

<<最新怀孕·分娩·育儿>>

图书基本信息

书名：<<最新怀孕·分娩·育儿>>

13位ISBN编号：9787501974450

10位ISBN编号：7501974454

出版时间：2010-7

出版时间：轻工

作者：王琪 编

页数：673

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>

## <<最新怀孕·分娩·育儿>>

### 内容概要

孕前篇：介绍怀孕前应做的准备工作，从准妈妈、准爸爸两个方面入手，涉及到孕前计划、生活宜忌、孕前优生知识、遗传因素、怀孕过程、孕前检查等各方面。

怀孕篇：介绍怀孕10个月胎儿发育状况和准妈妈健康状况，分周介绍每周内胎儿发育状况，让准妈妈、准爸爸有个明确的胎儿发育参照；同时，围绕胎儿发育状况，给出准妈妈应该注意的健康事项和合理的生活建议。

分娩和产后恢复篇：立足于“母子健康”这一核心目标，介绍分娩的大致状况、准妈妈分娩前应做什么准备、准爸爸和家人应做什么准备、分娩时和产后的注意事项等。

为产妇及其家人提供一套详尽的分娩和产后恢复角决方案。

育儿篇：介绍0~3岁宝宝养育的相关知识，从宝宝身体发育状况、喂养方法、护理知识、行为习惯、智力培养、疾病等方面全方位、多角度地介绍宝宝养育的相关问题，力求做到宝宝养育的所有问题都能从本书内找到解决方案。

疾病篇：介绍婴幼儿常见消化系统疾病、泌尿系统疾病、循环系统疾病、传染病、营养性疾病、皮肤病等宝宝最常遇到、家长最需要了解的疾病的防治和用药以及保健的知识。

## 作者简介

王琪，首都医科大学附属北京妇产医院产科主任医师、教授。

从事围产医学临床、科研及教学工作。

对遗传咨询、优生优育及各高危妊娠、妊娠合并症、并发症的诊断处理、各种产科危重急症的抢救具有丰富的临床经验。

现任北京市孕产期保健技术专家指导组成员，朝阳区危重孕产妇及高危围生儿救治网络专家，中华医学会、北京医学会医疗事故鉴定专家库成员。

全国妊娠高血压疾病学组成员。

书籍目录

孕前篇 第1章 孕前准备——为优生打下坚实的基础怀孕篇 第2章 怀孕1个月——迎接新生命  
第3章 怀孕2个月——准妈妈感受到变化了吗 第4章 怀孕3个月——怀孕关键期 第5章 怀孕4个月——做个美丽的准妈妈 第6章 怀孕5个月——学会与胎儿互动 第7章 怀孕6个月——让胎儿感受到亲情 第8章 怀孕7个月——感受孕期生活 第9章 怀孕8个月——保持好心情 第10章 怀孕9个月——幸福的等待 第11章 怀孕10个月——盼望分娩那一刻分娩和产后恢复篇 第12章 安全分娩——母子健康的前提 第13章 产后恢复——抓住休养生息的黄金期育儿篇 第14章 1个月小儿——娇嫩如花的新生儿 第15章 1-3个月的宝宝——一天一个样 第16章 4-6个月的宝宝——小牙才露尖尖角 第17章 7-9个月的宝宝——爬来爬去的乖宝宝 第18章 10-12个月的宝宝——歪歪扭扭扶着走 第19章 1-1.5岁的宝宝——迈出人生 第一步 第20章 1.2-2岁的宝宝——注意力更集中 第21章 2-3岁的宝宝——行为训练最佳时期疾病篇 第22章 谨防婴幼儿常见病——呵护好，疾病少 第23章 宝宝用药常识——宝宝家庭小药房 第24章 宝宝外伤急救——果断处理最重要

## 章节摘录

插图：玩麻将本是一种娱乐，但如果通宵达旦地玩，那就会影响健康，特别是对准妈妈危害更大。

准妈妈玩麻将有害而无利，应坚决戒除。

容易使准妈妈情绪紧张。

准妈妈的情绪对胎儿发育有很大影响，玩麻将时，准妈妈往往处于大喜大悲、患得患失、惊恐担忧的不良心境，植物神经高度紧张，儿茶酚胺及皮质激素分泌增加。

这会引发血管收缩，导致胎盘供应胎儿的血液不足而影响胎儿的生长发育。

容易传染疾病。

长时间无休止地玩麻将，睡眠和营养不足，对母亲和胎儿都不利。

一副麻将，大家你摸我抓，易传染疾病。

长时间坐着对准妈妈不利。

玩麻将时，长时间坐着，压迫下肢静脉，会出现或加重下肢水肿甚至出现小腿抽筋。

环境对准妈妈不利。

玩麻将时的环境大多烟雾弥漫、吵吵闹闹，即使准妈妈自己不吸烟，被动吸烟同样对准妈妈及胎儿不利。

对职业女性来说，乘车上下班可能仍要维持一段不短的时间，而且女性晕车的人不在少数，再加上怀孕，有可能晕车更厉害。

但不要选用晕车药来防止晕车，因为孕期用药，无论哪种药物肯定存在安全性问题。

临床上，对于准妈妈除非“必须使用”，一般不主张用药，尤其是服用晕车药。

当然，部分晕车药在准妈妈用药的B类中（衡量利弊可以用），但最好是慎用。

一些药物引起的畸形，产检是不能检查出来的。

没有既可防晕车，又不影响胎儿发育的药物。

要避免晕车，最有效的方法是改变出行习惯，如不坐车。

如果避免不了，有一些窍门可以减少晕车的症状，准妈妈可以留意：上车后双目注视远处，尽量少看近处物体，尤其在车下坡时，要注意抓紧扶手，减缓惯性对内脏的冲击。

密封较严的汽车和汽油味大的车厢要注意通风，如稍感不适，应立即选择靠车前方合适位子睡觉，睡觉往往是最好、最省钱的防晕车的有效方法。



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>