

<<孕产期日常护理>>

图书基本信息

书名：<<孕产期日常护理>>

13位ISBN编号：9787802020788

10位ISBN编号：7802020786

出版时间：2004-12

出版时间：中国人口出版社

作者：周蕊 编

页数：168

字数：93000

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>

<<孕产期日常护理>>

内容概要

孕育是快乐的，分娩是美丽的。

新生命的孕育过程有着不尽的酸甜苦辣，这就是美好生活的味道。

在孕产过程中，有许多护理问题需要引起年轻父母的重视，新生命的到来才能带来更多的快乐。

孕早期妊娠反应常见呕吐、食欲不振，还有一些人可能有嗜睡、头昏等。

孕早期还有许多需要注意的护理问题，细读本书，可以得到专家给出的具体指导。

孕中期，孕妇的感觉与以前明显不同，孕妇会感受到了做母亲的自豪，每一天似乎都能感觉到自己和宝宝的新变化，孕妇需要加强各方面的护理。

进入孕晚期，应着重注意母亲和胎儿的安全，所以孕妇必须定期接受产前检查，生活要有规律，情绪要稳定。

同时加强衣食住行等方面的护理，为安全分娩做好一切准备。

新生儿的诞生，标志着新的共同生活开始了。

生活规律打乱了，做妈妈的常常感到很疲劳。

这时候要请丈夫帮忙，在等待身体复原过程中，渐渐恢复正常生活秩序。

加强孕产妇的护理，是保证母子安康和家庭幸福的重要措施之一。

本书作者为从事临床护理工作的妇幼保健专家，相信她们的专业技能一定能给各位孕产妇以帮助。

祝您在孕育过程中心情是快乐的，生活是幸福的，感觉是美丽的。

<<孕产期日常护理>>

书籍目录

第1章 孕早期护理（妊娠1-3个月） 1.孕早期备忘录 2.孕早期母体的变化 3.孕早期营养与食物 4.孕早期的合理饮食 5.孕期均衡营养有利于胎儿的智力 6.孕妇少吃滋补药 7.孕妇补碘孩子增智 8.孕早期饮食应该注意什么 9.孕妇多喝牛奶好处多 10.多喝水可以减轻孕早期呕吐 11.怀孕的妈妈多吃鱼 12.水果可能引发孕妇糖尿病 13.孕妇不宜多吃油炸食物 14.孕期应该多吃海产品 15.干果，孕期必不可少的食物 16.孕妇妊娠期食用巧克力对胎儿有益 17.准妈妈洗澡应注意 18.准妈妈要洗安全澡 19.为什么孕早期不宜洗过热的热水澡 20.孕妇不要坐浴 21.孕妇牙齿的护理 22.孕产妇应该怎样护理口腔 23.别埋下娃娃失明祸根 24.孕肤皮肤的护理 25.孕期呕吐护理小锦囊 26.孕妇呕吐反应的三大策略 27.孕早期病症的预防与家庭护理 28.孕期为什么容易发生泌尿系感染 29.孕早期为什么应防止感冒 30.孕妇感冒怎么办 31.孕妇注射流感疫苗要小心 32.孕期心灼热护理小锦囊 33.孕妇站立、坐和行走时应注意的些什么 34.孕早期的休息与活动 35.准妈妈能做家务吗 36.孕早期的家务与运动 37.孕期活动应该注意什么 38.孕早期的起居养生 39.孕早期用药时须谨慎 40.孕早期的着装 41.孕早期的注意事项 42.孕妇能参加体育锻炼吗 43.孕妇能不能玩宠物 44.肥胖的孕妇如何自我护理 45.瘦弱的孕妇如何自我护理 46.矮小的孕妇如何自我护理.....第2章 孕中期护理（妊娠4-7月）第3章 孕晚期护理（妊娠8-10月）第4章 产褥期的一般护理

<<孕产期日常护理>>

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>