<<完美胎教专家方案>>

图书基本信息

书名：<<完美胎教专家方案>>

13位ISBN编号：9787802026452

10位ISBN编号：7802026458

出版时间：2007-8

出版时间：中国人口出版社

作者：万历生 主编

页数：323

字数：200000

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>

<<完美胎教专家方案>>

内容概要

领先的孕育，领先的未来，准妈妈应做的情绪胎教，准爸爸在胎教中应尽的责任，如何掌握胎教方法，胎儿的变化特点有哪些，《完美胎教专家方案》告诉你答案。

本书阐述了胎教的理论依据、准备工作、每个月的胎教、胎教方法及胎教相关因素等。对孕妇的营养、运动、保健提供最全面、务实的解决方法。让您轻松度过怀孕期，生下健康、可爱的宝宝。

<<完美胎教专家方案>>

书籍目录

PART 1 胎教理论依据 胎教的理论 胎教的含义 有意胎教与无意胎教 正确看待胎教 卡尔的“胎儿大学” 什么人胎教的主要角色 胎儿学习的最好时机 胎教从什么时候开始好 胎教的生理心理基础 脑细胞发育的关键阶段 “见物而变”的胎教理论 “外象内感”的胎教理论 遗传对智力的影响 “左撇子”是笨还是聪明 早孕反应与胎儿智力 孕妇甲状腺代谢不足与胎儿的智商 精神压力与胎儿的发育 母子之间生理信息的传递 母子之间行为信息的传递 母子之间情感信息的传递 胎教的实践 胎儿的听觉 胎儿的视觉 胎儿的感觉 胎儿的记忆力 胎儿的理解能力 克里斯娜为什么拒吮母乳 胎儿能喝水 胎儿会做梦 胎儿会啼哭之谜 与胎儿对话 给胎儿讲故事 与胎儿玩游戏 从妈妈体内起步 教胎儿识字 培育胎儿的“艺术细胞” 胎儿在宫内的生活 胎儿在宫内应学什么 “丰裕笼”的鼠后代更“聪明” 胎教需要宁静的心境 不良情绪对胎儿的影响 摆脱消极情绪的方法 胎教与胎儿的性格 胎儿有“十怕” 给胎儿一个温馨的“家” 胎教有利于提高胎儿素质 提高胎教效果的一种方法 产前智能提升的科学实验 受过胎教孩子的特点PART 2 胎教前准备 孕育准备 孕前营养 最佳怀孕期 胎教安排与日程PART 3 胎儿的环境 胎盘 胎盘的结构 胎盘的功能 警惕前置胎盘 羊水 羊水的来源 羊水的作用 羊水与胎儿畸形 脐带PART 4 胎儿异常与安胎 胎动 正常胎动 异常胎动 胎儿的大与小 小样儿 巨大儿 流产 流产种类 流产的原因 流产的预防 宫外孕 输卵管妊娠 腹腔妊娠 寄生胎 特殊的胎儿 胎儿位置 什么是高危妊娠 过期妊娠的标准 多胎妊娠 畸胎 葡萄胎 “什么是阴阳人”PART 5 十月怀胎 第1个月胎教 胎儿特征 母体变化 胎教事项 胎教食谱 准妈妈饮食禁忌 第2个月胎教 胎儿特征 母体变化 胎教事项 胎教食谱 准妈妈饮食禁忌 第3个月胎教 胎儿特征 母体变化 胎教事项 胎教食谱 准妈妈饮食禁忌 第4个月胎教 胎儿特征 