

<<孕妇必读>>

图书基本信息

书名：<<孕妇必读>>

13位ISBN编号：9787533741754

10位ISBN编号：7533741757

出版时间：2008-9

出版时间：安徽科技

作者：沙玉成

页数：318

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>

## &lt;&lt;孕妇必读&gt;&gt;

## 前言

《孕妇必读》自1982年出版发行以来,颇受读者欢迎,给过多次修订和再版.至2003年共印刷22次,发行量近40万册。

近年来,随着医学知识的发展与普及.人们物质生活和文化水平不断地提高.对医学科普知识也有了更强烈的渴望。

因此本书第一、第二版的内容已远远不能满足广大读者的要求。

尤其是当今围生医学的迅速发展,更迫切要求广大民众去了解和掌握其中的某些基本知识。

我们对《孕妇必读》进行了全面的修订与补充,由原来的七章增加到十三章,新增的章节有:何时怀孕最适宜、一个小生命的诞生、妊娠期超声检查、产前筛查与产前诊断、人类辅助生殖技术和新生儿护理与常见病防治。

对于原书的章节内容.特别是大众关心的孕妇饮食和现今常见的妊娠期糖尿病等问题,也作了全新的修改与补充。

本书的宗旨是力求科学性和实用性。

其中包含了围生医学的科普知识和最新进展,有详细的讲述,有深情的指导,并插入大量彩图,深入浅出,图文并茂。

但愿读者对孕妇最关心的问题或一知半解、认知有误的事物.能从此书中得到答案与启迪。

我们真诚地希望伟大的母亲们和呱呱落地的宝宝们能更健康、更智慧的成长,为中华民族的强盛奠定更坚实的基础。

愿《孕妇必读》成为广大读者的良师益友。

由于本书的内容涉及面广,特邀请了有关专业特长的三位同事共同参与编写。

本书现以崭新的面貌奉献给广大读者,希望能对我国的孕产妇保健和优生优育工作有所贡献。

科学技术发展迅速,我们的知识和经验有限,再版后的《孕妇必读》仍可能有不足之处,热忱希望广大读者提出宝贵的建议并给予指正。

## <<孕妇必读>>

### 内容概要

本版由原来的七章增加到十三章，新增的章节有：何时怀孕最适宜、一个小生命的诞生、妊娠期超声检查、产前筛查与产前诊断、人类辅助生殖技术和新生儿护理与常见病防治。

对于原书的章节内容。

特别是大众关心的孕妇饮食和现今常见的妊娠期糖尿病等问题，也作了全新的修改与补充。

本书的宗旨是力求科学性和实用性。

其中包含了围生医学的科普知识和最新进展，有详细的讲述，有深情的指导，并插入大量彩图，深入浅出，图文并茂。

读者对孕妇最关心的问题或一知半解、认知有误的事物，能从此书中得到答案与启迪。

## 书籍目录

第一章 何时怀孕最为适宜一、最佳生育年龄二、最佳受孕时机三、准备怀孕前做好哪些事四、怀孕前是否需要做医学检查五、哪些疾病应推迟怀孕六、想受孕又未必如愿七、准备怀孕慎用药第二章 一个小生命的诞生一、受孕的奥秘1+1=?  
二、多胞胎的奥秘三、决定胎儿性别的“秘密”四、胎儿性别能预测吗五、怎么知道是怀孕了六、自测早早孕可靠吗七、十月怀胎——一个小生命的诞生历程第三章 怀孕后母体的主要变化一、怀孕早期为何有恶心呕吐二、子宫增大为适应胎儿生长需要三、乳房的变化为未来的宝宝准备好“粮仓”四、怀孕后为何白带比平时多五、怀孕后尿频是什么道理六、孕妇为什么容易发生贫血第四章 