

<<孕产育儿终极宝典>>

图书基本信息

书名：<<孕产育儿终极宝典>>

13位ISBN编号：9787538462098

10位ISBN编号：7538462090

出版时间：2013-1

出版时间：吉林科学技术出版社

译者：岑艺璇

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>

## <<孕产育儿终极宝典>>

### 前言

如何使用这本书 我们希望本书对所有的准妈妈和新妈妈来说，都是简单易读且富有趣味性的。书里的章节是按照怀孕的过程编排的，且书中还包括一些发生在我们工作中、我们接待过的孕妇身上和我们自己生活中的一些奇闻轶事。

由于大部分的怀孕过程都是正常的，所以我们会在最后介绍高危产妇的详细信息。

大多数的女性都不会成为高危产妇，但是我们也希望减轻高危产妇的害怕与担忧。

我们在书中明确描述了每种并发症，包括起因和风险因素，同时还提供了能够减少高危情况出现的药物。

请记住，请不要担心。

我们每一个人在怀孕期间都患过并发症，现在我们都在书里面写出来了，而且我们健康的孩子正在家里等待我们回去。

本书其中一章是关于情绪问题的，因为成千上万的孕妇都产生了这方面的问题。

有几个章节是关于流产和不孕问题的，还有一章是关于常提及的问题及迷信。

我们十分高兴孕妇能把这个地方当作一个安全的天堂，在这里她们能够告诉我们她们所有的担心与害怕以及对孩子的美好憧憬。

## <<孕产育儿终极宝典>>

### 内容概要

伊冯·伯恩、艾莉森·希尔、阿兰·帕克、梅丽莎·乔·帕尔贴编著的这本《孕产育儿终极宝典(权威珍藏版)》旨在帮助那些即将成为母亲的女性走出外面世界所制造的恐慌，并获得一些可靠的信息。

《孕产育儿终极宝典(权威珍藏版)》想让读者安心。

只要跟随着一些简单的步骤，怀孕并能生下健康的孩子是很容易的。

<<孕产育儿终极宝典>>

作者简介

作者:(美)伊冯·伯恩、艾莉森·希尔、阿兰·帕克、梅丽莎·乔·帕尔贴 译者:岑艺璇

## &lt;&lt;孕产育儿终极宝典&gt;&gt;

## 书籍目录

序言 传递奇迹 我们的经历 我们为什么当医生 豆荚里的3颗豆子 为什么女性会信任我们 干预和制造恐慌 医学阐述事实,而非文化神话 如何使用这本书

第一章 准备怀孕 怀孕前的准备 孕前遗传性疾病检查 怀孕:这是需要时间的 如果你之前有过怀孕的经历 选择医生 选择接生员 改变一生的一刻

第二章 孕期生活指导 我的体重会增加多少 孕期饮食 哪些食物不能吃 孕期不可以做的事情 怀孕时期的运动 更多照顾自己和胎儿 什么能做,什么不能做

第三章 孕早期:0~12周 恭喜,你怀孕了 孕早期胎儿的成长 孕早期的症状 孕早期的产检 孕早期遗传性疾病筛查

第四章 孕中期:13~28周 欢迎来到孕中期阶段 孕中期阶段胎儿的发育 感觉到胎动 孕中期症状 调整你的运动 孕中期的产检 孕中期潜在并发症 分娩课程 孕中期结束阶段

第五章 孕晚期:29~42周 最后的冲刺 孕晚期胎儿的成长 孕晚期的症状 孕晚期并发症 孕晚期的运动与生活 胎儿的位置在不断变换 提前做分娩计划 日益增大的腹部,日益增长的忧虑 分娩计划 我将在何时分娩

第六章 分娩 突发状况的分娩 入院分娩 分娩阶段 催产 缓解分娩时的疼痛 不同的分娩姿势 什么情况下选择剖宫产 关于剖宫产后阴道分娩术的争论 宝宝出生后 不要害怕新生儿的“尖锋头” 新生儿出生当天的监测和特殊护理 生命的奇迹 宝宝回家之前

第七章 宝宝出生后 怀孕的第四阶段 在家的第一天 新生儿的生活:睡眠、吃奶、排尿、排便 哺乳的时间 宝宝为什么会哭 关于奶嘴 宝宝的睡眠周期 产妇的睡眠周期被破坏 你需要一个夜班护士 情绪上的变化 为什么我的腹部看起来还是那么大 恢复孕前体重 重新开始性生活 掉发 重返职场 一切辛苦终究会过去

第八章 异常情况及其并发症 不孕症 促进怀孕的治疗方法 当怀孕异常时 造成流产的原因 流产的处理方法 周期性流产 异位妊娠

第九章 高危妊娠 怎样监控高危妊娠 先兆子痫 糖尿病 宫颈机能不全 前置胎盘 胎盘早剥 胎盘增生,植入性胎盘以及穿透性胎盘 胎膜早破 脐带脱垂 早产 早产儿 多胎妊娠 产后出血 死产- 宫内生长迟缓 巨大儿 过期妊娠

