

<<孕产妇婴儿护理百科>>

图书基本信息

书名：<<孕产妇婴儿护理百科>>

13位ISBN编号：9787512704060

10位ISBN编号：7512704062

出版时间：2012-5

出版时间：中国妇女出版社

作者：王琪

页数：467

字数：600000

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>

<<孕产妇婴儿护理百科>>

内容概要

本书有许多值得向读者推荐的理由。

第一个理由就是作者权威，由全国知名妇幼保健专家精心打造；第二个理由就是全面实用，从孕妇保健，到产妇护理、新生儿及婴儿的护理保健、孕产妇及婴儿的安全健康饮食与保健都做了详尽的介绍；第三个理由是系统、新颖，它汇集了诸多专家近几年最新的研究成果和专业精华，内容前卫、时尚；第四个理由也是最值得肯定的，即文字表达方式的通俗易懂，能极为有效地将原本晦涩的专业性知识，转化为惠泽大众的常识。

相信广大读者一定能够从这本《孕产妇婴儿护理百科》中，获得许多实际的帮助和启示，成为你身边必备而忠实的良师益友。

作者简介

首都医科大学附属北京妇产医院围产医学科主任医师、教授。

从事围产医学工作20余年，专注于孕前保健、孕期保健、高危妊娠监测及管理以及优生优育咨询；擅长妊娠高血压疾病、妊娠期糖尿病、产科危重急症的诊断和治疗，具有较高的专业水平和丰富的临床经验。

已发表专业论文10多篇，参与撰写生殖健康孕期保健类科普书籍30余部。

获科学技术部华夏高科技产业创新二等奖，完成国家十五攻关课题“妊娠高血压疾病与凝血相关并发症的预防”及首都医学发展基金“子痫前期及并发症预测和管理的研究”。

<<孕产妇婴儿护理百科>>

书籍目录

第一篇 孕妇的护理

第一节 胎儿与母体的变化

- 一、0~3周(1个月)
- 二、4~7周(2个月)
- 三、8~11周(3个月)
- 四、12~15周(4个月)
- 五、16~19周(5个月)
- 六、20~23周(6个月)
- 七、24~27周(7个月)
- 八、28~31周(8个月)
- 九、32~35周(9个月)
- 十、36~39周(10个月)

第二节 孕期的日常护理

- 一、温馨的生活氛围
- 二、日常生活中的注意事项
- 三、孕期的正确姿势和动作
- 四、孕期的卫生与修饰打扮

第三节 孕妇的调养

- 一、孕期饮食指导
- 二、孕期营养需求
- 三、孕期营养原则
- 四、孕期可选择的食品
- 五、孕期饮料的选择
- 六、孕早期膳食举例
- 七、孕中期膳食安排
- 八、孕晚期膳食安排

第四节 孕期特殊情况的处理

- 一、癫痫病人怀孕怎么办
- 二、甲状腺功能亢进患者怀孕怎么办
- 三、孕妇患有病毒性肝炎怎么办
- 四、肾脏病人能否怀孕
- 五、妊娠的生物致畸因素
- 六、孕妇做X射线检查有害

第五节 怀孕的保健

- 一、孕妇患病应看医生
- 二、孕妇早期要查白带
- 三、孕妇要防治早期感冒
- 四、孕妇要防治早期发热
- 五、孕妇要防治心慌气促
- 六、孕妇应防心烦意乱

.....

第二篇 产妇的护理

第三篇 婴儿的护理

章节摘录

版权页：插图：a.钾在体内的主要功能和缺乏症：钾在维持碳水化合物和蛋白质的正常代谢、维持细胞内正常渗透压、维持神经肌肉的应激性和正常的功能、维持心肌的正常功能、维持细胞内外正常的酸碱平衡和电离子平衡以及降低血压方面有非常重要的功能。

如果人体钾摄入不足或体内丢失过多，导致体内钾总量减少，可引起钾缺乏病，使神经、消化、心血管、泌尿和中枢神经系统等发生功能性和病理性改变，主要表现为肌无力及瘫痪、心律失常、横纹肌肉裂解症和肾功能障碍等。

