

<<孕经-图解怀孕每一天>>

图书基本信息

书名：<<孕经-图解怀孕每一天>>

13位ISBN编号：9787533142964

10位ISBN编号：7533142969

出版时间：2012-4

出版时间：山东科学技术出版社

作者：斯图尔特·坎贝尔

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>

## <<孕经-图解怀孕每一天>>

### 内容概要

几乎每个女性都以成为妈妈为骄傲，但是在孕育宝宝的过程中，却也要经历种种考验和磨难，稍有不慎便可能铸成大错！

到底要如何做才能孕育出健康的宝宝呢！

来吧！

不必再发愁了，翻开这本怀孕日历，了解孕育生命的必须知识，揭开生命诞生地神秘面纱，让精彩的每一天历历在目，让怀孕的日日夜夜都健康快乐！

没有必要进行频繁的产前检查，翻开本书就能随时了解宝宝的发育过程；没有必要为胎儿的动静缓急担惊受怕，翻开本书就能准确把握宝宝的一举一动。

孕育新生命的过程是那么如梦似幻、刻骨铭心。

本书已经将整个妊娠过程中的种种可能出现的症状和一些常识问题做了清楚而科学的解释，让你安心养胎，孕育出一个健康的宝宝。

<<孕经-图解怀孕每一天>>

作者简介

作者：（美国）斯图尔特·坎贝尔 译者：亓英丽 李清波 斯图尔特·坎贝尔，教授，曾是英国伦敦大学国王学院妇产医学系的学术带头人，是超声诊断的先驱。  
现为伦敦生殖及高级技术中心顾问。

## <<孕经-图解怀孕每一天>>

### 章节摘录

版权页：插图：第50天 好好照顾自己 妊娠期间，由于味觉和嗅觉的变化，你会对许多平时挺喜欢吃的东西也“避之唯恐不及”了。

恶心和呕吐可能会让你对任何美食都提不起兴趣，尽管如此，为了你自己和宝宝的健康，还是应该尽量保持膳食营养的平衡。

尽管现在你的子宫已经开始扩张，但是这一变化只有在做骨盆检查的时候才能看出来。

如果你还没有做这样的检查的话，现在就可以做了。

及时而又有规律的孕期检查非常重要，不但可以“监控”胎儿的健康成长，对确保你自己的身体健康也是必不可少的。

宝宝面部器官的发育继续“高歌猛进”：小家伙的鼻子已经出现，而且鼻孔也已经形成；眼睛也出现了，只是两只眼睛隔得很远；嘴巴和内耳也正在“争先恐后”地发育着。

第51天 恶心呕吐怎么办 尽管常被称作“晨吐”，但妊娠期的恶心（甚至呕吐）可以在一天中的任何时间出现。

这一妊娠反应被认为是由人绒毛膜促性腺激素引起的，最早可能出现在孕期第五周，直到妊娠头三个月结束才会逐渐消失或者缓和下来。

妊娠期恶心呕吐尽管滋味不好受，但是对你和宝宝的身体健康还是没有什么不利影响的。

减轻“晨吐”的方法有：选择清淡、易消化的碳水化合物食物（例如面包片、土豆和米饭等）和少量多餐。

有人认为生姜可能有助于克服这种不适，孕妇可以喝一点姜茶或在嘴里含点儿姜片。

此外，还可以试用一下针压按摩带。

在极个别的情况下会出现无法忍受的恶心反应，以至于“水米不进”，此时就需要去看医生了，如果诊断为妊娠剧吐，还需要住院治疗。

<<孕经-图解怀孕每一天>>

编辑推荐

<<孕经-图解怀孕每一天>>

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>