

<<准爸爸孕产期完全方案>>

图书基本信息

书名：<<准爸爸孕产期完全方案>>

13位ISBN编号：9787510107757

10位ISBN编号：751010775X

出版时间：2011-7

出版时间：中国人口

作者：王艳琴

页数：224

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>

<<准爸爸孕产期完全方案>>

内容概要

有一种爱，朴实无华，它有时严肃认真，有时默默无语……然而，它让人在过后的日子里越体会越博大，一生一世忘不了，它就是那宽广无边的父爱。

<<准爸爸孕产期完全方案>>

作者简介

王艳琴，副主任医师，清华大学附属医院妇产中心副主任，一线医疗专家，从事妇产科临床工作二十余年。

北京医科大学妇产科临床硕士，长期从事妇产科临床工作，对妇产科常见病、多发病及疑难重症具有丰富治疗经验。

有全新的医疗服务观念，注重医学模式的改变和创新，积极倡导实施陪伴分娩，推行无痛技术在妇产科领域的应用，关注孕产妇保健和生殖健康领域的新进展。

发表高水平的学术论文二十余篇；出版了多部妇幼保健科普书籍；《中国临床医生》第五届特约编委。

<<准爸爸孕产期完全方案>>

书籍目录

第1部分 孕前准备——怀上最棒的宝宝

一、准备怀孕

孕前检查

孕前遗传咨询

孕前营养准备

孕前谨慎用药

远离不良生活习惯

孕前健身计划

警惕环境中的隐患

做好孕期理财计划

化解妻子心中的担忧

调适好自己的心态

二、实施怀孕

受孕的过程

受孕的条件

了解妻子的排卵日

把握最佳受孕时机

成功受孕的有效措施

宝宝性别的决定

宝宝血型的决定

宝宝会从你那遗传什么

备孕纲要一览表

第2部分 十月怀胎——超级好爸爸指南

孕1月 播下爱的种子

了解怀孕进程

月经周期与实施受孕

孕1月的准妈妈

本月准爸爸重点关注

准妈妈孕1月营养重点

确认妻子怀孕

关注妻子用药安全

准爸爸孕期指南

推算宝宝何时出生

孕期妻子的变化(孕早期)

适应父亲的角色转换

开始记录宝宝的成长

和妻子一起制定日程表

准爸爸学胎教知识

胎教的确切含义

胎教的科学依据

了解胎教的目的和作用

10月胎教比10年教育更重要

准爸爸做营养餐

火腿炒丝瓜

老鸭土豆杂烩

<<准爸爸孕产期完全方案>>

乌骨鸡莼菜汤

茄汁煎鸡

山药芝麻粥

.....

第3部分 产后护理——月子爸爸应知应会

<<准爸爸孕产期完全方案>>

章节摘录

版权页：插图：经常用悦耳、快乐的声音唱歌给胎儿听，多播旋律优美节奏明快的音乐或歌曲，将幸福与爱的感觉传递给胎儿，随时与胎儿交谈。

由早上到晚上就寝，一天里在做着什么，想着什么，都跟胎儿说。

例如，早上起床，跟胎儿说早安，告诉他现在是上午，可以将当天的天气告诉胎儿。

讲故事给胎儿听，自己必须先了解故事的内容，然后用丰富的想象力，把故事说给胎儿听。

说故事时，声调要富感情，不要单调乏味。

多出外散步，增长见识。

出外散步时，无论是看到什么。

如车辆、商品、行人、植物，都可以将它们变成有趣的话题，细致地描绘给胎儿听。

例如中上遇见邮差，便告诉胎儿邮差穿怎样的制服，邮差可以帮我们送信等。

利用形象的语言。

在白色的图书纸上，利用各种色彩来描绘文字或数字，加强视觉效果。

教导文字时，除反复念之外。

还要用手描绘字形，并牢牢记住文字的形狀与颜色，而且要有形象化的解说，以A为例，可以对胎儿说A像是一顶高尖的帽子，然后选出一个以A为首的单词教给胎儿，如Apron，并跟胎儿说，这是妈妈在厨房烹饪时穿的，妈妈今天穿的这件的图案很大，此外，妈妈还有好多件，以后，妈妈会穿着它做饭给你吃，教导数学时，也要用形象的教导法，如告诉胎儿1加1等于2时，不妨说妈妈有一个苹果，如果爸爸给妈妈一个苹果，那么，妈妈就有两个苹果。

出世后跟进，等小孩出生以后，最好把胎教所用过的东西，放在婴儿的面前，如此一来，婴儿会慢慢回忆起以前学过的东西。

<<准爸爸孕产期完全方案>>

编辑推荐

《准爸爸孕产期完全方案》：专家精心编写，科学实用，最全面的好爸爸孕期指导。
妇幼保健专家联合编写，父爱培养精英！
好爸爸必读！

<<准爸爸孕产期完全方案>>

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>