正常进食的人一般不易发生钾摄入不足。

钾摄入不足或缺乏多见于疾病患者或其他原因需要长期禁食或少食者，静脉补液时液体内少钾或无钾也易发生钾缺乏。

引起体内钾丢失过多的原因较多，包括频繁呕吐、腹泻、胃肠引流、长期使用缓泻剂导致钾经消化道损失，各种以肾小管功能障碍为主的肾脏疾病使钾大量丢失，高温作业或重体力劳动时大量出汗导致钾经汗液大量丢失等。

b.钾的适宜摄入量 and 食物来源：人体需要的钾主要来自食物，摄入的钾约有90%被吸收。

我国居民膳食钾适宜摄入量，孕妇每日为2.5千毫克。

大部分食物都含有钾，但是蔬菜、水果和豆类是钾的最好来源。

每100克食物中的含钾量，谷类为100~200毫克，豆类为600~800毫克，蔬菜和水果为200~500毫克，肉类为150~300毫克，鱼类为200~300毫克。

每100克食物含钾量高于800毫克的有麸皮、赤豆、杏干、蚕豆、扁豆、冬菇、黄豆、竹笋和紫菜等。

钠是人体中不可缺少的重要常量元素。

自然界中的钠是以化合物的形式存在的，食盐是人体获得钠的主要来源。

成年人体内含钠约6 200~6 900毫克或95~106毫克/千克。

体内的钠主要存在于细胞外液，占总体钠的44%~50%；骨骼中钠的含量也高达40%~47%；细胞内含量较低，仅占9%~10%。

a.钠的生理功能和缺乏病：钠是细胞外液的主要阳离子，在调节和维持体内水量的恒定方面发挥重要作用；钠在肾小管重吸收时，通过与H⁺交换清除体内酸性代谢物，保持体液的酸碱平衡；钠还具有维持细胞内、外液渗透压平衡的作用，参与糖代谢和氧的利用；钠与其他离子（钾、钙、镁等）浓度的平衡，对维持神经肌肉的应激性是必需的。

在一般情况下，人体内钠不易缺乏。

但是在某些情况下，例如，在禁食或少食，对膳食钠的限制过严使摄入量非常低时；高温、重体力劳动、过量出汗、胃肠道疾病、反复呕吐、腹泻等使钠过量排出体外时；或某些疾病，如阿狄森病引起肾不能有效保留钠时；胃肠外营养液缺钠或低钠时；使用利尿剂抑制肾小管重吸收钠使钠丢失等原因，造成体内钠含量的降低，并且未能及时补充丢失的钠时，均可引起钠的缺乏。

b.钠的适宜摄入量 and 食物来源：孕妇的适宜摄入量为每日2.2千毫克。

钠普遍存在于各种食物中，但是人体钠的主要来源是食盐、酱油、盐渍或腌制肉类及烟熏食品。

人群调查与干预研究证实，膳食钠的摄入量与血压有关，并且血压随年龄的增高有20%可能归因于膳食中食盐的摄入。

中等程度减少食盐的摄入量，可使高于正常的血压下降。

长期摄入较高量的食盐，有可能增加患胃癌的危险性。

镁为正常妊娠所必需的营养素。

镁是多种细胞基本生化反应中必需的物质，也是人体细胞内的主要阳离子，70千克体重的成人体内含镁约20~28克，其中60%~65%存在于骨骼，27%存在于肌肉，另外6%~7%存在于其他细胞，只有1%左右在细胞外液。

编辑推荐

《孕产妇婴儿护理百科(畅销版)》编辑推荐：对于新时期初为父母者来说，面临的一切都是新鲜而又令人手足无措的新课题。

新生儿有哪些发育特点；新生儿该如何喂养、如何护理；如何进行早期培育；婴儿每个月的发育特点有哪些变化；婴幼儿的营养特点有哪些；如何进行早期培育；如何进行饮食指导；如何进行智力开发；如何培养孩子的好习惯等都对初为父母者格外关心。

因此，王琪编著了《孕产妇婴儿护理百科(畅销版)》，对所有望子成龙、望女成凤的父母们给予科学的指导，使每一个宝宝都能健康地成长，从而迈好人生的第一步。

<<孕产妇婴儿护理百科>>

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>