

<<定本妈妈宝宝护理大全>>

图书基本信息

书名：<<定本妈妈宝宝护理大全>>

13位ISBN编号：9787510104183

10位ISBN编号：7510104181

出版时间：2010-7

出版时间：中国人口出版社

作者：马良坤，孙秀静 编著

页数：571

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>

<<定本妈妈宝宝护理大全>>

前言

为自己的爱人孕育一个健康的宝宝——这是无数女性的美丽梦想，是每对夫妻爱的升华。

当你憧憬这一刻的时候，也许是轻松畅快的，也许是五味杂陈的。

无论你有何种感受，任何情况也不能磨灭一个女人渴望成为母亲的感受。

无论在桃花灿烂的季节，还是在白雪皑皑的岁月，都不会改变新生命的降生所带来的无限喜悦。

也许你曾徘徊在婴儿用品商店，注视着那些小小的衣服、漂亮的鞋子、精致的小床，想象自己的宝宝拥有这一切的样子，这一刻再一次让你感受到了生命的美好。

不可否认，这是为迎接宝宝应做的准备，然而要想拥有一个可爱的宝宝，仅仅有这些是远远不够的。

你对宝宝的爱需要从他还没出现开始，这要求你必须做好充分的准备，为他的生长发育储备充分的、合理的营养，在你的身体内为他创设健康的生长环境。

在你得知宝宝在你的体内生根发芽的时候，不要为宝宝带给你的身体不适而苦恼或心烦气躁，因为那是孕育一个新生命所必须的。

你要做的是怎样才能坚守一个母亲的承诺，让宝宝安全地来到这个世界上，要知道，这是生命给你的恩赐。

为了消散你对怀孕和分娩的误解，帮你缓解由于迷惑而带来的紧张和恐惧，本书为你提供了从孕前准备到孕期营养、运动、情绪调节、夫妻关系的协调，再到分娩方式、分娩疼痛和分娩时的呼吸调节等方面的专业性建议。

当然，我们还将带你见证宝宝从胚胎至胎儿期，再到新生儿期的变化，这会让你在初次见到宝宝的时候也如久别重逢一般。

为了让你更快地适应为人父母的转变，这本书特设角色适应篇，让你随时感受，更巧妙地应对宝宝到来后的家庭关系变化。

<<定本妈妈宝宝护理大全>>

内容概要

为自己的爱人孕育一个健康的宝宝——这是无数女性的美丽梦想，是每对夫妻爱的升华。

当你憧憬这一刻的时候，也许是轻松畅快的，也许是五味杂陈的。

无论你有何种感受，任何情况也不能磨灭一个女人渴望成为母亲的感受。

无论在桃花灿烂的季节，还是在白雪皑皑的岁月，都不会改变新生命的降生所带来的无限喜悦。

<<定本妈妈宝宝护理大全>>

作者简介

马良坤，现为北协和医院妇产科副主任医师。

对妇科良性、恶性疾病，妇科内分泌疾病以及生理和病理产科的诊断、治疗、随诊都有丰富的临床经验。

曾发表学术文章近三十篇，参与编写专业书籍五部，翻译专业书籍四部。

参加国家“十五”、“十一五”和院内研究课题，取得了良好的成

<<定本妈妈宝宝护理大全>>

书籍目录

妊娠篇 第一章 预知奇妙的怀孕：生命的神奇力量 怀孕的条件 月经 排卵 卵
子的因素 精子的因素 精子的形成 受精 着床 怀孕的科学 怀孕是多
种因素作用的结果 怀孕的表现 确诊怀孕的方法 通过月经周期推算预产期 通
过超声波检查推算预产期 怀孕和分娩时的激素 产后的激素 怀孕和分娩时的体液
产后的体液 怀孕和分娩时的血液 血量和血红蛋白 高动力循环 静
脉和动脉 血压 失血和出血 产后的血液 血量和血红蛋白 高动
力循环 静脉和动脉 恶露分娩篇育儿篇角色适应篇

<<定本妈妈宝宝护理大全>>

章节摘录

插图：女性体内激素水平改变引起的阴道不润滑十分常见，这可能使女性在过性生活时感到疼痛。

不过女性可以在过性生活前，用相关润滑液润滑一下阴道。

实际上，性交有助于女性阴道组织的伸展和阴道伤口愈合，也有助于加强骨盆底部的肌肉韧度。

其他影响因素 过性生活前，可能想起让你们分心的事，首先就是宝宝，不管他睡在你们房间还是其他房间，你都会潜意识地留神听着宝宝的动静。

过性生活时，宝宝在你们房间里可能让你们感到不舒服。

另一件让你们分心的事就是乳汁分泌，这也 very 常见。

当女性在性生活过程中感到兴奋时，乳汁就会分泌出来，可能流到带有衬垫或纸巾的胸罩中。

有些男性会觉得这些乳汁会引起他的性欲，但对另外一些男性来说情况可能相反。

有些夫妻经常交流怀孕期间和宝宝出生后的性生活经验，这个话题在两个人之间逐渐变得公开，他们甚至敢在对方面前说出自己的性喜好。

夫妻之间的这种交流会给两个人带来好处。

如果性生活中的亲密接触对你来说十分重要，那还是值得去花时间的，你可以减少在其他事情上花费的时间。

对许多夫妻来说，尤其是丈夫，性生活过少可能让他心烦意乱。

<<定本妈妈宝宝护理大全>>

媒体关注与评论

这是一本具有开创意义的妊娠分娩育儿全书，可以预见这本书必将对你和宝宝的生活产生重大影响。

——搜狐母婴资深孕产专家你和宝宝都非常需要这本书，而且你的后代仍会用到这本书。

——资深母婴咨询顾问感谢生活给予我们的美好，感动孩子给予女人的改变。

为了那一声温柔的呼唤，我们鞠躬尽瘁，在孕育的道路上，我们潜心研究，不断学习，心中充满喜和乐，每一个始料未及的成长都是我们共同的记忆。在这个滋润灵魂的世界里，生活已不再原地踏步。孩子就是我们的纽带，让我们共同努力…… ——“之宝贝书系”资深策划 菅波

<<定本妈妈宝宝护理大全>>

编辑推荐

《定本妈妈宝宝护理大全》：21世纪怀孕，育儿经典读物。
汇聚全球孕产、育儿经典理念。

<<定本妈妈宝宝护理大全>>

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>