母体变化 胎教事项 胎教食谱 准妈妈饮食禁忌 第5个月胎教 胎儿特征 母体变化 胎教事项 胎教食谱 准妈妈饮食禁忌 第6个月胎教 胎儿特征 母体变化 胎教事项 胎教食谱 准妈妈饮食禁忌 第7个月胎教 胎儿特征 母体变化 胎教事项 胎教食谱 准妈妈饮食禁忌 第8个月胎教 胎儿特征 母体变化 胎教事项 胎教食谱 准妈妈饮食禁忌 第9个月胎教 胎儿特征 母体变化 胎教事项 胎教食谱 准妈妈饮食禁忌 第10个月胎教 胎儿特征 母体变化 胎教事项 胎教食谱 准妈妈饮食禁忌PART 6 胎教相关因素 准妈妈与胎教 准妈妈在孕育期间的重要性 准妈妈要保持精神愉快 孩子的习惯要从妈妈谈起 孕妇的睡姿与胎儿的生长发育 准妈妈妊娠贫血不利于胎儿发育 准妈妈补锌有利于胎儿发育 孕妇缺铜与胎膜早破 孕妇喝牛奶母胎均受益 孕妇吃核桃有利于胎儿大脑发育 孕妇最佳饮用水 孕妇的运动与胎教 孕妇忌大笑不止 孕妇睡个好觉的方法 孕妇不宜仰卧位睡觉 孕妇忌穿高跟鞋 孕妇的生物钟会影响胎儿发育 孕妇不可以使用电热毯 孕妇沐浴注意事项 孕妇常看电视不利于胎儿 孕妇不宜戴隐形眼镜 孕妇化妆打扮要警惕 孕妇应慎用含维甲酸化妆品 孕妇忌涂指甲油 孕妇着装注意事项 孕妇坐飞机要小心 微波对胎儿的影响 高频立体声及噪音对胎儿的影响 静电放电对胎儿的影响 铅毒对胎儿的影响 孕期B超检查对胎儿无影响 准爸爸与胎教 胎儿的健康与准爸爸有关 准爸爸对胎教要有正确的认识 准爸爸在胎教中应尽的责任 准爸爸参与胎教的方法 准爸爸应与妻子共同体验生命的诞生 准爸爸应该关心怀孕的妻子 心理与胎教 孕妇的各种心理 调节孕妇心理 营养与胎教 营养胎教的含义 孕期营养的重要性 孕期需要的营养 妊娠早期营养胎教的特点 孕中期营养胎教的特点 孕晚期营养胎教的特点 吃鱼有利于胎儿大脑发育 蜂王浆有利于胎儿大脑发育 孕妇口重不利于胎儿 孕妇应多吃的食品 孕妇不宜多吃的食品 孕妇应忌吃的食品 胎教与智商 胎教与智商的关系 胎儿的感知和学习能力 胎儿运动能促使大脑和肢体发展 光能促进胎儿大脑发育 胎儿记忆训练 胎儿听力训练 胎儿意识诱导 胎教与性格 培养胎儿好的习惯 培养胎儿良好的情绪 遗传与胎教 遗传在胎教中的作用 遗传的奥秘 遗传病的预防PART 7 胎教方法 抚摸胎教 抚摸胎儿的重要性 抚摸胎教的方法 抚摸胎教的好处 运动胎教 什么是运动胎教 帮助胎儿做操 胎儿体操与踢肚游戏 胎儿游戏训练 与胎儿一起旅行 运动胎教的好处 声乐胎教 音乐胎教的含义 音乐在胎教中的意义 音乐胎教的作用 证实胎儿有听觉 音乐胎教的方法 胎教音乐的种类 不同性格选择的胎教音乐 不同受孕时期选用的胎教音乐 好的音乐胎教 和谐美好的声音有利于胎儿的发育 胎儿喜欢妈妈温柔的声音 古典音乐对胎儿及孕产妇的好处 引吭高歌的胎教方法 注意音乐胎教勿损伤胎儿的听力 语言胎教 语言胎教的重要性 语言胎教的方法 给胎儿讲故事 给胎儿欣

