

<<送给最爱的人>>

图书基本信息

书名：<<送给最爱的人>>

13位ISBN编号：9787538866490

10位ISBN编号：7538866493

出版时间：2011-6

出版时间：黑龙江科技

作者：洛朗斯·佩尔努

页数：365

译者：王娜

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>

<<送给最爱的人>>

内容概要

每一个孕妈妈心里都有许许多多的问题：宝宝是如何从一个肉眼看不见的受精卵发育为3千克重的小生命的呢？
怀孕后我该如何饮食呢？
我晨吐反应很厉害，该怎么办呢？
我和丈夫的关系会因为怀孕受影响吗？
我该如何为分娩做准备呢……《送给最爱的人:等待宝贝》将一一为你解答这些疑惑，陪你度过一个快乐、平安的孕产期。

本书共分17章，内容涉及准备怀孕、孕期日常生活、宝宝每周的发育情况、产前检查、双胞胎、孕期不适症状与并发症、临产与分娩、宝宝出生后的护理等各个方面的问题。书中融合了国际上最新的妇产科学研究成果，且非常关注孕妈妈的日常生活和情感变化，是一本既科学又贴心的怀孕用书。

本书于1955年出版后，就受到了世界各地读者的欢迎。半个世纪以来，它被翻译成40多种文字，畅销全球70多个国家。作者每年都会根据国际上最新的研究成果对书进行修订，这也保证了书的内容永远是最新的，能不断满足人们新的需求。

<<送给最爱的人>>

作者简介

洛朗斯·佩尔努 (Laurence Pernoud)，法国著名的孕产专家、育儿专家，长期从事孕产和育儿方面的研究，成果颇丰。其代表作《送给最爱的人等待宝贝》《送给最爱的人养育宝贝》半个世纪以来畅销不衰，创下了怀孕育儿类图书出版史上的奇迹，被翻译成40多种文字，畅销全球70多个国家，为数千万的爸爸妈妈提供了最科学的孕产和育儿指导。每年作者团队都会根据国际上最新的研究成果对书的内容进行更新，所以这两本书一直走在时代的最前沿，能不断满足人们新的需求。

<<送给最爱的人>>

书籍目录

第一章 等待宝贝

从出现怀孕迹象到确诊怀孕
怀孕的征兆 / 妊娠测试 / 尽快知道自己是否怀孕很重要
不, 你并没有怀孕
了解排卵期
生活中的一切都将改变
两人一起等待宝宝
关于准妈妈 / 关于准爸爸

第二章 日常生活

工作 / 睡眠 / 性生活 / 洗浴 / 吸烟 / 喝酒 / 外出旅行 / 锻炼身体 / 体育运动

第三章 均衡饮食

应该加倍进食吗
热量问题
应该吃些什么
饮食多样化 / 为什么孕期不能多吃1 / 禁忌食物 / 饮料 / 嗜好

第四章 美丽的孕妇

孕期如何穿着 / 乳房 / 腹部和体形 / 脸部 / 皮肤 / 毛发 / 牙齿 / 指甲

第五章 宝宝出生前的成长

宝宝是如何诞生的
两个传递生命之火的细胞 / 卵子 / 漫漫受精路 / 与卵子相遇的精子 / 精子进入卵子, 形成受精卵 / 受精卵的“蜜月旅行” / 细胞分裂 / 准备着床 / 受精卵着床 / 人类辅助生殖技术

宝宝成长月月观

胎儿发育周周看

双胞胎及三胞胎的超声波图

意识的黎明

多普勒效应

胎儿是如何在子宫里成长的

胎盘 / 脐带 / 羊水和胎膜 / 胎儿和他成长的环境

妊娠期间你的身体变化

子宫体积增大 / 乳房张大 / 机体功能的变化 / 为分娩做准备 / 激素的作用

第六章 如果你怀的是双胞胎

双胞胎的受精 / 有关双胎妊娠 / 医疗监护 / 双胞胎的出生 / 双胞胎出生后 / 三胞胎、四胞胎、五胞胎

第七章 你面临的3个问题

男孩还是女孩

我们可以选择孩子的性别吗 / 在宝宝出生前如何知道他的性别

宝宝到底像谁

.....

