第一图书网, tushu007.com

<<胎教40周同步指导>>

图书基本信息

书名：<<胎教40周同步指导>>

13位ISBN编号：9787501980949

10位ISBN编号：7501980942

出版时间：2011-7

出版时间：轻工

作者：王琪

页数：255

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

第一图书网, tushu007.com

内容概要

胎教，是通过外界环境刺激、母体精神和情绪、膳食营养、生活起居等因素，对胎儿生长发育产生影响，或者说旨在通过这些因素促进胎儿体能和大脑的良好生长发育。

王琪主编的《胎教40周同步指导》依照准妈妈怀孕的时间顺序，从孕前准备到每一个孕周，按照音乐胎教、语言胎教、抚摸胎教、营养胎教等分类方法，详尽指导准妈妈每周可以实施的胎教方法。

第一图书网, tushu007.com

作者简介

王琪，现任首都医科大学附属北京妇产医院围生医学科主任医师、教授。
从事围生医学工作20余年。
对于孕前保健，孕期保健、高危妊娠监测及管理、优生优育咨询；妊娠高血压疾病、妊娠期糖尿病、产科危重急症的诊断和治疗，具有较高的专业水平和丰富的临床经验。
已发表专业论文10多篇，参与撰写生殖健康孕期保健类科普书籍20余本。
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。

第一图书网, tushu007.com

<<胎教40周同步指导>>

书籍目录

导言：10月胎教胜过10年教育
怀孕第1个月（1～4周）
你的小天使来啦！

怀孕第2个月（5～8周）
一个快乐的小胚芽
怀孕第3个月（9～12周）
宝宝正在茁壮成长
怀孕第4个月（13～16周）
发育迅速的胎宝宝
怀孕第5个月（17～20周）
用胎动证明自己的存在
怀孕第6个月（21～24周）
大脑皮质发育完全
怀孕第7个月（25～28周）
记忆力形成期
怀孕第8个月（29～32周）
听觉、嗅觉发育期
怀孕第9个月（33～36周）
胎儿运动期
怀孕第10个月（37～40周）
终于等到和宝宝见面了

章节摘录

版权页： 插图： 我国古代的胎教说，对孕妇的饮食起居、情绪行为等都定了相应的戒律。
西汉初年，贾谊就总结了“ 古者胎教之道 ”，并在所著的《新书》中，专立了一篇胎教。
魏晋南北朝至唐代，祖国的医学有了很大的发展，胎教成为其重要的门类之一。
北齐徐文才著的《逐月养胎法》是较早涉及胎教的医学专著。
唐代名医孙思邈在《千金要方》一书中将“ 妇产 ”一门列在卷首，阐述了养胎之道。
这些论著都对孕妇的饮食起居提出了要求，并阐述了这些因素对胎儿发育和分娩的影响。
古人胎教说中可供我们借鉴的精辟之处可归纳如下：调情志。
孕妇应泊情悦性，静心宁欲，心胸开阔，遇事乐观。
慎寒温。
孕妇应避免风寒侵袭、感染疾病。
节饮食。
孕妇应进食营养丰富而易于消化的饮食，切忌辛辣生冷食物。
慎起居。
调逸劳。
孕妇应起居有序、劳逸适度。
远房事。
孕期应节制性生活，以免伤胎。
美环境，悦子身。
《钱氏儿科学》中说：“ 欲子女之清秀，居山明水秀之乡。
欲子女之聪明俊者，常资文学艺术。
”戒酒浆。
酒能伤胎，孕期不宜饮酒。
避毒药。
孕期应谨慎服药，更要避免对胎儿有害的药物。
慎针剂。
有些针穴位会引起流产。
安待产。
临产时应安详、镇静，不要恐慌，以避免难产的发生。
4.良好的情绪，是孕育聪明宝宝的基础 孕早期（怀孕后的前3个月）是胎儿脑神经管闭合发育成为脊髓、胚胎主要器官形成的时期，如果叶酸摄取不足，使得神经管闭合不顺利，则会造成脑部和脊髓发育的缺陷，受到影响的胎儿会产生脑损害、残障甚至死亡。
孕妈妈的情绪可以通过内分泌的改变影响胎儿的发育，孕妈妈在怀孕早期的不愉快心情，往往可以借助母子沟通的方式而影响胚胎。
因此，孕早期保持健康而愉快的心情是这一时期胎教的关键。

编辑推荐

儿歌、童话、美文、诗歌、音乐、名画——优质胎教改素材包罗万象　　七田真。斯瑟帝克、国内外研究成果——经典胎教理论江集一堂　　爱学习的孕妈妈，开启宝宝大脑，越早越好！

第一图书网, tushu007.com

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