

<<怀孕必修课>>

图书基本信息

书名：<<怀孕必修课>>

13位ISBN编号：9787506463959

10位ISBN编号：7506463954

出版时间：2010-7

出版时间：李扬 中国纺织出版社 (2010-07出版)

作者：李扬

页数：240

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>

## <<怀孕必修课>>

### 前言

本书以爱为主线，让对怀孕知识知之甚少的“80后”小夫妻更加深刻地去认识怀孕这件具有重大意义而又幸福的事情。

也许，昨天的你还依偎着自己的爸爸、妈妈，而今天的你，即将要成为准爸爸、准妈妈；也许，昨天的你还在父母面前撒娇、依赖在他们的身边，而今天的你，即将要承担起做父母的责任了。

面对这些，你准备好了吗？

就让我们带领你遨游在孕育这个神圣而又奇妙的世界中，学习孕前准备、孕期各个阶段保健、分娩常识、产后保养护理等各个阶段的怀孕知识，让我们从生理、心理、经验等多个方面为你提供科学全面的帮助。

相信本书中科学丰富的内容、专家独特的解读，让你不再为怀孕的事情而感到担心和忧虑。

本书可以安抚准爸爸、准妈妈们忐忑不安的情绪，科学地解答在怀孕过程中出现的各种困扰，教给你许多快乐的孕期小窍门。

在这里，我们会让每一位准父母，真切地了解到怀孕的每个月中准妈妈自身的变化、胎儿的生长发育变化，如何注意准妈妈的日常饮食营养，以及在生活中的各种事项等，而且还根据每月母体和胎儿的不同情况，为“80后”的准妈妈和准爸爸们设置爱的胎教方案和准爸爸爱妻行动板块，从而全方位呵护母子健康。

同时，为避免在阅读时感到疲劳，书中插入了精美的图片和表格，让您一目了然，阅读更轻松。

## <<怀孕必修课>>

### 内容概要

80后是自由、个性鲜明的一代，面对怀孕这样人生中重大而具有现实意义的事情，许多年轻夫妻难免会有些不知所措。

《怀孕必修课》由北京妇产医院权威专家精心而作，为您全面科学地解读孕育及产后保养等方面的知识，同时呼吁准爸爸们一起参与到爱妻大行动中，从而全方位细心地呵护母子健康，伴随准妈妈平安、顺利地度过孕产期。

## <<怀孕必修课>>

### 作者简介

李扬，1983年毕业于北京大学医学部，现为北京妇产医院主任医师，多年来一直从事围产医学的临床工作，经验丰富，医术精湛。

先后在国内外知名的医学杂志上发表过多篇学术论文，并取得了良好的反响。

曾主编和参与过多部孕产类图书的编写工作。

## &lt;&lt;怀孕必修课&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 爱的起点——准备好怀孕了吗吹响“80后”孕前准备号夫妻双方重要的心理准备未准妈妈的心理准备未准爸爸的心理准备孕育健康宝宝的生理准备未准妈妈的生理准备未准爸爸的生理准备调整身体状态的营养准备未准妈妈的营养准备未准爸爸的营养准备迎接新生命必要的物质准备未准妈妈的物质准备未准爸爸的物质准备为“80后”解读孕育知识夫妻双主要了解的孕育知识最佳的孕育年龄选择最佳的受孕时间孕育新生命的奥秘排卵期自测方法正确看待高龄妊娠孕前的用药指导孕前必做的检查遗传咨询很重要孕前女性应治疗的疾病孕前必知的禁忌事项第二章 爱的见证——幸福信息的到来我，怀孕了吗孕育问题面面观怀孕的几大征兆宝宝何时降临呢医生确诊很关键怎样推算预产期孕检，你了解吗认真对待孕检哟选择适宜的孕检时机孕检前的准备认识产前筛查、产前诊断孕期检查面面观孕早期的常规检查孕中期的常规检查孕晚期的常规检查孕期特殊的产检项目教你怎样读懂产检项目及对应指数孕期检查出的常见疾病对策“80后”准妈妈的时尚SHIW争做时尚准妈妈时髦准妈妈的穿衣风尚准妈妈“美丽无痕”“孕美人”的面子问题第三章 爱的孕育——共享幸“孕”时光孕早期(1-3月)第1个月胎宝宝的发育准妈妈的变化饮食面面观一起做“孕”动孕期注意事项开始爱的胎教吧准爸爸爱妻行动第2个月胎宝宝的发育准妈妈的变化饮食面面观整装待发去出游孕期注意事项开始爱的胎教吧准爸爸爱妻行动第3个月胎宝宝的发育准妈妈的变化饮食面面观孕期休闲驿站孕期注意事项开始爱的胎教吧准爸爸爱妻行动孕中期(4-7月)第4个月胎宝宝的发育准妈妈的变化第四章 爱的诞生——助你顺利轻松分娩第五章 爱的呵护——“80”后新妈妈快乐坐月子

## <<怀孕必修课>>

### 章节摘录

插图：医生一般要做双合诊检查了解子宫大小与孕周是否相符，作为预测预产期的依据，这对一些月经不规律的准妈妈尤为重要。

如果月经规律，但子宫大小与停经月份不符，就要做进一步的检查，以明确原因，必要时给予治疗。比如患有子宫肌瘤的孕妇，子宫就会比正常的孕妇大一些，这时就要依靠B超检查来核对怀孕常规检查。

身高：测量身高是为了评估骨盆大小和骨盆出口大小。

身材过于矮小者，有可能因骨盆出口小，而使发生难产的概率增大。

体重：体重的异常增加预示有妊娠期高血压的可能。

为使体重测量的数值准确。

<<怀孕必修课>>

媒体关注与评论

感谢生活给予我们的美好，感动孩子给予女人的改变。

为了那一声温柔的呼唤，我们鞠躬尽瘁。

在孕育的道路上，我们潜心研究，不断学习，心中充满喜和乐，每一个始料未及的成长都是我们共同的记忆。

在这个滋润灵魂的世界里，生活已不再原地踏步。

孩子就是我们的纽带，让我们共同努力。

——“之宝贝书系”资深策划 菅波

<<怀孕必修课>>

编辑推荐

《怀孕必修课》：80后孕育健康宝宝的必修课、引领您走进科学孕育的新风尚、全方位为您解读孕产新知识、衣食住行，全面精到，温情奉献。

<<怀孕必修课>>

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>