

<<你一定要知道的无痛分娩>>

图书基本信息

书名：<<你一定要知道的无痛分娩>>

13位ISBN编号：9787510026393

10位ISBN编号：7510026393

出版时间：2010-9

出版时间：世界图书出版公司

作者：(美)威廉·卡曼//凯瑟琳·亚历山大|译者:胡灵群

页数：286

译者：胡灵群

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>

<<你一定要知道的无痛分娩>>

前言

《你一定要知道的无痛分娩——来自哈佛的完全解答》能与中国读者见面是值得高兴的事。

这本书的出版有许多故事里的故事，首先还是从挖掘这本书的英文版开始说起吧。

2006年，一个偶然的的机会，我非常吃惊地发现中国的无痛分娩率还不到1%，和美国85%的平均值相距甚远。

受惠于中美两国医学教育、在两国都行医十年的我，便组织起了名为“无痛分娩中国行”（NoPain Labor N.Delivery）的教育项目。

2008年起，我们已经成功地将无痛分娩的观念和技术介绍到杭州、北京、温州。

在未来10年，我们要和中国的同行继续合作，为建立10个产科麻醉的培训基地努力，让更多的中国产妇享受到安全、有效、可行的分娩镇痛，使中国分娩镇痛普及率增加10个百分点。

在所有的作品中，孕产妇的产前教育理所当然是一个必不可少的方面。

搜寻了中国的大小网站，没能找到理想中的资料，于是将目光转到了英文读物，Easy Labor，这本出版不到一年已经有了三种文字（英文、日文、土耳其文，现在又多了罗马尼亚文和中文）的科普小册子马上吸引了我，作者还是我这个教育项目的骨干，哈佛大学医学院百翰妇女医院产科麻醉主任、教授——威廉·卡曼（William Camann）医生。

<<你一定要知道的无痛分娩>>

内容概要

这是一本体贴入微的指南，它来自哈佛医学院，将帮助准妈妈消除恐惧，以放松的心情迎接新生命的到来。

至今为止，不计其数在进入产房后，才意识到自己还没有做好生孩子的准备并为此惊慌失措。

不要让这样的情况发生在你身上！

通过这本书，准妈妈可以了解到： 生孩子到底有多疼？

哪些因素影响分娩的舒适度？

无痛分娩的发展和现状，它和自然分娩孰优孰劣的争议； 各种药物和非药物镇痛方法的优点和缺点； 多位准妈妈(包括医务人员)的亲身经历。

<<你一定要知道的无痛分娩>>

作者简介

作者：（美国）威廉·卡曼（美国）凯瑟琳·亚历山大 译者：胡灵群

<<你一定要知道的无痛分娩>>

书籍目录

- 译序写在前面的话如何阅读本书第一章 你得选个称心满意的地方 医院 分娩中心 你应该怎样选择？
他们是谁？
第二煮 生孩子到底有多疼？
生孩子到底有多疼？
生孩子的过程 产痛到底是怎么回事？
感觉到底是怎么样的？
什么是腰痛性分娩？
这更疼吗？
生孩子是如何启动的？
疼痛的衡量尺度 分娩过程中产妇的感受如何？
疼痛和痛苦有区别吗？
为什么一些产妇能坦然接受产痛呢？
影响产痛的常见因素 你准备好了吗？
专业人士的解答与忠告第三章 分娩恐惧是常见的，也是正常的 初产妇和经产妇常见的担忧 如何对付“我很胆小”的感觉’ 孕期心理压力的相关因素 造成孕妇过度心理压力的因素 怀孕期间减轻心理压力的窍门 一个快速简便的放松计划第四章 无痛分娩 硬膜外镇痛 腰硬联合阻滞 病人自控硬膜外镇痛 产妇对硬膜外镇痛的评价第五章 帮你减轻点疼痛 镇{止}痛药物 现代分娩镇痛的药物种类 产程中最常用的药物类别 产妇对镇痛药物的评价 第六章 非物分娩镇痛技巧 分娩期间如何使用互替疗法？
什么时候使用互替疗法？
拉梅兹法 布拉德利法 水中分娩 催眠术 分娩针灸 分娩关怀 香疗 水针 经皮电刺激神经仪 产球第七章 剖宫产分娩 刮宫产分娩的确切定义是什么？
剖宫产分娩镇痛有哪些选择？
硬膜外麻醉 腰麻 全身麻醉第八章 你不是第一个要求无痛分娩的 无痛分娩：一个最古老的渴望 历史上的分娩镇痛方法 对分娩中使用镇痛技术的态度 麻醉终结黑暗：历史的里程碑第九章 不要让这种事发生在你身上 每个人心中都有相同的目标：一个健康的孩子 分娩计划——随事而变 杜绝失望的关键：切合实际的期望值和灵活 机动的计划 考虑周全，事事有准备 教育是关键第十章 医生自己是怎么生孩子的？
好莱坞式的分娩 全麻—硬膜外—在家分娩 引产—硬膜外—宝贝 见机行事 再好的计划也会有纰漏 我没有害怕疼痛，只是好奇第十一章 医务人员对你生孩子的影响 改变对疼痛的态度 医务人员对你疼痛程度的判断准确吗？
你的分娩计划真的有人看吗， 医务人员为让你快快乐乐、舒舒服服生孩子的建议参考文献

<<你一定要知道的无痛分娩>>

章节摘录

在分娩中心生孩子的优点：有着家庭般的温馨，没有硬膜外镇痛的选择，对于决定避免药物镇痛的产妇来说可以认为是个优点；你是在一个隐私的、家庭般的产房中生孩子，约束少，也不会有医院里的那种整天被一大堆陌生人围着的感觉；分娩镇痛都是非药物性的，例如，改变体位、按摩、水疗以及自始至终的分娩关怀（见第六章）。

医务人员精于其业，有各种辅助分娩的设备（包括盆浴、淋浴、产球、香疗、音乐）；不会用缩宫素（催产素）、输液或胎心监护，助产师必要时通过触诊和手提式多普勒仪对你的宫缩以及你小宝宝的心跳进行检查；助产师全权负责你的生产过程。

在分娩中心生孩子的缺点正如在家一样，你是没有可能得到硬膜外镇痛的。

当然，你中途改变主意或实际情况出乎你的预料，转而需要硬膜外镇痛时，可以要求转送到医院；如果非药物镇痛措施效果不理想，你几乎没有可能得到药物镇痛；万一你或你胎儿出现意外，必须转送医院。

<<你一定要知道的无痛分娩>>

编辑推荐

《你一定要知道的无痛分娩:来自哈佛的完全解答》：每一位母亲必备必知的产前知识

<<你一定要知道的无痛分娩>>

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>