<<完美胎教专家方案>>

赏文学作品 给胎儿看画册 美学胎教 对胎儿进行美的教育 对胎儿进行美学培养 准妈妈应进行美感熏染 大自然的清新和美景有利于胎儿的发育 情绪胎教 准妈妈应做好情绪胎教 丈夫在情绪胎教中的责任 准妈妈的精神情绪对胎儿的影响 准妈妈的精神刺激对胎儿的不良影响 丈夫应保持准妈妈情绪的稳定 胎儿行为的培养 胎儿性格的培养 环境胎教 环境胎教的含义 给准妈妈创造好的家庭气氛 给准妈妈创造温馨的家庭环境 良好的居室装饰有利于胎儿的发育 噪声对胎儿的影响 深海和高原对胎儿的影响 光照胎教 光照胎教的含义 光照胎教方法

<<完美胎教专家方案>>

章节摘录

插图：胎教从什么时间开始好从广义上来说，胎教应该从择偶时就开始。

选择对象时就应考虑对方的思想品质、性格气质、健康状况、相貌、教养、彼此的感情等多种因素，无论是男选女还是女选男，都应在潜意识里考虑到将来的下一代，因为父母在各个方面对孩子的影响是不言而喻的。

从狭义上来说，胎教即从新的生命孕育之日起的前3个月就应开始了。

胎教是在优身受胎和优境养胎的基础上，通过妈妈对胎儿身心发育提供良好的影响来实施的。

妊娠是从精卵结合，生命之吻成功的瞬间就宣告开始。

但是，影响精子和卵子质量的父母的身心状态则提前已经开始。

比如，精子从精细胞的分裂、形成到成熟约需90天的时间，那么，要想使精子质量总体上都有所提高，孕育出好的后代，当然在孕前3个月就必须注意实施胎教的有关措施。

这里强调胎教从孕前3个月就应开始，并不等于说已经怀孕或孕期已过半再做胎教就没有意义。

实际上，胎教对孕期的任何一个阶段的胎儿来说都是不会过时的。

不知从何时起，古人从胎儿形成那天就开始计算孩子的年龄，到出生时将近1岁，也即所说的“虚岁”。

实际上虚岁不虚，在这段时间里，胎儿不但已经有了生命，它的听觉、视觉、记忆和思维的功能也已经开始发育并先后开始运作。

研究结果表明，胎儿发育到第4周时神经系统已经开始建立，第20周时开始对光线有反应，第26周时听觉反应开始发育，到了第28周时已经能够对音响刺激作出充分的反应。

可以说，胎儿期是人的一生中生长发育最为迅速、最为关键的发展时期。

因此，年轻的夫妇应紧紧抓住这一重要而不可复得的时机，实施切实可行、科学有效的胎教手段，以最大限度地开发胎儿的智力、体力的潜能，使其在接受多种信息的基础上，各种感知能力得以早日培养和发展，获得良好的先天遗传素质，从而使其将来出生后更容易成长为聪明、健壮的优秀人才。

胎教的生理心理基础有人以为，胎儿深居“宫”中，“两耳不闻宫外事，一心只顾睡大觉”，这是不符合事实的。

在10个月的时间里，胎儿每时每刻都依靠胎盘从妈妈血液中获得营养和氧气，妈妈血液里的激素和其他化学成分的变化，必然影响胎儿的心理、生理活动。

科学家们通过不懈地探索，惊奇地发现，可爱的胎儿并不浑噩，对于来自母体的各种信息具有特别敏锐的感觉能力，并能将其转换成记忆。

胚胎学研究证实，人的胚胎在第4周时神经系统就开始形成，能对刺激作出反应；第8周时大脑皮质开始出现，脑细胞迅速发育，对母体传来的信息比较敏感；第12周时，胚胎正式形成胎儿，多种器官基本形成，逐渐具有了接受能力；第16周，胎儿能毫不困难地转动头部、双臂和上半身，还会以摇摆身体蹬腿运动表示其喜欢或厌恶；第20周时，大脑皮质结构形成，沟回增多，胎儿运动能力增强；第25周时，胎儿的传音系统完成，神经系统已发育到相当程度，声音、光线及妈妈的触动都能引起胎儿的反应，胎儿已有了疼痛感、刺痒感，喜欢被摇动，能分辨妈妈和其他熟人的声音；第40周时，胎儿内脏和神经系统的功能已经健全，手脚肌肉发达，富有活力，脑细胞的分裂基本定型。

心理学研究证明，胎儿并不是闭目塞耳的混沌一团，他的感觉器官和神经系统对母体内外的各种刺激可作出反应，能敏锐地感知妈妈的思考，并感知妈妈的心情、情绪以及对自己的态度。

胎儿医学测知，胎儿期已具有逃避反射、防御反射、吸吮反射、刺激性呼吸反射等动作。

例如，当妈妈猛然饮进水时，胎儿有剧烈的踢蹬运动；若用一闪一灭的电光照射孕妇腹部，4个月的胎儿心搏次数会出现剧烈变化。

又如当妈妈进入声光柔和的房间，胎儿则十分安静，表示适应；而妈妈进入噪声和阴冷的地方，胎儿则用激烈的胎动来表示厌恶和不满……临床观察证实，孕妇不安时，胎儿的血氧量就降低；孕妇情绪激动时，胎儿就出现多方面的混乱运动；妊娠晚期，孕妇在做梦时，胎儿的眼睛会随着梦情而转动…

…科学家们还做过这样的试验：在婴儿室内播放妈妈心脏跳动的录音，婴儿就会变得安静，容易入睡，食欲改善，体重增加，健康少病。

<<完美胎教专家方案>>

这是因为胎儿期不仅受到妈妈体内外环境的作用，也深受妈妈精神活动的巨大影响。

欧美的一些医学博士曾对第二次世界大战期间一批孕妇以及她们的孩子做过抽样调查。

结果表明，由于她们在怀孕时丈夫奔赴前线，心情十分不安，有的担心丈夫受伤，有的受到惊吓，有的则接到丈夫的阵亡通知……在这种情况下生的孩子与平时生的孩子有许多差异，不少孩子情绪不安，性格怪癖，有的还出现了精神异常。

凡此种种，均说明妈妈的内环境(包括身心两方面的生理心理)变化和外环境的改变，都会给胎儿产生程度不同的影响，因而孕妇必须采取各种措施，使胎儿接受积极良好的影响，让其在母腹中健康成长，这就是胎教之所以越来越受到人们重视的原因。

<<完美胎教专家方案>>

编辑推荐

《完美胎教专家方案》：领先的孕育；领先的未来。
准妈妈应做的情绪胎教 准爸爸在胎教中应尽的责任 如何掌握胎教方法 胎儿的变化特点有哪些

<<完美胎教专家方案>>

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>