第一图书网, tushu007.com

<<胎教知识速查手册>>

图书基本信息

书名：<<胎教知识速查手册>>

13位ISBN编号：9787512705142

10位ISBN编号：751270514X

出版时间：2013-1

出版时间：中国妇女出版社

作者：许晓雯

页数：223

字数：210000

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

内容概要

本书全面阐述胎教与优生的理念，以胎教为主线，逐月介绍了怀胎十个月准妈妈所要掌握的胎教和优生方法，包括胎教方案、抚触胎教法、音乐胎教法、运动胎教法等。
同时，在我国传统胎教理论的基础上广泛吸取当前国内外有关胎教与优生的最新成果，介绍了当前最新胎教方案、胎儿时期的素质教育手段和方法，并帮助准爸爸和准妈妈全面掌握孕、育、生、养、教等方面的知识。

第一图书网, tushu007.com

作者简介

徐晓雯 2003年6月毕业于青岛大学医学院护理学院；2003年7月到青岛市儿童医院妇产科任护士，从事产妇护理工作；2005年12月调入济南军区青岛第一疗养院疗养二科工作任护士，，从事军队首长疗养护理工作；2007年3月到济南军区青岛第一疗养院体检科工作任护士，2007年8月取得护师资格，从事健康体检工作至今，在疗养康复、健康体检等方面积累了丰富的经验。

<<胎教知识速查手册>>

书籍目录

第一篇 天才宝宝从胎教开始
第一章 胎教的起源与发展
第二章 胎教让宝宝更聪明
第三章 优婚优孕是胎教的基础
第四章 准爸爸与胎教
第二篇 常用的胎教方法
第一章 简单易行的语言胎教
第二章 优美动听的音乐胎教
第三章 充满关爱的抚摸胎教
第四章 天天必做的营养胎教
第五章 不可不知的环境胎教
第三篇 安胎养胎
第一章 科学安胎
第二章 孕妇饮食禁忌
第三章 孕妈咪生活禁忌
第四篇 十月胎教方案
第一章 孕1月胎教教程
第二章 孕2月胎教教程
第三章 孕3月胎教教程
第四章 孕4月胎教教程
第五章 孕5月胎教教程
第六章 孕6月胎教教程
第七章 孕7月胎教教程
第八章 孕8月胎教教程
第九章 孕9月胎教教程
第十章 孕10月胎教教程
第五篇 将教育进行到底
第一章 健康新生儿的特征
第二章 宝宝出生后的教育

章节摘录

版权页： 插图： 目前，社会上流传着许多说法：“某某年不宜结婚，某某年生孩子不好”以及“某某月怀孕生男孩，某某月怀孕生女孩”，等等。
其实，这些说法都是毫无科学根据的。
但是，从优生优育的角度来说，选择合适的出生季节，把温度变化、疾病流行等不利因素的危害降低到最小限度，最大限度地发挥利于胎儿生长发育的有利因素，却是十分必要的。
严格地说，我国幅员辽阔，气候差别较大，生育时机的好坏，是不能简单地用某个季节来划分的。
从我国大部分地区的生活、地理条件来考虑，6～8月份怀孕比较理想。
为什么呢？
这是因为从医学角度看，胚胎发育有三个关键时期：一是大脑形成期（受孕第3个月）；二是脑细胞分裂期（受孕第6个月以后）；三是神经细胞的发育协调期（受孕第7～9个月）。
如果选择7～9月份受孕，妊娠的第3、第6个月以及分娩期都处在气候适宜、营养便于调配的季节，胎儿的神经系统可以得到良好的营养从而得以良好的发育。
只是此时怀孕应避免细菌性肠道炎对胚胎的影响。
下面具体分析一下7～9月怀孕的有利条件。
虽然此时正值夏季，天气炎热，胃口不佳，但经过冬春的休养生息和营养储备，夫妻双方都会处于体质较好的状态。
同时，此时的胚胎还只是萌芽状态，所需的营养很少，不致因妊娠反应影响发育。
等到胚胎进一步生长发育时，各类瓜果蔬菜、鱼肉禽类等均已大量上市，为孕妈咪和胎儿及时摄取各种营养创造了有利条件。
待多雪的冬天和乍暖还寒的初春携带着流行性感冒、风疹、流脑等病毒姗姗而来时，胎儿已超过了3个月，平安地度过了致畸敏感期。
此时的食品供应等条件虽差些，但孕妈咪已“胃口大开”，弥补了自然条件的不足。
接着，是春暖花开、万物复苏的季节，又为胎教的进一步实施提供了良好的外界环境。
等到婴儿呱呱坠地时，正是气候宜人的春末夏初阶段，各种新鲜主副食品又开始充足供应，使产妇获得全面丰富的营养，保证了母乳的质量。
同时，初生婴儿轻装上阵，着衣单薄，便于四肢自由活动，有益于大脑及全身的发育。
孩子满月后，时令已入夏，绿树成荫，空气新鲜、充足，便于室外活动。
孩子半岁该增加辅食时，又已顺利地避过夏季小儿肠炎等肠道疾病的流行季节。
到了孩子学习走路，开始断奶的周岁，则又是春夏之交，气候温和，新鲜食品充足，为孩子的生长发育提供了有利的条件。
当然，这里是就我国中部和北部等大部分地区而言。
我国各地气候条件差别很大，应该因地制宜来考虑，不可生搬硬套。
如在温差对比不强烈的南方一些地区，则可根据当地流行病发生情况及营养供应条件，选择适宜的季节。

第一图书网, tushu007.com

编辑推荐

《胎教知识速查手册》由知名妇幼保健专家倾心打造。

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