

<<完美妈妈执业通行证>>

图书基本信息

书名：<<完美妈妈执业通行证>>

13位ISBN编号：9787534557040

10位ISBN编号：7534557046

出版时间：2008-1

出版时间：江苏科技

作者：程蔚蔚

页数：305

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>

## <<完美妈妈执业通行证>>

### 前言

21世纪是一个科学技术高度发展的时代，也是人类对健康要求向更高层次发展的阶段，因而优生优育提高到了新的水平。

随着医学的发展，对人类孕育过程的探索不断深入，优生优育又增添了许多新的内容。

母婴保健法明确指出：“儿童健康母亲优先”，说明母亲安全是妊娠、分娩过程的核心，也是胎儿健康的重要基础保证。

同样，如何科学育儿也愈来愈受到社会和家长的重视。

本书即针对母婴健康的热点问题，分为准备、妊娠、分娩、产后、育儿五篇，围绕如何有计划受孕、怀孕前要做哪些准备、受孕前和妊娠期如何避开一些危险因素、孕期营养指导、胎儿在子宫内的生长发育过程、如何自我监测胎儿的情况、分娩的过程、如何科学坐月子、产后营养与康复、新生儿生长发育特点、日常喂养护理、新生儿常见症状应对、如何做好幼儿的早期智力教育等，进行了专业的介绍和指导。

上海国际和平妇幼保健院是一家享誉国内外的三级甲等妇产科专科医院，年分娩量在1万左右，在妊娠期疾病监测处理、孕期保健，助产技术、新生儿护理技巧、高危新生儿救治、婴幼儿学能开发等方面均积累了大量经验。

本书专编者汇集了该院知名的产科专家、新生儿专家、儿童保健专家，他们不仅具有扎实的理论功底，同时具有丰富的临床实践经验。

本书文字通俗易懂，配有图画，是科学孕育宝宝的指导手册，也是科学育儿的宝典。

本书集系统性、科学性、实用性、时代性于一体，具有很强的操作性和指导性。

相信每对计划怀孕或已经怀孕的夫妇一定能从中获得帮助。

愿每一对夫妇能拥有一个健康、聪明的宝宝！

程蔚蔚

## <<完美妈妈执业通行证>>

### 内容概要

《完美妈妈执业通行证：妊娠分娩育儿一本通》文字通俗易懂，配有图画，是科学孕育健康宝宝的指导手册，也是科学育儿的宝典。

《完美妈妈执业通行证：妊娠分娩育儿一本通》集系统性、科学性、时代性于一体，具有很强的操作性和指导性。

《完美妈妈执业通行证：妊娠分娩育儿一本通》即针对母婴健康的热点问题，分为准备、妊娠、分娩、产后、育儿五篇，围绕如何有计划受孕、怀孕前要做哪些准备、受孕前和妊娠期如何避开一些危险因素、孕期营养指导、胎儿在子宫内的生长发育过程、如何自我监测胎儿的情况、分娩的过程、如何科学坐月子、产后营养与康复、新生儿生长发育特点、日常喂养护理、新生儿常见症状应对、如何做好幼儿的早期智力教育等，进行了专业的介绍和指导。

21世纪是一个科学技术高度发展的时代，也是人类对健康要求向更高层次发展的阶段，因而优生优育提高到了新的水平。

随着医学的发展，对人类孕育过程的探索不断深入，优生优育又增添了许多新的内容。

快节奏社会的轻松育儿读本，准备要个宝宝，从怀孕的那一刻起，轻松养育健康宝宝。

《完美妈妈执业通行证：妊娠分娩育儿一本通》专编者汇集了该院知名的产科专家、新生儿专家、儿童保健专家，他们不仅具有扎实的理论功底，同时具有丰富的临床实践经验。

相信每对计划怀孕或已经怀孕的夫妇一定能从中获得帮助。

愿每一对夫妇能拥有一个健康、聪明的宝宝！

## <<完美妈妈执业通行证>>

### 作者简介

程蔚蔚，主任医师、医学博士，现任中国福利会国际和平妇幼保健院副院长，围产科主任。从事妇产科医疗、教学、科研20年，对妇产科疾病的诊断治疗积累了丰富的经验。近十年尤其专注高危妊娠、胎儿发育异常、妊娠期复杂并发症处理及优生优育等方面的研究，在该领域颇具造诣。