第十章 你正在经历你从未料到的难题 怀孕40周的情感过山车 过多的信息 热心的建议 与未出生宝宝的感情 伴侣间的关系 单身母亲 宝宝们和他们刚出生的兄弟姐妹 父母以及其他相关人员 有一个生病的或需要特殊照顾的宝宝 与工作相关的问题 篇尾语

第十一章 常提及的问题及迷信 孕期生活与保健 饮食和药物治疗 临产和分娩 传闻与迷信

附录:术语表

## &lt;&lt;孕产育儿终极宝典&gt;&gt;

## 章节摘录

宝宝回家之前 在离开医院之前，宝宝会接受一个身体检查。

在对宝宝进行检测时，儿科医生会检测其是否有新生儿的正常反射能力：生根、吮吸、抓握以及惊吓反射。

检测结束过后，他们会为你解答一切问题。

直到宝宝第一次排尿、排便结束之后才能离开医院，此时排便代表着肠道已经完成了第一次蠕动。

新生儿一般都是在出生后的24~48小时之内排尿、排便的。

这就确保了新生儿体内有充足的水分。

肠道蠕动正常。

最开始胎便呈现深绿色或黑色，过一段时间后，胎便会呈现深黄色而且每次进食后宝宝都会排便。

宝宝在离开医院之前，会接受一个足底血液测试来检测新陈代谢情况。

该检测包括的内容在地区间有所差异。

大多数的医院还会进行听力测试和无创性黄疸病筛查。

儿科医生还会和你讨论疫苗注射的相关问题。

医院经常会让父母看一个视频，向父母介绍一些基本的儿童保健信息，医院还会分发传单普及母乳喂养及母乳保存的知识，告诉父母哪些是新生儿的出现危险的标志以及应该什么时候通知医生。

新生儿黄疸的筛查 新生儿黄疸，一种胆红素在体内堆积，造成皮肤和白眼球上有黄色斑点的疾病

。早产儿更易患黄疸，主要是因为他们的肝脏更加不成熟。

新生儿患黄疸病很难发现，所以，在离开医院前所有的新生儿都要接受黄疸病检查。

黄疸病在亚洲的男婴中发生率较高，尤其是新生儿接受母乳喂养或母子血型不同(ABO溶血症或骨髓成红细胞增多症)。

例如，在ABO溶血症的情况下，如果母亲是O型血而宝宝是A型或B型血，那么这个宝宝患黄疸病的概率就很高。

同样，如果新生儿的RH血型呈阳性而妈妈的RH血型呈阴性的话，该新生儿的患病概率也很高。

但是如果同妈妈血型相同，就会大大降低黄疸病的发病概率。

如果黄疸病未被治愈则会引发严重的并发症，如耳聋、脑瘫或脑损伤。

如果病情较轻且患儿的肝脏能够跟上胆红素新陈代谢的步伐，那么患儿一般可以依靠自身溶解胆红素

。最简单的方法就是水解，即通过排尿和排便将胆红素排出体外。

有些时候，尤其是当母亲的母乳不足的时候。

宝宝需要辅以几天的配方奶喂养。

另一种治疗方法叫作光线疗法，此时只需把宝宝放在窗前，让宝宝接受经过玻璃过滤后的阳光的照射(此种方法只适用于病情较轻的新生儿而且必须经过儿科医师同意)，或者在医院接受胆光线的照射(一般对病情较重的患者作出该建议)。

光波会通过皮肤将胆红素摧毁成其副产品。

在一些较严重的情况下，需要为新生儿进行输血，用新鲜的血液取代含有胆红素的血液。

回家 所有的新生儿回家时都必须坐婴儿专用汽车座椅。

所以最好事先买好而且会在出院前就安装完毕。

“生日快乐！”

“我真的很荣幸能够比一般人拥有更多的机会说“生日快乐”这句话。

每当我抱着宝宝时，我就总是例行公事般地对他说：“生日快乐！”

“我知道宝宝并不知道我在说什么，但是我喜欢向这些在我的帮助之下来到世间的小生命说一些悄悄话。

甚至产妇和她们的丈夫都没有注意我说这句话，但是说出这句令人欣喜的话让我觉得愉悦、有参与感

。

<<孕产育儿终极宝典>>

我是在医学院三年级的时候接生了第一个小生命，当时住院医师一直在一旁看着我，以确保一切进展顺利。

我至今还记得当我祈祷自己不要出现任何差错时那种心跳加剧的感觉。

16年过去了，现在当我看到新生儿时，这种焦虑感被喜悦和镇定取代。

当我知道产妇用力分娩并最终看见胎儿被娩出时，他们每个人的脸上都闪烁着幸福喜悦的泪珠……世界上没有能够与之媲美的经历了。

阿兰 P255-256

## <<孕产育儿终极宝典>>

### 编辑推荐

这本《孕产育儿终极宝典(权威珍藏版)》由美国医学委员会认证的妇产科专家伊冯·伯恩、《纽约时报》畅销书作者艾莉森·希尔、艾美奖获奖作家梅丽莎·乔·帕尔贴倾情打造。它揭示了缔造完美孕育的秘诀。即将成为母亲的女性千万不能错过！



<<孕产育儿终极宝典>>

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>