妊娠期保健一、算算孩子什么时候出世二、为什么要做产前检查三、产前检查的内容有哪些四、整个孕期做几次产前检查五、妊娠期营养须知六、孕妇不可缺少的六类食品七、孕期该吃多少八、孕期如何安排饮食九、孕妇吃蛋白质粉有益吗十、妊娠期应预防缺铁十一、妊娠期需补充钙质十二、孕妇肥胖会影响母婴健康十三、孕妇需注意口腔卫生十四、孕妇怎样保护好乳房十五、孕妇乳头凹陷怎么办十六、孕妇的起居姿势有讲究十七、孕妇应防治便秘和痔疮十八、乐观的情绪有利于胎儿的生长发育十九、胎教——与胎儿隔“水”相依二十、孕妇的衣着二十一、孕妇必须注意休息二十二、妊娠期的保健操二十三、妊娠期性生活应作哪些限制二十四、怀孕早期沐浴浴水不宜太烫二十五、孕妇可以使用手机吗二十六、孕妇操作电脑有何不良影响二十七、孕妇看电视有何影响二十八、妊娠期应避免X线检查二十九、孕妇穿防辐射服有无作用三十、孕妇莫沾烟和酒三十一、双胞胎妊娠的保健三十二、妊娠期腹部阵痛应细心观察原因三十三、胎儿臀位怎么办三十四、孕妇的自我监护三十五、妊娠期的远程监护三十六、临产前做哪些准备三十七、临产的先兆三十八、哪些情况下必须提前住院待产三十九、高龄初产妇的孕期保健第五章 妊娠期用药问题一、准妈妈用药的讲究二、药物引起胎儿畸形的原因三、妊娠期何时用药最危险四、孕妇用药八项原则五、可导致胎儿畸形的药物六、可能导致胎儿畸形的药物七、孕妇感冒需要合理用药八、孕妇不能滥用维生素A九、孕期不要盲目补充维生素十、孕妇不宜使用的中药十一、孕妇“吃错药”怎么办十二、孕妇用药注意用药途径十三、孕妇如何使用消炎药十四、叶酸与妊娠十五、走出孕期用药的误区十六、保胎药的利与弊十七、孕妇能否接种疫苗第六章 妊娠期的超声波检查一、什么是超声波检查及其常用的方法二、超声波检查对胎儿安全吗三、B超、彩超和三维超声哪个更好四、B超可精确判断怀孕时间五、B超可观察到胎儿生长发育各阶段的特征六、B超可辨认妊娠期阴道流血原因七、宫外孕B超检查可早知道八、B超使胎儿在宫内的姿势一目了然九、胎儿脐带绕颈有什么危害十、探查胎盘成熟度的意义何在十一、B超检查可知道羊水的多少十二、四胞胎为什么变成了五胞胎十三、孕妇肚子大不一定是双胞胎十四、孕妇肚子小不一定是胎儿小十五、B超测量NT值的意义十六、B超能查出的先天性胎儿畸形有哪些十七、B超非万能，不能查出所有的胎儿畸形十八、有必要给胎儿留写真集吗十九、B超能精确引导产科的穿刺第七章 妊娠与疾病一、孕妇感冒后胎儿“流”还是“留”二、心脏病患者在哪些情况下不宜怀孕三、心脏病患者怀孕后怎么办四、高血压病患者可以怀孕吗五、患了肺结核怀孕后怎么办六、肾脏病患者怀孕后怎么办七、糖尿病患者怀孕后怎么办八、孕妇携带乙肝病毒对胎儿的影响九、孕妇患有病毒性肝炎怎么办十、孕妇感染巨细胞病毒对胎儿有何影响十一、孕妇感染风疹病毒对胎儿有何影响十二、妊娠期合并尖锐湿疣会殃及下一代十三、淋病患者怀孕后怎么办十四、梅毒患者怀孕后怎么办十五、艾滋病母婴传播形势严峻十六、艾滋病病毒携带者怀孕后怎么办十七、孕妇合并弓形虫病对后代的影响十八、妊娠合并外阴阴道念珠菌病后怎么办十九、孕期不可小视“菌尿”二十、孕期患急性阑尾炎怎么办二十一、妊娠期贫血怎么办二十二、妊娠合并再生障碍性贫血怎么办二十三、怀孕后血小板减少危险吗第八章 产科疾病的防治一、流产二、正确认识自然流产三、保胎须知四、怀孕早期阴道流血并非都是流产五、妊娠晚期阴道流血的常见原因六、早产的常见原因及其预防七、早产的自我监护——不让小宝宝过早降生八、什么叫宫外孕九、怀了双胞胎谨防并发症十、患了葡萄胎怎么办十一、羊水过多要当心十二、羊水过少不容忽视十三、什么情况下会发生死胎十四、妊娠期肝内胆汁淤积症对胎儿的影响十五、准妈妈患了糖尿病十六、妊娠期糖尿病可以预测吗十七、宝宝越大越健康吗十八、妊娠期糖尿病对母儿的危害十九、“糖妈妈”不用吃药也可以控制“糖”二十、妊娠期糖尿病的产妇不可忽视产后随访二十一、什么叫高危妊娠二十二、什么叫母子血型不合和新生儿溶血病二十三、什么叫妊娠期高血压疾病二十

