第一图书网, tushu007.com

<<坐好月子健康一生>>

图书基本信息

书名：<<坐好月子健康一生>>

13位ISBN编号：9787508278933

10位ISBN编号：7508278933

出版时间：2013-4

出版时间：金盾出版社

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

作者简介

王新良，医学博士，河北医科大学第二医院儿科主任医师，教授，研究生导师。
中华医学奖第二届评审委员会委员，国家自然基金评审专家，河北省科技奖励评审专家。
从医近30年，熟练、系统掌握了儿科专业知识和儿科常见病、多发病的诊治，尤其对儿科肾脏疾病和风湿性疾病有丰富的临床经验，近年来对过敏性紫癜、紫癜性肾炎进行了深入的研究。
特别关注儿童腱康教育工作，主编《如何让孩子少生病》《儿童健康红宝书系列丛书》《儿童常见病家庭养护》《孕育健康宝宝一本通》等科普著作22部，发表学术论文50余篇。

<<坐好月子健康一生>>

书籍目录

上篇妈妈篇 一、准备迎接新生宝宝 （一）了解分娩常识 1.月子并非整整30天 2.待产妈妈该准备什么 3.树立信心待分娩 4.分娩前要和医生沟通好 5.如何选择分娩医院 6.入院倒计时应做的事 7.什么时候该去医院待产 8.为宝宝准备什么样的衣服 9.宝宝需要专用被褥 10.为宝宝准备物品应注意的事项 11.宝宝需要的物品 12.准爸爸须知 13.推测预产期的方法 14.产程分为哪3个阶段 15.如何预防早产 16.什么是产力 17.什么是产道 18.胎儿太胖是否影响顺产 19.临产紧张会使产程变慢 20.哪些表现是产后正常现象 （二）慎重选择分娩方式 1.自然分娩 2.剖宫产不比自然分娩安全 3.高龄初产妇不是必须剖宫产 4.哪些情况必须剖宫产 5.为什么越来越多的人选择剖宫产 6.剖宫产有哪些不良影响 7.剖宫产对宝宝的身体有什么影响 8.剖宫产可影响孩子胃肠健康 （三）识别产前征兆 1.真假分娩怎样辨别 2.什么是急产 3.发生急产怎么办 4.分娩前容易忽视的征兆 5.分娩前有哪些紧急情况 （四）产前助产食谱 1.马齿苋粥 2.空心菜粥 3.陈皮海带粥 4.豆腐皮粥 5.冬苋菜粥 二、坐月子的保健与护理 （一）自然分娩前后的护理 1.为什么初产妇产程长 2.哪些姿势可缓解产痛 3.化解产痛三步曲 4.哪些运动可缓解分娩阵痛 5.第一产程产妇应如何与医生合作 6.第一产程需要吃东西补充能量 7.助产呼吸四步法 8.什么是新生儿脐带缠绕 9.脐带缠绕有什么危险性 10.孕妇摔跤不会导致胎儿脐带缠绕 11.产前B超可以查出脐带缠绕 12.分娩过程中脐带缠绕怎么办 13.产后阴道出血该如何护理 14.产褥期有哪些讲究 15.产妇如何进行自我护理 …… 下篇宝宝篇

章节摘录

版权页： 5.宝宝皮肤青紫是怎么回事 正常新生儿刚出生时，口周、手掌、足趾及甲床等处易见青紫，这是由于动脉导管与卵圆孔尚未关闭，仍保持着从右至左的分流，肺尚未完全扩张，肺换气功能不完善，以及周围皮肤血流灌注木良所致。
几分钟后，循环系统的改变完成，动静脉血流完全分开，口唇和甲床变成粉红色。
但有时新生儿的皮肤仍呈轻度青紫，尤其出生时暴露在寒冷环境中，肢体远端局部血流变慢，还原血红蛋白增多，虽血氧分压（PaO2）不低，肢端仍呈明显青紫，称为周围性青紫，经保温后青紫可减轻或消失。
另外，正常新生儿在用力啼哭时也可出现青紫，是因为啼哭时胸腔内压增加，使右房压力升高，超过了左房压力，形成经卵圆孔的从右至左的分流，这种暂时性青紫在啼哭停止后立即消失。
这些皮肤青紫都是一过性的生理现象。
但是，我们也不能忽略病理性的皮肤青紫。
一般地说，病理性皮肤青紫既可由肺部疾病换气不足引起，也可因先天性心脏病所导致，并且还可见于中枢神经系统损伤及某些血液病。
在检查新生儿有无皮肤青紫时，应在日光下进行，仔细观察口腔黏膜、甲床和眼结合膜。
通常肉眼看到青紫时，动脉血还原血红蛋白已达5克／分升以上，口腔黏膜青紫出现最早，当还原血红蛋白达3克／分升时；便已呈青紫色。
新生二病理性皮肤青紫可分周围性青紫和中心性青紫两种。
周围性青紫是由于血液通过周围循环毛细血管时，血流速度缓慢组织耗氧量增加，而致局部还原血红蛋白量增多，但动脉氧饱和度（SO2）和血氧分压（PaO2）正常。
中心性青紫是由于心肺疾病使动脉氧饱和度和血氧分压降低所致。
还有就是中枢神经系统疾病所致呼吸中枢衰竭、低血糖、低血钙引起的继发性呼吸暂停，异常血红蛋白增多，均可引起青紫。
6.新生宝宝脱皮需不需要去医院 有些家长在给新生宝宝洗澡或换衣服时，常会发现有白色小片皮屑脱落，有时候这种现象全身都会出现，四肢、耳后更为明显。
这是怎么回事呢？
这种现象就被称为新生儿脱皮现象。
新生儿皮肤最外面的一层叫表皮角化层，由于发育不完善，角化层很薄，容易脱落。
皮肤内面的一层叫真皮，表皮和真皮之间有基底膜相连。
因为新生儿的基底膜也不够发达，细嫩松软，使表皮和真皮联结不够紧密，所以表皮脱落机会就更多。
并且，新生儿出生前是处在温暖的羊水中，出生后受寒冷和干燥空气的刺激，皮肤收缩，也更容易脱皮。

<<坐好月子健康一生>>

编辑推荐

《坐好月子健康一生》由儿科和妇产科专家撰写。
十月怀胎，一朝分娩。
准妈妈们无不对这一时刻充满期待。
但现实的问题又摆在面前：到底是自然分娩还是剖宫产，生完宝宝我还能像以前一样漂亮吗，坐月子吃什么才既健康又有营养，我该如何迎接这个小生命，如何照顾好这个娇嫩的小苗，母乳喂养和人工喂养哪个好，母乳喂养真的会让我变苗条吗，传统“捂月子”到底是对还是错，宝宝病了怎么办，产后检查都查什么，问题一个个的浮出，准妈吗们无所适从，怎样解决呢？

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