

<<妊娠分娩产后育儿全方案>>

图书基本信息

书名：<<妊娠分娩产后育儿全方案>>

13位ISBN编号：9787533151416

10位ISBN编号：7533151410

出版时间：2009-1

出版时间：山东科学技术出版社

作者：张菱 主编

页数：621

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>

## <<妊娠分娩产后育儿全方案>>

### 前言

妊娠、分娩、产后、育儿这是一连串的问题，也是一个漫长的过程，妊娠十个月，分娩几个小时，产后、育儿则需要更长的时间，而承担这一切的都是准妈妈们。

妊娠是女性一生中最伟大的事业，十个月的妊娠，是每一个幸福家庭的最美好的时光，也是每一对年轻的夫妇生活中最期盼、最新奇、最紧张、最激动的时刻。

妊娠过程中，无论是准妈妈身体的变化还是心理的波动都牵动着一家人的心，兴奋、企盼、焦虑、紧张……饱含着一家人对于那个即将到来的胎儿的最真心的祝福。

精子和卵子相遇的那一刻，就注定了这一切的到来，十个月的时间不长不短，却需要一家人用全部的心思、全身心的状态去面对，特别是对准妈妈来说，这个过程中所承受的心理和生理的压力，让准妈妈过着“痛并快乐着”的日日夜夜。

分娩，是每个女性都不愿意提及的过程，分娩中没有怀孕时的喜忧参半，只有心情的紧张和身体的痛苦，可是分娩的过程越是痛苦，越是母子情深的表现，深爱着宝宝的妈妈们知道，选择健康的分娩方式才更有利于宝宝的健康，虽然产后要面临很多的问题，可这些都不及妈妈对宝宝的深爱。

宝宝的成长和在妈妈腹中一样迅速，每天能看到宝宝的微笑就是每个妈妈最大的欣慰，虽然宝宝不会说话，可是宝宝的哭声却是那么让人心疼。

都希望自己的宝宝能够健康、聪明，从宝宝出生的第一天就开始对宝宝的饮食、行动列出规范，在育儿的过程中，更需要的是家人的齐心协力，准爸爸的参与是必不可少的。

但是无论是妊娠、分娩还是育儿，女性在这个“漫长”的过程中肯定是充满了困惑和许许多多的问题。

本书从妊娠、分娩、产后、育儿整个过程展开，涉及了一系列的细节问题和解决的方法，连对孕产妇与家人的情绪变化都有着详细的解说。

以专家解析的方式向怀孕的女性及家人传达健康的法宝，向爱护宝宝的家长讲解育儿的心经，是每个有孕育计划的家长首选的健康宝典。

人才的造就就是从生命的初始开始的，相信在有着充足的知识装备下的准父母们能够通过共同的努力，做好孕前的准备工作，并注意好怀孕中的点点滴滴，做好怀孕十个月的周密安排，以健康的方式迎接属于你们爱的结晶的小宝宝的到来，让宝宝在你们的爱心呵护中度过美好的童年。

## <<妊娠分娩产后育儿全方案>>

### 内容概要

妊娠、分娩、产后、育儿这是一连串的问题，也是一个漫长的过程，妊娠十个月，分娩几个小时，产后、育儿则需要更长的时间，而承担这一切的都是准妈妈们。

本书以专家全程跟踪指导的方式，分别从妊娠、分娩、产后、育儿四个方面，为广大孕育妇女提供最全面的健康呵护和科学关怀！

是每一个孕育家庭的首选育儿宝典和优生优育指南。

## <<妊娠分娩产后育儿全方案>>

### 书籍目录

第一篇 妊娠 孕期检查项目一览表 优生知识大辅导 让准父母心烦的遗传疾病有哪些？  
孕前检查主要的十二项 不要带着肾病怀孕 女性何种疾病不会影响到怀孕？  
影响优生的婚配人群 要怀孕就要远离烟酒 早春怀孕不利优生优育 初冬怀孕的胎儿不够健康 女性高龄怀孕不利于优生 改变习惯，选择优生 想要怀孕就不要过度减肥 优生要选对时机 生物节律  
优生法 女性月经周期与排卵关系 月经周期长短影响怀孕能力吗？  
有月经的女性就一定能怀孕吗？  
饮食影响遗传基因 男性孕前扫除恶习 “避孕”可以治疗不孕 人流术后多久可再怀孕？  
不孕的检查方法 准爸爸爱妻手册 怀孕，你准备好了吗？  
怀孕前要做口腔检查 有些疾病怀孕前要注意 去避孕环后多长时间可怀孕 女性怀孕前最好远离宠物 孕前最好不要化妆 过胖女性孕前需要减肥 运动能帮助产后身材恢复 孕前运动预防妊娠糖尿病  
适合孕前从事的体育运动 含有叶酸的食物 服用维生素过多易不孕 女性孕前的饮食禁忌 孕前调整好营养结构 男性孕前的健康饮食 基础体温该如何测量？  
判断排卵期的方法 如何提高怀孕的概率 性生活方式也影响受孕 有助于怀孕的同房姿势 孕前要注意卵巢的保养 子宫发育不良影响怀孕吗？  
怀孕前先打麻风腮疫苗 怀孕的必备条件 选择最佳的受孕时间 女性一个肾可以生育吗？  
常常大笑有助于怀孕 做妈妈要做好的心理准备 孕前女性的性格“护理” 孕前烦恼太多容易抑郁  
饮食提高男性精子质量 自然流产后可随时再怀孕 准爸爸爱妻手册 .....第二篇 分娩附录

## <<妊娠分娩产后育儿全方案>>

### 章节摘录

插图：怀孕后就不只是一个人的身体了，宝宝在妈妈的肚子中也需要营养的补充，宝宝还很小，需要孕妈妈从生活的各个方面给予照顾，所以，不要让你的粗心给宝宝带来伤害，计划怀孕后就要及早发现怀孕，让宝宝在你的计划中健康成长。

早孕试纸已经是目前女性选择最多的测试怀孕与否的方法。

早孕试纸的测试的机理主要是定性测定尿液中的人绒毛膜促性腺激素（HCG）。

将尿液滴在试纸上的检测孔中，如在试纸的对照区出现~条有色带（有的试纸显红色，有的试纸显蓝色），表示未受孕，反之，如在检测区出现明显的色带，则表示阳性，说明已经怀孕。

早孕试纸的使用方法与说明书上一致。只是在购买的时候，要注意试纸包装盒上的生产日期，不要使用过期的早孕试纸，因为化学药剂时间过长可能会失效，从而导致测试结果的不准确。

如果自己在测试过程中拿不准结果，要咨询医生，或者在医生的指导下重新测试，如果自测结果呈阴性，1周之后月经仍未来潮的，应该再做一次测试，或者到医院验血检查。

早孕试纸精确度高达99%，但是有时的不正确操作会导致测试结果不准确，如果有以下情况，可能会影响测试结果的准确性：检测前如果喝水过多使尿液稀释后测试，可能会导致假阴性结果；不要晚上做试验，因为一般晨尿中有最高的HcG值，晚间测试可能对结果有一定影响；女性如果有肿瘤细胞如葡萄胎、绒癌、支气管癌和肾癌等，也会分泌HCG，导致测试结果不准确。

<<妊娠分娩产后育儿全方案>>

编辑推荐

《妊娠分娩产后育儿全方案(6周年珍藏版)》由山东科学技术出版社出版。

<<妊娠分娩产后育儿全方案>>

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>