第八章 常见的不适症状

第九章 孕期医疗监护

第十章 妊娠期疾病

第十一章 何时分娩

第十二章 分娩

第十三章 疼痛和分娩

第十四章 如何准备分娩

<<送给最爱的人>>

- 第十五章 麻醉分娩
- 第十六章 你的宝宝出生了
- 第十七章 宝宝和你

<<送给最爱的人>>

章节摘录

版权页：插图：关于准妈妈有的女性在怀孕后性格完全改变，而另一些女性的性格和行为一如往昔。当你在读这章内容时，会发现我们有时会特别强调一些准妈妈的特殊情况，有时则恰恰相反，我们对此一笔带过。

因为心理学并不是一门精确的科学，每个女性在变成妈妈时，都会有她自己的风格。

这种风格取决于年龄、受教育程度、她周围亲近的人以及她的性格。

但是，如果排除极端情况，一般说来，准妈妈的心理会随着月份的增加而变化。

这种心理上的变化与生理上的变化息息相关，是正常现象。

从生理学的角度看，我们将怀孕分成3个阶段；同样，从心理学的角度讲，我们也习惯将怀孕分成3个阶段。

妊娠早期：不确定性，情绪矛盾由于妊娠测试方便快捷，并且可以及早进行，所以事实上，这种不确定性现在变得越来越小。

“我是不是怀孕了？”

”要回答这个问题，现在只需几小时就已足够，有时甚至在几分钟内就可以得到答案。

但即使女性得知自己已经怀孕了，她依然不是十分确定。

只有当她感觉到宝宝在肚中踢她或者通过超声波看到了宝宝的“样子”时，她心中的石头才会落地。

人们都认为怀孕的女性很幸福。

其实最开始，她的心可能一直被喜悦和恐惧包围着。

她并不是害怕生孩子，而是被很多因素困扰着：对未知事件的恐惧（特别是怀第一胎时）；对正在发生的事情，特别是对腹中的小生命一无所知；对未来的忧虑（孩子的到来，会给家庭带来沉重的经济负担，该怎么办呢）；对自己能否胜任妈妈的角色感到怀疑，特别是当宝宝的爸爸很无能或是太优秀时；害怕丈夫会在这几个月中疏远自己等等。

总之，在妊娠早期，无论在哪一方面，准妈妈的心情都十分矛盾。

这种复杂的感情往往会使准妈妈产生恶心、失眠、厌食、疲劳等症状，因此，对她们来说，怀孕的前几个星期的生活是很难熬的。

<<送给最爱的人>>

媒体关注与评论

“这本书一直都很专业.它对于胎儿发育、产前检查、妊娠期并发症等方面的描述是非常科学的,代表了目前妇产科学的最新研究成果。

医生应该鼓励孕妇拥有这本书。

”——国际妇产科联盟 (FIGO) “这本书简直可以说是一个奇迹!

它于1955年由一个名不见经传的法国出版社出版.但是却很快畅销于世界上70多个国家,并且在之后的半个世纪一直雄踞世界各大媒体、书店的怀孕育儿类畅销书排行榜前列.经久不衰。

这在很大程度上是因为作者每年都会根据国际上最新的研究成果对书进行修订,这就保证了这本书永远都是符合时代要求的。

”——《出版商周刊》 “《送给最爱的人等待宝贝》就像它的书名一样贴心,它会告诉我所有我不知道的、想知道的、应该知道的问题,如它不仅会科学地讲解宝宝每周的发育情况。

还会告诉我孕期该如何饮食,该如何处理与丈夫的关系,等等。

总之它非常实用,值得推荐。

”——亚马逊网上书店读者

<<送给最爱的人>>

编辑推荐

《送给最爱的人:等待宝贝》全球70多个国家的孕妈妈都在使用的怀孕宝典，宝贝周记，妈妈周记。世界上最经典的怀孕用书之一，畅销半个多世纪，被译成40多种文字，全球累计销量超过5000万册。世界上最经典、使用范围最广的怀孕用书之一，融合国际上最先进的妇产科学的研究成果，全方位解答从准备怀孕到分娩后6周孕妈妈面临的问题。

<<送给最爱的人>>

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>