

<<280天怀孕必读>>

图书基本信息

书名：<<280天怀孕必读>>

13位ISBN编号：9787537532778

10位ISBN编号：753753277X

出版时间：2005-9

出版时间：河北科技

作者：丁海红

页数：393

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>

<<280天怀孕必读>>

内容概要

生儿育女，是我们每一个俗人都免不了的俗事。

然而，随着科学技术的进步，人们的观念也在不断更新，养育婴儿的方法也发生了革命性的变化。

传统的一些育儿观念已是昨日黄花成了偏见，甚至是不科学的、对孩子或母亲有害的。

有鉴于此，我们决意为传扬科学的育儿方法尽绵薄之力，特编写了《280天怀孕必读》、《孕产养育百科全书》系列丛书，以期能给广大初为人母(父)者更科学、更全面、更系统的指导，携其度过生命中美妙难忘的一段时光，助其培育出聪明健康的下一代。

本套丛书，从怀孕前的准备开始，一直到学龄前的培育为止，对胎儿的发育，婴儿的身心发展，幼儿的体格、智能变化，以及母体的保健与护理，都进行了比较深入的科学论述，希望能以父母的爱心加我们的全面科学指导，酿造了个个幸福家庭。

科学是程式化的、毫无生气的。

只有爱才是全能的、充满无限活力的。

科学知识可以作为我们生活的指导，给我们以帮助。

但我们决不能死搬硬套，而应该在养育子女的过程中，更多一点爱心和耐心。

用爱去孕育胎儿，用爱去哺育婴儿，用爱去养育幼儿，用爱去教育子女，让他们生长在一个充满爱的世界里。

<<280天怀孕必读>>

书籍目录

第一篇 孕前准备方案 优生优育知识准备 生个聪明健康的孩子 优生始于择偶 少生与优生 选择与优生 营养与优生 环境与优生 环境污染对优生的影响 改善环境,防止胎儿畸形 空气与优生 油烟弥漫的厨房 吸烟或被动吸烟 现代装潢的居室 职业环境污染 药物与优生 可能致畸的时间 可能致畸的常用药物 孕期用药要合理 用药原则 烟酒与优生 孕妇不宜饮酒 孕妇吸烟有害 遗传与优生 影响胎儿智力的因素 父亲高龄对优生不利 遗传与优生的关系 遗传与智力的关系 遗传与疾病的关系 婚前须知 不宜生育者 必须婚前体检 近亲结婚的危害 最佳婚育年龄 最佳怀孕时机 准确选择排卵期 父母血型与优生 生男生女的奥秘 孕前心理准备 最佳怀孕情绪 调整孕前心绪 和谐孕前心理 喜迎妊娠到来 妊娠是爱情的升华 孕前的生理准备 调适生理机能 最佳怀孕肾气 孕前生活安排 孕前锻炼方法 孕前须治疗的疾病 孕前饮食与用药 孕前的物质准备 舒适的居室环境 适体的内衣 宽松的外衣 合适的鞋 胎教的工具 孕期理财 孕后的货币储备 孕前的营养方案 孕前饮食的基本原则 适合不同准孕妇的食谱

第二篇 怀孕1月方案 受孕真相 受孕的条件 怀孕的判断依据 怀孕的判断方法 正确对待早孕反应 孕妇需注意的问题 孕妇早期检查的必要性 胎儿发育 胎儿的生理发育 胎儿智力发育 胎儿的性格发育 胎儿大脑的发育 胎教方案 胎教的主要内容 同步营养方案 孕期饮食指导 孕期营养原则 孕期可选择的食品 孕期饮料的选择 孕1月的益智食谱 同步保健方案 孕1月的保健措施 同步运动方案 孕期安全运动 锻炼前的安全措施 疾病防治 防治早期感冒 防治早期发热 防治心慌气促 防治心烦意乱

第三篇 怀孕2月方案 孕期常识 (I) 消除妊娠反应 忌用维生素B。

妊娠过程中主要日期与数字 孕腹增大的变化规律 胎儿发育 胎儿的发育状况 胎儿智力发育 胎儿五感发育与训练 胎儿运动发育与训练 胎教方案 孕早期胎教方法 同步营养方案 多吃益智健脑食品 预防孕期钙、磷不足 适当增加含铁食物与钙剂 孕期忌食原则 孕2月的益智食谱 同步保健方案 孕2月的保健措施 同步运动方案 孕妇健美操 疾病防治 流产的预防 下肢浮肿的防治 水肿的防治 小腿抽筋的防治 静脉曲张的防治

