

<<远离不孕不育症>>

图书基本信息

书名：<<远离不孕不育症>>

13位ISBN编号：9787534556821

10位ISBN编号：7534556821

出版时间：2008-1

出版时间：江苏科技

作者：孙学东

页数：177

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>

## <<远离不孕不育症>>

### 内容概要

《远离不孕不育症》重点在于告诉广大不孕不育症者，不要把诊治不孕不育症的“任务”完全交给医生，自己只被动地接受各项诊治措施，作者根据多年的临床经验，告诉广大的不孕不育症病人及家庭成员，应该如何主动地战胜不孕不育症。

《远离不孕不育症》内容丰富，通俗易懂，是不孕不育症者及准备生育夫妻的必读之物。

## &lt;&lt;远离不孕不育症&gt;&gt;

## 书籍目录

第一部分 难做父、母亲的“大敌”——不孕不育症的原因与治疗一、女性难怀孕“卡壳”因素知多少（一）女性生育的必备条件（二）女性不孕不育症的诊断及分类（三）女性不孕不育症的治疗二、不能做父亲的“劲敌”（一）男性生育的必备条件（二）男性产生“种子”的规律（三）男性正常“种子”的质量与数量标准（四）男性能否顺利将“种子”送到女性生殖道（五）“精哥哥”千里迢迢能顺利找到“卵妹妹”吗（六）男性不育症的治疗第二部分 科学健康的日常生活起居可促进孕育一、女性孕前精神愉悦很重要（一）要好“孕”，请调心（二）精神压力对生殖器官健康的影响（三）女性精神心理健康的标准（四）科学地调整精神心理状态的方法二、家居对怀孕的影响三、电器及噪声对怀孕的不利影响四、过度减肥不利于怀孕五、肥胖也会影响生育功能六、烟、酒对怀孕的不良影响（一）香烟对女性健康及生育的危害（二）酗酒对生殖功能的影响七、过度夜生活对怀孕的影响第三部分 夫妻恩爱孕结晶一、女性精神心理因素对怀孕的影响二、男性精神心理因素对怀孕的影响三、夫妻恩爱有利于怀孕四、夫妻“冷战”影响怀孕第四部分 促进好“孕”的营养与配餐一、好“孕”营养总原则二、合理的膳食结构（一）中国古代先辈对平衡膳食的精辟论述（二）跟着《指南》吃，健康、生育都有益（三）“膳食宝塔”指航向。健康生育有保障（四）同类食物营养成分的换算方法（五）非同类食物营养成分的换算方法（六）适时适量补充维生素与无机盐三、日常配餐举例四、特殊时期的饮食与保健（一）月经期的饮食保健（二）月经异常的饮食保健五、促进怀孕的食物六、促进男性生育力的饮食保健方（一）促进生殖功能的保健食疗方（二）促进男性生殖与性功能的保健方七、容易损伤卵子与精子的食物八、克服酸性体质，有利于健康与怀孕九、生男生女的饮食影响十、合理膳食可以调节人的情绪第五部分 运动带来“好孕”，运动促进妊娠一、运动保健对生育的益处多二、运动对人的精神与性格的调节作用三、运动健身时的注意事项四、经期体育锻炼的注意点五、乳房的卫生与保健很重要第六部分 终于怀上宝宝了一、为生育创造最佳条件是夫妻义不容辞的责任二、乳房是宝宝“永不熄火的食堂”三、如何确保顺利与安全妊娠四、宠物对健康与生育的不利影响五、适当又适量的体育活动对妊娠有益六、正确对待自然分娩与剖宫产术

<<远离不孕不育症>>

编辑推荐

当代医圣裘法祖院士倾情主编，百名医学专家联手打造。  
疾病治疗，饮食营养，家庭护理，运动健康，日常起居，防止恶化，专家提醒。

<<远离不孕不育症>>

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>