

<<逐月养胎全方案>>

图书基本信息

书名：<<逐月养胎全方案>>

13位ISBN编号：9787802039001

10位ISBN编号：7802039002

出版时间：1970-1

出版时间：中国妇女出版社

作者：鲁直 编

页数：210

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>

<<逐月养胎全方案>>

前言

“人与天地相应，与日月相参。

”随着胎儿的成长，孕妇的身体状况一直处在变化中。

胎儿从最初的受精卵分裂，形成器官、筋骨、毛发，其营养需求是不同的，养胎重点也会随之改变，所以孕期应择时而食，根据胎儿和胎盘的成长，适应其生理性、代谢性需要，采取适宜的饮食和相应的养胎法。

祖国传统医学源远流长，中医在妇科病的治疗、调理，在不孕不育、保胎安胎等方面调养的独特功效，也越来越被我们现代人所认可。

而出身医学世家的北齐名医徐之才，就是这方面的开拓者和集大成者之一。

他精通医药和针灸，治病时常常针药并用，因此疗效非常显著。

他曾替多位皇帝治过病，凭着高明的医术和出色的口才，深得君王的信赖和器重。

作为一代名医，徐之才以自己丰富的临床经验和医学知识撰写了很多医学著作，如《徐王方》、《徐王八世家传效验方》、《徐氏家秘方》、等。

<<逐月养胎全方案>>

内容概要

《逐月养胎全方案》结合现代西医妇产科学理论及围产实践，以月为单位，采取博客日志的形式，用准妈妈腹中小baby的口吻来叙述，配以准妈妈孕期的种种感受与之相呼应，同步延续跟踪准妈妈怀胎十月的辛苦历程。

既有古代中医徐之才、现代西医营养专家的权威建议，也提醒各种孕期忌宜及注意事项。汲取中外医学之精华，打造科学养生胎的权威方案，让准妈妈和胎宝宝同行健康之路。

<<逐月养胎全方案>>

作者简介

鲁直，医生出身，做过健康类报纸记者、知名时政评论员。

对医改、亚健康、中医养生、家庭自我保健等问题有多年持续关注、研究和独到见解，相关论述散见《南方周末》《中国社会保障》《羊城晚报》《青年文摘》及新加坡《联合早报》等报纸杂志。

编著《看病也需要智慧》《食养五脏吃掉百病》《就医革命》《人体垃圾清洁手册》《打针吃药，不如睡个好觉》《白领一日养生法》《当心，身体给你的120个警讯》《新手妈妈实用育儿宝典》《培养天才宝宝》《高龄妈妈365问》《老公，胎教不是我一个人的事》等健康育儿图书40多种。

作为资深编辑，引进、编订《妈妈的第一本宝宝书》《五脏保养书》《别以为你了解孩子》《我是阅读高手》“养最棒的宝宝系列”“家有好医生系列”“心灵咖啡系列”等深受读者欢迎。

<<逐月养胎全方案>>

书籍目录

第一章 一月，新生命的诞生宝宝自述准妈妈心情日记本月专家把脉要点生活起居本月关注重点：噪声一月准妈妈课堂怀孕的征兆和症状有哪里什么叫异位妊娠什么是流产怀孕1个月应做哪些检查孕前为什么要做梅毒等性病检查孕前为什么要做风疹抗体检查孕前为什么要做乙型肝炎检查孕前为什么要做贫血检查，如果贫血如何治疗中医逐月养胎方心理保健本月心理问题：倦怠，情绪起伏小贴士：妊娠期的重要日期和数字本胎教：“宁静即是胎教”第二章 二月，第一次伸腰，好舒服啊宝宝自述准妈妈心情日记本月专家把脉要点生活起居本月关注重点：辐射，磁场二月准妈妈课堂预防流产怀孕期间感冒了怎么办怀孕2个月要做哪些检查中医逐月养胎方心理保健本月心理问题：暴躁，易发怒本月胎教：听觉刺激、触摸刺激、意念刺激第三章 三月，我的水上芭蕾宝宝自述准妈妈心情日记本月专家把脉要点生活起居本月关注重点：孕期用药三月准妈妈课堂怎样认识和克服早孕反应做B超会伤害宝宝吗怀孕后的前3个月要做哪些检查怀孕3个月有哪些注意事项中医逐月养胎方心理保健本月心理问题：情绪就像“坏天气”本月胎教：抚摸胎教做抚摸胎教时要注意哪些问题小贴士：妊娠1~3个月高龄准妈妈应该做绒毛膜检查孕中期第四章 四月，会扮鬼脸了宝宝自述准妈妈心情日记本月专家把脉要点生活起居本月关注重点：胎动四周准妈妈课堂胎盘是什么，有哪些重要作用高龄孕妇必须接受羊水检查吗怀孕4个月准妈妈要做哪些检查中医逐周养胎方心理保健本月心理问题：读你的感觉像四月本月胎教：抚摸胎教和音乐小贴士：好的胎教音乐要具备哪些要点第五章 五月，呼吸的感觉真好啊宝宝自述...第六章 六月，爸爸的声音是我的最爱第七章 七月，有空，我就锻炼身体第三篇 孕晚期第八章 八月，我现在很乖哦第九章 九月，做好和妈妈见面的准备第十章 十月，要和妈妈见面喽附录：孕期养胎食谱

<<逐月养胎全方案>>

章节摘录

插图：早期滋养层发育不全或胎盘绒毛变性使胎盘功能减低、血液循环受阻致使胎儿死亡，这两者是早期流产的常见原因；母体方面的原因主要由全身性疾病、内分泌失调、生殖器疾病乃至劳累过度、外伤等原因引起。

始怀孕1个月应做哪些检查这个时期，准妈妈要做尿检。

是否怀孕大多都是通过尿检来判断的。

尿检可以在医院做，在家中也可以利用试纸自测。

受精后两周左右，90%以上都可以检查出来。

还有些试剂，甚至能在怀孕才10天（就是预定月经来潮前4天）就显示为阳性。

大多数的孕妇在怀孕期间，前7个月每个月产检1次，8、9两个月每半月产检1次，最后1个月则要每周产检1次。

也有专家觉得从孕12周开始定期产检即可，间隔周期同前。

第一次产检时，医生会详细地询问病史、本次妊娠情况、月经史及孕史、既往史和家族史，此外还包括你曾经吃过哪些药、对哪些药物过敏；身体检查则包括内诊及子宫颈涂片等。

此外，一般孕前需要做的必要检查如果没做，或者是因为宝宝是预料之外到来而未来得及检查，那么以下4项检查最好补检：梅毒等性病检查、风疹抗体检查、乙型肝炎检查、贫血检查。

孕中期需做的检查我们后文再详细按月份进行讲解。

孕前为什么要做梅毒等性病检查

<<逐月养胎全方案>>

编辑推荐

从妈妈和宝宝的角度来说，生命的奇迹是一点一滴地演绎的。在这《逐月养胎全方案》中，作者不仅教你怎样逐月安胎、养胎，还会带你走进胎宝宝最初的280天的发育历程，用全面、科学的养胎方案，给准妈妈和胎宝宝最安全的守望、最温柔的呵护。中医认为“人与天地相应，与日月相参”，女性怀孕后应“因时择食”，注意根据妊娠月份、季节的变化差异化饮食、检查和调养，这样才能更好地保胎和养胎。汇集中西医学之精华为准妈妈和胎宝宝保驾护航。

<<逐月养胎全方案>>

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>