

<<孕产妇居家保健一本通>>

图书基本信息

书名：<<孕产妇居家保健一本通>>

13位ISBN编号：9787544236423

10位ISBN编号：7544236420

出版时间：2007-7

出版时间：海南南海

作者：深圳市金版文化发

页数：239

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>

## <<孕产妇居家保健一本通>>

### 内容概要

随着生育高峰的到来，孕产妇这一群体成了很多家庭乃至全社会的共同关注。如何让孕产妇安然度过这一特殊时期，做好居家保健这个重要的环节呢？

本书针对新时期孕产妇的身心特点，集合了知名妇科专家多年的护理知识，主要介绍了孕妇妊娠居家注意事项、胎儿最优胎教方案等内容，指导准妈妈轻松进行分娩，讲解准妈妈常见疾病的防治方法，帮助产妇恢复身体和护理宝宝，让各位准妈妈在家也能自我保健！

<<孕产妇居家保健一本通>>

作者简介

<<孕产妇居家保健一本通>>

书籍目录

第一章 完美受孕 生育常识 1. 了解女性生殖系统 2. 了解男性生殖系统 3. 了解排卵期  
4. 受孕的条件 5. 受孕的过程 6. 受孕的征兆 7. 受孕的测试方法 优生优育 1. 优生与  
优生学 2. 优生的五要素 3. 忌忽视婚前检查 4. 遗传与遗传性疾病 5. 预防遗传性疾病  
6. 遗传与先天性疾病 7. 近亲结婚危害大 8. 早婚早育影响优生 9. 吸烟喝酒影响优生  
10. 环境污染影响优生 11. 父母血型与优生 12. 饮食营养与优生 13. 性交频率与优生 选  
择受孕时机 1. 最佳生育年龄 2. 最佳受孕时间 3. 最佳受孕季节 4. 易受孕的性交姿势 5. 开  
灯性交有益受孕 6. 心情愉悦容易受孕 7. 不宜受孕的时期 影响生育的疾病 1. 心脏病 2. 肝炎  
3. 糖尿病 4. 哮喘 5. 甲亢 6. 肺结核 7. 癌症 8. 高血压 9. 肾炎 10. 风疹 11. 白血病  
12. 类风湿 13. 癫痫 14. 精神病 15. 遗传病 16. 梅毒 17. 淋病 18. 尖锐湿疣 19. 滴虫性  
阴道炎 20. 严重贫血 21. 系统性红斑狼疮 .....第二章 日常生活第三章 孕期胎教第四章 医  
疗与保健第五章 轻松分娩第六章 产后恢复第七章 宝宝护理

<<孕产妇居家保健一本通>>

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>