第四篇 怀孕3月方案 孕期常识 学会数胎动 胎动的种类 孕期母体的变化 胎儿发育 胎儿的发育状况 胎儿智力发育 胎儿牙齿的正常发育 胎儿有感知能力 胎教方案 音乐胎教 同步营养方案 维生素D的摄取 补充锌、铜、碘元素 孕3月的益智食谱 同步保健方案 孕3月的保健措施 同步运动方案 会阴肌肉运动 伸脚运动 胯部摆动 族病防治 孕妇患病应就医 不利胎儿发育的药物 妊高征的危害 妊高征的防治

第五篇 怀孕4月方案
第六篇 怀孕5月方案
第七篇 怀孕6月方案
第八篇 怀孕7月方案
第九篇 怀孕8月方案
第十篇 怀孕9月方案
第十一篇 怀孕10月方案
第十二篇 十月怀胎禁忌
第十三篇 一朝分娩
第十四篇 安产与康复禁忌
第十五篇 新生儿的护理

<<280天怀孕必读>>

章节摘录

书摘影响胎儿智力的因素 智力的形成不是一个简单的问题，它的产生、发展、扩充、完善都离不开大脑，大脑是智力形成的物质基础，而大脑的生长发育又受着先天遗传因素和后天教育因素的双重影响。

要想生一个健康机智的孩子，首先要保证大脑的健康发育，这才能在后天教育因素的作用下，培养出高智商的孩子。

一般来说，没有什么疾患的夫妇生下的孩子一般都没有什么问题；如果有某种遗传病或其他严重疾病的夫妇，就会影响子女的生长发育，而且有的影响还非常严重。

那么，智商高的夫妇，其子女是不是就一定聪明呢？不一定。

因为造就一个高智商的孩子，如果不从胎儿期、新生儿期、幼儿期就开始教育，那么先天的一些优势也会消失。

既不能夸大遗传的作用而忽视后天因素的作用，也不能强调后天教育的作用而否认先天遗传的影响，只有同时具备这两个条件，孩子才能向高智商方面发展。有许多遗传病是与儿童的智力发育有着直接关系的，已婚夫妇不可等闲视之。

如唐氏综合征(又称伸舌样痴呆)，属于大脑发育不全症中最常见的一种。

患有这种病的儿童面部与常人不同：眼裂较小、两眼距离宽、塌鼻梁、流涎水、常伸出舌头傻笑等，并常常伴有其他先天畸形病症，其中以先天性心脏病最为普遍，患者对疾病几乎没有什么抵抗能力，很容易感染疾病而早期夭折。

该病患者存活的期限不一样，症状不明显的病人可以活到成年，但智力低下，男性与女性患者也都有生育能力。

这些患者多半在婴儿期就有表现，如呕吐、湿疹、烦躁不安和尿中有霉味，如果在此症状发生后一个月即开始治疗，智力发育可接近正常；如果在2-3岁以后治疗，已经引起的脑损伤就难以恢复，智力受到的影响也无法挽回。

另外还有呆小症、小头畸形和巨脑症等几种智力低下的类型。

造成智力低下还有另外一个原因，那就是孕妇在怀孕期间患有风疹、水痘等病毒性疾病；妊娠期间受到过放射线的照射；有妊娠毒血症及其他全身性的疾病。

这些因素一方面造成胎儿发育的障碍，使大脑细胞发育不完善；另一方面影响骨髓、内分泌等系统的发育，反过来又影响脑的发育。

此外，吸烟、酗酒的妇女所生的孩子一般都智力低下，年龄太大的妇女所生的唐氏综合征孩子占到该病的42%左右。

其次是后天性因素，如分娩时的产伤、新生儿早期的脑创伤和神经系统的感染等。

难产、产钳助产、吸引器助产、严重窒息、脐带绕颈等造成头颅机械性压迫，都会影响大脑的发育，从而影响智力发育。

要培养一个聪明伶俐的孩子，就必须从预防先天遗传病人手，把好结婚、怀孕、分娩、哺养、教育的每一个环节。

即使父母的智商不是很高，也可以培养出一个高智商的儿童。

P16-17

<<280天怀孕必读>>

编辑推荐

本书从怀孕前的准备开始，一直到学龄前的培育为止，对胎儿的发育，婴儿的身心发展，幼儿的体格、智能变化，以及母体的保健与护理，都进行了比较深入的一科学论述，能以父母的爱心加全面科学的指导，酿造一个个幸福家庭。

<<280天怀孕必读>>

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>