四、怎样预防妊娠期高血压疾病二十五、过期妊娠好不好二十六、过期妊娠需要引产吗第九章 分娩期保健一、临产有哪些征象二、发生胎膜早破怎么办三、正常分娩要靠好睡眠四、按摩乳房助分娩一臂之力五、临产时的呼吸运动锻炼六、分娩时由谁来陪伴产妇七、导乐待产使你分娩安乐八、分娩的三个经过九、什么叫无痛分娩十、无痛分娩对宝宝有不良影响吗十一、怎样配合接生十二、产后出血的原因和预防十三、哪些情况会发生难产十四、助产术会影响孩子智力发育吗十五、哪些产妇须做剖宫产十六、剖宫产术的利与弊十七、荒唐的“吉日剖宫产”第十章 产褥期（坐月子）卫生与保健一、产褥期母体会发生哪些生理性变化二、产后护理三、产后子宫收缩痛四、产后排尿困难怎么办五、产后尿失禁怎么办六、产后的营养须知七、产妇吃红糖的利与弊八、产后大便秘结怎么办九、产后如何防治痔疮十、产后如何锻炼十一、怎样保持产后情绪稳定十二、产后阴道流血（恶露）要多久才干净十三、母乳喂养好处多多十四、如何保持正确的哺乳姿势十五、按摩乳房促进乳汁分泌十六、宝宝吸吮母亲乳头是最佳催乳剂十七、扬长避短促进母乳分泌十八、母乳喂养六要领十九、提倡纯母乳喂养二十、母乳喂养如何坚持二十一、为缺奶的宝宝加点“油”二十二、产后乳汁不足怎么办二十三、如何防治乳头皲裂二十四、产后乳房胀痛怎么办二十五、怎样防治急性乳腺炎二十六、哪些原因不宜哺乳二十七、丈夫怎样“伺候月子”二十八、产后沐浴好处多二十九、产后多久可以恢复性生活三十、产后如何避孕第十一章 产前筛查和产前诊断一、产前诊断能有效降低出生缺陷率二、哪些孕妇需要做产前诊断三、产前筛查可降低异常儿出生的风险四、胎儿畸形的原因多种多样五、产前诊断从何时开始六、先天愚型早发现七、良师益友——产前咨询八、怎样对子宫里的宝宝进行检查九、宫内诊断对胎儿有害吗十、近亲结婚对下代的影响十一、父母有哪些疾病能遗传给下代十二、产前诊断不是“保险公司”第十二章 人类辅助生殖技术一、从试管内开始的生命——一代试管婴儿二、神奇的注射技术——二代试管婴儿三、最早的产前诊断——三代试管婴儿四、哪些夫妇可以借助“试管婴儿技术”养儿育女五、“试管婴儿技术”的步骤六、“保胎”对试管宝宝的重要性七、流产和宫外孕不容忽视八、多胎时的“精简队伍”九、人工授精技术十、孕期应当加强监护十一、辅助生殖技术会增加畸形儿的发生概率吗第十三章 新生儿护理与常见病防治一、新生儿保健重点是什么二、怎样给新生儿保暖早产儿保暖应注意什么三、早产儿喂养应注意什么四、为什么不要将新生儿包得太紧五、为什么要早开奶给新生儿哺乳应注意什么六、新生儿是否需要每天洗澡洗澡时应注意什么七、怎样护理新生儿皮肤八、怎样护理新生儿脐部九、新生儿臀部护理发生红臀怎么办十、给孩子换尿布应注意什么十一、新生儿能否晒太阳十二、新生儿皮肤和巩膜发黄是怎么回事十三、怎样判断孩子的哭声长时间哭闹怎么办十四、新生儿身体不舒服时有哪些表现十五、怎样预防新生儿感染十六、新生儿抽风是怎么回事十七、新生儿呕吐有哪些原因十八、新生儿需接种哪些疫苗十九、什么是出生缺陷出生缺陷原因有哪些二十、什么是隐睾如何处理二十一、新生儿唇腭裂是怎么回事如何处理二十二、什么是21-三体综合征二十三、目前新生儿筛查有哪些二十四、什么是先天性苯丙酮尿症二十五、什么是先天性甲状腺功能低下二十六、新生儿听力筛查是怎么回事

