第一图书网, tushu007.com

<<孕产妇实用医学百科>>

图书基本信息

书名：<<孕产妇实用医学百科>>

13位ISBN编号：9787538437140

10位ISBN编号：7538437142

出版时间：2009-1

出版时间：吉林科学技术出版社

作者：滕红，许天敏　主编

页数：252

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

内容概要

从怀孕的第一天起，准妈妈就开始处处小心翼翼。
在长达9个月的孕期里，该如何合理地、科学地安排生活，如何进行孕期保健，如何对待孕期可能出现的问题，产后如何迅速恢复……这些问题都困扰着准妈妈。
　本书从衣、食、住、娱乐、运动、美容、服饰、生病服药等诸多方面，指导准妈妈如何度过难忘的孕产期。
书中内容包括基础常识、优生优育、性别选择、胎教等方面的知识，还包括妊娠、分娩及产褥各期的心理、生理及病理的相关内容，以及孕期及产后的营养等方面的相关指导。
书中以通俗易懂的语言向年轻的准妈妈介绍了如何科学、健康、安全地迎接小宝宝的诞生，并帮助解决孕产期的一系列问题，是准妈妈的好帮手。

作者简介

滕红，教授，医学博士硕士生导师。

吉林大学第二医院妇产科副主任，产科主任。
吉林省围产医学研究中心主任，吉林省围产医学分会副主任委员，长春市妇产科分会副主任委员，《中国实用妇科与产科学》杂志特邀编委，《中国现代妇产科》杂志编委。
主要从事围产医学方面的研

书籍目录

PART 1　做好怀孕前的准备　做好怀孕前的准备　　做一个周全的孕前计划　　迎接宝宝你做好心理准备了吗　　物质准备很重要　　纠正妊娠前的营养失衡情况　科学受孕很重要　　受孕的奥秘　高质量的受孕——优生宝宝的前提　　合理安排受孕时机　　谁来控制性别的“天平”　解决孕前健康问题　　预防“缺陷宝宝”　　妊娠前应治疗的疾病　　仔细安排运动饮食和健身计划　　离宠物远一点　　这些时候不要受孕　　排卵日后不要做放射线检查PART 2　准妈妈关心的共同问题PART 3　准妈妈的逐月保健计划PART 4　怀孕期常见异常情况PART 5　迎接分娩PART 6　产褥期的保健

章节摘录

PART 1 做好怀孕前的准备做好怀孕前的准备做一个周全的孕前计划1 停止服用避孕药怀孕半年前要完全停止服用避孕药，使身体恢复到正常的月经周期。
因为避孕药含有人工合成的孕激素和少量雌激素，对胎儿有一定的危害。
最好等到有3次正常月经周期后再怀孕，在此期间可用避孕套或子宫帽进行避孕。
如服用避孕药失败导致怀孕，或怀孕后又服用了避孕药，应尽早流产，以保证生一个健康聪明的宝宝。
在未恢复正常的月经周期前就受孕的话，婴儿的预产期也不好计算。
2 补充叶酸孕前3个月可适当补充叶酸，以及其他维生素和微量元素，这样有利于胎儿的发育。
叶酸是一种水溶性维生素，机体需要利用叶酸制造血液中的红细胞，因此叶酸对细胞分裂和增长具有非常重要的作用。
准妈妈如果缺乏叶酸，除可引起准妈妈巨幼红细胞贫血外，还可导致胎儿发生神经管缺陷畸形，因此要及早补充叶酸。

编辑推荐

《孕产妇实用医学百科》图解孕产期健康细节，常见疾病与异常情况逐个解决。
妇产科专家言传身教，让你安心度过孕产期，教你科学的孕前准备方法，解决6类孕前健康问题，为孕育新生命打好基础，详细解答准妈妈共同关心的营养、心理等3类健康疑虑，科学制定逐月保健计划，18个孕期意外早处理，关注分娩与产后保健，24个贴心叮咛让新妈妈与宝宝一起健康。

第一图书网, tushu007.com

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