 分娩时的“侧切”是怎么回事 4. 剖宫产好还是自然产好 5. 临产前的可靠征兆——见红 6. 当你分娩的时候 7. 怎样减少分娩时的疼痛 8. 分娩过程对母婴的影响 9. 婴儿与父母见面了

产后护理与身体复原 1. 产后发热是怎么回事 2. 产后出血怎样防治 3. 破除旧习防中暑 4. 产后母体将发生哪些变化 5. 如何使产后身体早日复原 6. 责任和权利——谈谈母乳喂养

<<十月怀胎指南>>

章节摘录

插图：怀孕前的心理准备和物质准备爱心提示了解了自己，了解了伴侣，了解了性与生育的知识，就是了解了未来的孩子。

当了解了孕妇和未来孩子的需求时，夫妻就应合力构筑一个温馨，富是的爱巢，只有这样，才能为未来母亲的健康，孩子的正常发育“保驾护航”……point 1 谈谈妇女保健妇女保健工作是我国卫生事业的重要组成部分，做好这些占人口半数的妇女保健工作，不但关系到妇女和儿童的健康，也关系到中华民族的繁荣昌盛。

<<十月怀胎指南>>

编辑推荐

《十月怀胎指南(第3版)》由人民军医出版社出版。

<<十月怀胎指南>>

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>