

<<孕产期保健百科全书>>

图书基本信息

书名：<<孕产期保健百科全书>>

13位ISBN编号：9787512705753

10位ISBN编号：7512705751

出版时间：2013-1

出版时间：中国妇女出版社

作者：中国优生科学协会 编

页数：544

字数：498000

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>

## <<孕产期保健百科全书>>

### 内容概要

《孕产期保健百科全书》共分三篇，分别为孕前保健篇、孕期保健篇、产后保健篇。主要包括孕前准备、怀孕时机的选择、正确对待不孕不育、孕期营养指导、孕期日常生活保健、分娩的准备和应对、产后不同阶段营养安排，产后瘦身与美容及产后常见症状的调养等。本书内容全面、丰富、科学，实用性强，为您的孕产期健康保驾护航。

## <<孕产期保健百科全书>>

### 作者简介

中国优生科学协会 主编

中国优生科学协会是经卫生部核准，民政部批准登记的全国性专业团体，其宗旨是团结一切热心于遗传与优生、母婴保健以及优生、优教科学事业的专家、学者、专业人员和有识之士，进行学术交流，普及科学知识，提高出生人口素质，减少出生缺陷，推动母婴保健和优生优育科学事业的发展。

中国优生科学协会会长：林佳楣（卫生部妇幼司原司长）

中国优生科学协会秘书长：夏雪红（卫生部妇幼司巡视员）

中国优生科学协会妇产科专家

许怡民（首都医科大学附属复兴医院妇产科主任医师，主攻专业为妇产科遗传、预防出生缺陷的产前诊断及筛查工作）

戴淑凤（北京大学第一附属医院妇产科教授，中国优生科学协会理事，主攻专业为围产、新生儿科）

邢福祺（第一军医大学附属南方医院妇产科、南方生殖医学中心主任医师、教授、博士后导师，主攻专业试管婴儿等辅助生殖技术）

## <<孕产期保健百科全书>>

### 书籍目录

#### 孕前保健篇

优生的基础——遗传

做好孕前准备，为优生加分

选择最佳怀孕时机，迈出优生第一步

正确认识不孕不育

#### 孕期保健篇

胎儿的生长发育

准妈妈的身体变化

孕期营养保健

孕期生活保健

孕期检查

孕期疾病防治

分娩的准备与应对

#### 产后保健篇

产后身心变化与恢复

产后饮食调养方案

产后生活保健

产后42天健康检查

产后瘦身与美容

产后常见症状的调养

附录 坐月子、哺乳期进补食谱

## 章节摘录

版权页：插图：子宫肌瘤是一种常见的良性肿瘤，30岁以上的女性中约有20%—30%患有子宫肌瘤。

肌瘤可以单个，也可以多个，其大小相差悬殊。

肌瘤生长的部位可在子宫肌层内、子宫表面或子宫腔内。

小的肌瘤一般对妊娠和分娩都没有影响，如果肌瘤较大或数目多，可使子宫体和子宫腔变形，或因输卵管受压而妨碍受孕，影响胚胎发育，引起流产、早产或不孕。

因此，患有子宫肌瘤的女性怀孕后要遵照医嘱定期检查。

心脏病、心功能不全不宜怀孕 心脏病合并妊娠是产科中严重的并发症。

妊娠后孕妇的心脏耗氧量、心排血量和全身血容量都会增加，妊娠期的血容量可增加40%~50%。

正常的心脏有很大的储备能力，可以承受妊娠所带来的负担，而心脏病患者由于心功能降低，而不宜承受如此大的负担。

心功能不良常常使胎儿供血不足，导致胎儿发育不良、体重过低。

同时，妊娠期由于心脏功能衰弱而不堪重负导致心功能衰竭，重者可导致孕、产妇死亡。

心脏病患者妊娠前先要确定心功能如何，当心功能Ⅱ级和Ⅲ级时不能妊娠，甚至不宜结婚。

因为这颗脆弱的心脏是没有能力负担妊娠和分娩的，甚至会危及母婴的生命。

心功能Ⅰ级和Ⅱ级时，妊娠后在医生严密的观察下，多数人是成功生育的。

随着妊娠月份的增加，心脏的负担也在增加。

妊娠后要注意饮食量不能过多，饮食不宜过咸，防止血容量突然增加而心脏的负荷增加、引起心力衰竭；要食人多纤维性食物，避免大便干燥，防止排便时因用力而瞬间增加心脏负担，导致发生急性心力衰竭；妊娠期防止感冒，适当增减衣服；限制活动量，必要时住院治疗及卧床休息等。

当心功能出现衰竭时可表现为心跳加快、心慌、咳嗽、疲乏无力、呼吸困难，此时要提高警惕，及时就医。

必要时终止妊娠以保全母亲的生命。

患有心脏病的孕妇分娩时多采用人工助产方式，以减少心脏的负担，并且产后一般不宜哺乳，要及时回奶，目的也是为了减轻心脏的负担。

乙肝发作期不宜怀孕 乙肝是一种传染性疾病，感染乙肝病毒后可造成肝脏功能损伤，出现肝脏肿大。

体内的代谢废物不能被排出体外，积存于体内造成人体中毒，日久逐渐会发展成肝硬化甚至肝癌。

我国是一个乙肝感染大国，慢性乙肝病毒携带者超过1.2亿，乙肝病毒感染人体后极难被清除。

乙肝患者在发病期不能妊娠，必须经过治疗，在病情基本稳定的情况下才可以在医生的严密观察下妊娠。

<<孕产期保健百科全书>>

编辑推荐

《孕产期保健百科全书》编辑推荐：中国优生科学协会科普倡导读物，最适合中国家庭的科学孕育权威指导。

<<孕产期保健百科全书>>

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>