

<<孕前准备必读>>

图书基本信息

书名：<<孕前准备必读>>

13位ISBN编号：9787802020849

10位ISBN编号：7802020840

出版时间：2004-12

出版时间：中国人口出版社

作者：吴阶平

页数：152

字数：78000

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>

## <<孕前准备必读>>

### 内容概要

生活规律、饮食科学，保持良好的生活方式，有意识地调整自己的行为方式，使之适应优生胎教的需要。

烟、酒均对孕妇和胎儿有害而无益，应当戒除。

丈夫在家也不能抽烟，以免污染室内空气。

心理准备是容易被忽视的一件重要的孕前准备。

所谓心理准备是要求夫妇双方在心理状态良好的情况下受孕。

有心理准备的孕妇与没有心理准备的孕妇相比，前者的孕期生活顺利得多，妊娠反应也轻得多。

身体准备就是在夫妻双方身体状况良好的情况下受孕，因为一个优良受精卵分别来自优良的精子和卵子，只有在男女双方的身体都健康时，才会产生优良的精子或卵子。

妇女怀孕后，体力消耗显著增加，需要健康的身体来承担十个月的孕育。

生儿育女对人生来说是件大事，必要的经济条件也是重要的孕前准备。

各类病人由于自身的疾病影响，是否适合怀孕要征求医师意见，并采取相应措施。

《孕前准备必读》是每一对即将生儿育女的夫妇都值得一读的枕边必备书。

<<孕前准备必读>>

书籍目录

第1章 安排好妊娠生活 1、受孕必须具备的条件 2、最佳的妊娠年龄 3、最佳受孕的时机 4、最佳的受孕季节 5、计划受孕的时间 6、如何优境受孕 7、制定妊娠计划 8、孕前保健 9、孕前十个月  
第2章 孕前优生咨询 1、男性生殖系统的构造 2、男性生殖系统的生理功能 3、女性生殖系统的构造 4、女性生殖系统的生理功能 5、婚前体检重要吗 6、婚前检查要做哪些项目 7、24-29岁的妇女所生婴儿体格最好 8、造成高畸形精子症的原因 9、不应或暂不宜结婚生育的人 10、孕前检查与优生的关系 11、遗传病的特点 12、哪些人需要进行遗传咨询 13、遗传咨询的内容 14、生男生女的探讨 15、胎儿性别的预测 16、决定性别的秘密 17、胎儿期的两性分化是怎样进行的 18、遗传性疾病有哪些 19、染色体异常与唐氏综合征 20、症状多样的染色体畸变综合征 21、基因突变与遗传病 22、哪些父母有出生遗传病后代的风险 23、父母能将哪些遗传给孩子 24、智力与遗传 25、遗传性疾病的预防 .....  
第3章 健康生活方式  
第4章 孕前心理准备  
第5章 孕前生理准备  
第6章 孕前物质准备  
第7章 病人的孕前准备

## <<孕前准备必读>>

### 编辑推荐

不管甜蜜的二人世界多么令人留恋，我们总要考虑新的家庭成员——“小宝贝”何时加入，如果各方面条件已经成熟，那就开始准备吧！

怀孕前做好周全的准备会给妊娠创造一个好的开端。

科学研究表明，有准备的孕期与没有准备的孕期相比，前者的妊娠反应要轻许多，孕期生活也会更加顺利。

古人说得好“凡事预则立”，怀孕生子更是如此。

<<孕前准备必读>>

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>