

<<孕期保健护理全书>>

图书基本信息

书名：<<孕期保健护理全书>>

13位ISBN编号：9787122012654

10位ISBN编号：7122012654

出版时间：2008-1

出版单位：化学工业

作者：徐晓燕 编

页数：273

字数：334000

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>

## <<孕期保健护理全书>>

### 前言

在女性的一生中，孕育一个小生命是一件最为幸福难忘的事情。十月怀胎，一朝分娩，这其中的过程让每一位母亲体会到种种的苦乐酸甜。怎样才能孕育一个健康、聪明、漂亮的小宝宝，是每一对夫妇普遍关心的问题。本书作者结合多年来妇幼保健及妇产科临床护理经验，运用通俗易懂的语言和精美生动的图片，亲切生动地讲述了孕妇和产妇的生理变化以及各时期保健知识。本书突破传统的从怀孕开始的孕妇保健观念，从孕前的十个月就为准孕妇详细讲解如何为怀孕做准备。

在第三章孕妇护理，系统讲解了怀孕期间怎样科学孕育。自孕前准备开始讲述，从惊喜的第一个月，一直到怀孕十个月。在每一个月份，都详细讲述了胎儿的生长情况和母体的变化，并在每个不同时期为准妈妈的生活起居、饮食、衣着、休息、情绪及预防疾病等方面都给予了体贴入微的指导。在第五章产后保健，破除传统坐月子的各种陋习，详细介绍了新妈妈在产褥期身体的变化和科学的护理方法，列出了利于新妈妈产后体形恢复的滋补食谱，以及预防产后疾病的方法。希望对准妈妈们平安、顺利、快乐地完成人生的这一件大事有所帮助。由于时间仓促以及编者水平有限，不足之处在所难免，敬请读者谅解。参加本书编写的还有张欣、刘恩新、高学辉、陈自鹏、夏兴国等。

## <<孕期保健护理全书>>

### 内容概要

本书既是一本内容全面、阐述科学的优生优育指南，又是一本经典实用、便于查阅的夫妻育儿宝典。凡是准备要孩子的年轻夫妻，或者正在孕育孩子的父母要想了解从准备怀孕到孕期保健，从分娩护理到疾病防治等方面的知识，或者要明白产后调养和生育禁忌等方面的问题，都可以在本书中找到满意的答案，得到明确的指导。

本书从孕前十个月开始的准备工作直到产妇的后期恢复，按月阐述了胎儿发育成长特点、母体孕期生理变化、孕期营养和保健、养胎护胎与胎教、孕期疾病防治等知识，以期对孕妇做好保健指导，确保母子健康。

本书集合了国内外孕妇保健之精华，内容新颖，图文并茂，融实用性、科学性、通俗性为一体。本书可以帮助孕妇依照科学知识，实现科学调养。

## <<孕期保健护理全书>>

### 书籍目录

第一章 孕前准备 第一节 第1阶段：孕前10~7个月 第二节 第2阶段：孕前6~4个月 第三节 第3阶段：孕前3~1个月 第四节 第4阶段：孕前1个月一怀孕 第五节 孕前特别提醒第二章 孕期基本保健知识 第一节 孕期个人保健 第二节 孕期医院保健 第三节 孕期的自我监护 第四节 孕妇营养与膳食 第五节 孕期的合理用药 第六节 胎教 第七节 妊娠过程中的危险信号 第八节 妊娠期疾病第三章 孕期护理 第二节 怀孕2个月(5~8周) 第三节 怀孕3个月(9~12周) 第四节 怀孕五个月4个月(13~16周) 第五节 怀孕五个月(17~20周) 第六节 怀孕六个月(21~24周) 第七节 怀孕七个月(25~28周) 第八节 怀孕八个月(29~32周) 第九节 怀孕九个月(33~36周) 第十节 怀孕十个月(37~40周)第四章 顺利分娩 第一节 分娩前的准备 第二节 顺利分娩的四要素 第三节 临产的征兆 第四节 分娩过程及注意事项 第五节 轻松无痛的分娩技巧 第六节 阴道分娩与剖宫产的利弊第五章 产后护理 第一节 产后的日常生活保健护理 第二节 产后抑郁症的防治 第三节 产后的医院保健 第四节 产后常见病症的护理 第五节 产后常见异常情况护理 第六节 产后营养与饮食 第七节 产后怎样恢复迷人身材 第八节 产后健体活动

## <<孕期保健护理全书>>

### 编辑推荐

在女性的一生中，孕育一个小生命是一件最为幸福难忘的事情。十月怀胎，一朝分娩，这其中的过程让每一位母亲体会到种种的苦乐酸甜。怎样才能孕育一个健康、聪明、漂亮的小宝宝，是每一对夫妇普遍关心的问题。本书作者结合多年来妇幼保健及妇产科临床护理经验，运用通俗易懂的语言和精美生动的图片，亲切生动地讲述了孕妇和产妇的生理变化以及各时期保健知识。本书从孕前十个月开始的准备工作直到产妇的后期恢复，按月阐述了胎儿发育成长特点、母体孕期生理变化、孕期营养和保健、养胎护胎与胎教、孕期疾病防治等知识，以期对孕妇做好保健指导，确保母子健康。

<<孕期保健护理全书>>

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>