## 章节摘录

第一章 何时怀孕最为适宜一、最佳生育年龄计划生育是我国一项基本国策，提倡晚婚晚育、少生优生，这对我国的社会和经济发展具有深远意义。

假若无计划、无控制地生育，必将使我国的人口增长率迅猛上升，给社会和家庭带来沉重负担。

如果女性一到20岁就谈婚论嫁、生儿育女，那么一个世纪内就会有5代人；若是25岁生育，则只有4代人——整整少生了一代人，在我国就要少1亿多人口，在面临人口爆炸问题的中国，每个公民都有控制人口增长义务。

对每个家庭来说，20岁左右的年轻人，正是学习知识、增长才干的黄金时期，过早地结婚生育，必定在繁琐的家庭事务和养儿育女中耗费大量的精力和财力，严重影响学习和工作。

况且，从女性生长发育来看，到了18~20岁，虽然性器官发育已成熟，卵巢也已正常排卵，但性成熟并不代表身体其他脏器功能健全，如骨骼系统和大脑神经系统一般要到24岁才发育成熟。

如果过早结婚生育，母体不仅要供给腹中胎儿生长发育所需的各种营养物质，而且还需继续完成自身的发育，必定会影响母子健康。

例如，母亲在骨骼系统骨化未完成时就怀孕生孩子，妊娠期会发生骨盆关节和椎骨间关节松弛，日后就有可能出现腰酸、背痛等症状，长期影响健康。

因而，在20岁以前当妈妈的妇女中，产后出现牙齿松动或脱落、驼背、骨盆畸形、行走困难等疾病也屡见不鲜。

医学专家认为，女性最佳生育年龄为25~29岁。

在这个年龄段的已婚女性，大多在事业上已取得一定成就，经济上也有了坚实基础，基本上已具备了“有为人父之端，有适人之道”的起码条件，此时考虑生儿育女才是明智之举。

然而，生育年龄并非越大越好。

由于就业、经济、工作环境不稳定等各种原因，导致有少数女性等到35岁以后，甚至40岁才考虑生育，这也不合适。

## <<孕妇必读>>

### 编辑推荐

《孕妇必读(修订版)》的宗旨是力求科学性和实用性。

其中包含了围生医学的科普知识和最新进展，有详细的讲述，有深情的指导，并插入大量彩图，深入浅出，图文并茂。

读者对孕妇最关心的问题或一知半解、认知有误的事物，能从此书中得到答案与启迪。

<<孕妇必读>>

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>