

<<怀孕分娩育儿全程指导>>

图书基本信息

书名：<<怀孕分娩育儿全程指导>>

13位ISBN编号：9787506469814

10位ISBN编号：7506469812

出版时间：2011-1

出版时间：中国纺织出版社

作者：郑国权

页数：332

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>

<<怀孕分娩育儿全程指导>>

内容概要

本书集孕、产、育知识于一册，科学、系统地介绍了孕前准备、成功受孕、胎儿发育与胎教、孕妇营养与保健、分娩的注意事项、产妇的调养和恢复、新生儿的养护和早教启智、丈夫在孕产期应尽的责任等知识，内容科学翔实，文字通俗易懂，并配有亲切生动的插图，可供新手父母现查、现学、现用，为科学孕育宝宝提供全方位的指导和帮助。

<<怀孕分娩育儿全程指导>>

作者简介

郑国权，毕业于白求恩医科大学临床医学系，曾任吉林省三甲医院临床主任，著育儿、孕产方面科普书籍多部，发表《妊娠合并黑斑息肉病分析》等多篇论文，并获奖。

现任北京玛丽妇婴医院妇产科主任、东方乳腺病研究所所长、东方不孕不育研究所所长，擅长妇产科疾病诊治，尤擅长围

<<怀孕分娩育儿全程指导>>

书籍目录

第一篇 准备好当妈妈了吗	第一章 准备要个宝宝吧	了解自己的身体	阴道	子宫
输卵管	卵巢	了解老公的身体	阴囊	阴茎
精管	精子和卵子的产生	精子的产生	卵子的产生	保护精子方案
害	控制房事次数	给阴囊宽松的环境	注重劳逸结合	受精最佳方案
过程	受精卵的着床	受精后细胞分裂	生育的最佳年龄	女性的最佳生育年龄
男性的最佳生育年龄	推算最佳受孕时间	根据月经周期推算	根据基础体温推算	
选择最佳受孕季节	春末时节受孕	初秋时节受孕	孕前体检方案	血常规
常规	肝功能	身高、体重	血压	内科
元素检测	艾滋病	脱畸检查	婚后不宜马上怀孕	新婚期间不宜立即怀孕
服避孕药后不宜立即怀孕	患有哪些疾病不宜怀孕	贫血	第二篇 踏上幸“孕”的
旅程	第三篇 幸“孕”的结晶	第四篇 做个美丽的妈妈	第五篇 健康宝宝养育方案	第六篇 做个称
职的准爸爸				

<<怀孕分娩育儿全程指导>>

章节摘录

插图：第一篇 准备好当妈妈了吗第一章 准备要个宝宝吧生育的最佳年龄优生有赖于男女双方，故讲求夫妻生育年龄的最佳组合尤为关键。

年龄对胎儿的生长发育及其母体的健康起着非常重要的作用，这是计划生育及优生优育的重要内容。女性的最佳生育年龄女性的生殖器官到20岁才逐步发育完全，若过早怀孕，胎儿与发育中的母亲争夺营养，对双方都不好。

反之，年龄越大，则使卵泡在卵巢中积存的时间过长，致使染色体发生“老化”，出现衰退。

国内外医学家认为，妇女的最佳生育年龄为24~29岁。

这是从女性的生理特点、母婴健康、优生优育等多方面因素来考虑的。

这个时期女子的生殖器官、骨骼及高级神经系统已完全发育成熟，生殖功能处于最旺盛时期，卵子的质量较高，怀孕后胎儿的生长发育良好，流产、早产、畸形儿和痴呆儿的发生率都较低，生下的孩子大多聪明健康。

这个时期女性的软产道伸展性好，子宫收缩力强，难产机会少，故危险性也小。

男性的最佳生育年龄虽然男人的生育年限比女性长得多，几乎持续终生，但从优生角度看，最好不要超过35岁。

以精子的质量为例，虽说老年男性的精子并不衰老，而且密度也较高，但活动能力已有明显下降的势头，不动的与畸形的精子数增加了20%，精子代谢的速度也有所下滑，代谢后还产生了不少废物，对后代的不良影响可想而知。

另外，男性过了35岁，体内的雄性激素也开始衰减，平均每过一年其睾丸激素的分泌量就下降1%。

因此，与女人一样，男人也有生殖生物钟，只不过男人的生殖生物钟弹性较大罢了。

<<怀孕分娩育儿全程指导>>

编辑推荐

《怀孕分娩育儿全程指导》：北京妇道专家权威打造。
了解优生优育常识、传授怀孕养胎方法、选择最佳分娩形式、提供育儿养护指导。
在女性的一生中，孕育小生命是一件最为幸福难忘的事情。
这个过程既成就了女人做母亲的使命，又完成了女人的生命蜕变。
然而，要如何轻松、幸福、安全地度过这一关呢？
《怀孕分娩育儿全程指导》为您从备孕、怀孕、产后保健，直到宝宝的养育。
提供全程的专家指导，让初为人母、人父的您少一分疑惑。
多一分放心。
少一分担忧，多一分开心。

<<怀孕分娩育儿全程指导>>

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>