## &lt;&lt;完美妈妈执业通行证&gt;&gt;

## 书籍目录

准备篇第一章 孕前必须知道的知识一、怀孕需要具备哪些基本条件二、认识遗传病三、为什么要禁止近亲结婚四、哪些因素会导致出生缺陷五、患这些病能怀孕吗六、怀孕前,如何预防宠物病七、性病对怀孕的影响第二章 如何实现计划受孕一、什么是最佳生育年龄二、什么是最佳受孕季节三、如何安排受孕时间四、准爸爸的优生准备五、生男生女事先可选定吗六、孕前需要接种疫苗吗第三章 孕前的营养指导一、饮食准备提前开始二、小叶酸大作用三、饮食调整注意事项四、准爸爸的饮食准备妊娠篇第一章 孕期产前检查一、早孕的诊断二、建立孕妇联系卡定期检查三、早孕期检查内容四、中孕期检查内容五、晚孕期检查内容六、血清学筛查的必要性七、孕期胎儿B超检查的意义第二章 正常妊娠一、我真的怀孕了吗二、学习计算预产期三、宫内宝宝10月成长记录四、胎盘的形和成熟五、羊水的产生和作用六、了解脐带七、通过胎动感知宝宝的生长八、胎儿成熟的判断第三章 妊娠期母体的生理变化一、孕期体重及血压变化二、皮肤及色素变化三、生殖器官的变化四、循环系统的变化五、呼吸系统的变化六、消化系统的变化七、泌尿系统的变化八、骨骼系统的变化九、孕妇的心理变化第四章 孕期营养指导一、孕期需要哪些营养二、孕早期营养需要三、孕中晚期营养需要四、饮食讲究合理性和科学性五、孕早期准妈妈的饮食原则六、孕中期准妈妈的饮食原则七、孕晚期准妈妈的饮食原则八、值得强调的粗粮和水果九、如何看待孕期营养品十、营养素缺乏或过多的危害十一、孕期特殊食谱介绍第五章 异常妊娠一、异位妊娠(宫外孕)二、流产三、早产四、孕晚期阴道流血五、羊水异常六、胎儿宫内发育异常七、胎位异常八、其他异常妊娠第六章 妊娠期常见症状及应对一、常见的消化道症状二、皮肤的这些变化可逆吗三、感冒了怎么办四、不可忽视的腿部问题五、怀孕期真菌感染六、妊娠期的口腔疾病七、孕期疼痛八、产前抑郁第七章 妊娠与疾病一、妊娠与心脏病二、妊娠与高血压三、妊娠与贫血四、妊娠与糖尿病五、妊娠与病毒性肝炎六、妊娠与肺结核七、妊娠与肾脏疾病八、妊娠与甲状腺功能亢进九、妊娠合并甲状腺功能减退十、妊娠与阑尾炎十一、妊娠合并急性胆囊炎和胆石症十二、妊娠与子宫肌瘤十三、妊娠与卵巢肿瘤十四、妊娠与性病十五、妊娠与弓形虫感染十六、妊娠与巨细胞病毒感染第八章 孕期生活指导一、孕妇学校二、孕期快乐运动三、孕妇体操四、孕妇瑜伽五、怀孕期间能开车吗六、孕期能不能旅行七、孕期能有性生活吗八、胎教知识九、怀孕期间可以看电视用电脑吗十、孕妇防辐射服的作用分娩篇产后篇育儿篇

## <<完美妈妈执业通行证>>

### 章节摘录

第一章 孕前必须知道的知识—怀孕需要具备哪些基本条件结婚有一段时间了，很多夫妻就会有想要个宝宝的念头出现。

很多想做妈妈的女性看到商场里漂亮可爱的婴儿服，总会流连忘返，有时甚至就买回家了。

怀孕生宝宝是件简单的事吗？

有的夫妻会认为，生个宝宝是件可遇而不可求的事情，能不能生、生怎样的宝宝要看老天爷的安排。但是，你知识吗，要个宝宝，尤其是健康聪明的宝宝，是需要做好充分准备的，而且最重要的是想为人父母者身体上的准备，你准备好了吗？

有些父母匆忙上阵，结果带来终身的遗憾；有的夫妇求子心切却屡屡不孕。

所以，在怀孕前很有必要了解一下，怀孕都需要哪些身体条件。

我要做妈妈第一，身体健康。

没有什么医生明确诊断的疾病，如传染病、严重的心脏病、肾脏病、糖尿病、血液病、癫痫及精神类疾病等，或者是你原有的疾病经过正规治疗，目前已处于控制稳定期，医生说可以怀孕。

第二，月经正常。

有正常的月经周期，才可能有正常的排卵，才会有受孕的机会。

## <<完美妈妈执业通行证>>

### 编辑推荐

《完美妈妈执业通行证:妊娠分娩育儿一本通》是科学孕育健康宝宝的指导手册，也是科学育儿的宝典。

《完美妈妈执业通行证:妊娠分娩育儿一本通》集系统性、科学性、时代性于一体，具有很强的操作性和指导性。

<<完美妈妈执业通行证>>

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>