第一图书网, tushu007.com

<<孕产养育知识百科>>

图书基本信息

书名：<<孕产养育知识百科>>

13位ISBN编号：9787530850756

10位ISBN编号：753085075X

出版时间：2009-9

出版时间：李淑璋 天津科学技术出版社 (2009-09出版)

作者：李淑璋

页数：383

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

前言

生儿育女，是每个俗人都避免不了的事，然而，随着科学技术的进步，人们的观念不断更新，养育婴儿的方法也发生了革命性的变化。
传统的一些育儿观念已成了偏见，甚至是不科学的，对孩子或母亲是有害的。
鉴于此，我们特编写了《孕产养育知识百种一书，以期望能给广大初为人父母者更科学、更全面、更系统的指导，携其度过生命中美妙难忘的一段时光，助其培育出健康聪明的下一代。
科学是缺乏感情的。
只有爱才是全能的、充满活力的。
科学知识可以作为我们生活的指导，给予我们莫大的帮助。
孕妇10个月的生活很重要，直接关系到胎儿的生长发育，关系到孩子的健康聪明。
故本书分别设置了“孕前要掌握”和“孕期要把握”，比较全面地介绍了孕妇的饮食、行为、穿戴等方面的知识，使孕妇从一开始就可以对照要求去做。
孕产期的保健也很重要，目的是保护孕妇和胎儿在妊娠期能保持健康，直到足月时，能安全分娩出健康、智力发育良好的高质量的新生儿。
保健时间从怀孕开始到产后42天。
为能及时了解胎儿的发育情况，您应定期进行产前检查。
若有异常情况，胎儿可得到及时的治疗和处理。
有些孕妇患病不愿治疗，个白吃药、打针影响胎儿的发育，这是不对的。
怀孕后患病，如肺结核、心脏病、肾脏病、糖尿病、贫血及肝炎等，对孕妇的健康和胎儿的发育都不利，必须请医生确诊治疗。

内容概要

生儿育女，是每个俗人都避免不了的事，然而，随着科学技术的进步，人们的观念不断更新，养育婴儿的方法也发生了革命性的变化。
传统的一些育儿观念已成了偏见，甚至是不科学的，对孩子或母亲是有害的。
鉴于此，我们特编写了《孕产养育知识百种一书，以期望能给广大初为人父母者更科学、更全面、更系统的指导，携其度过生命中美妙难忘的一段时光，助其培育出健康聪明的下一代。

作者简介

李淑璋，北京妇产医院副主任护师，从事护理工作37年，其中十年从事婴幼儿保健工作，202年接受美国拉玛泽分娩培训。
现被多加单位聘为大型讲座主讲老师，讲述孕产期相关知识，在北京电视台婴幼儿节目作为客座专家。
曾在0-3岁早期教育机构工作，著有《0-6岁益智游戏》，深受广大读者好评。

书籍目录

第一篇 孕前要掌握第一章 孕前须知办理结婚登记手续晚婚未婚同居需要补办结婚登记手续直系血亲旁系血亲近亲属之间不能结婚婚前检查优生的五要素高龄孕妇怎样才能生健康宝宝哪些疾病应在怀孕前彻底治好预防遗传病遗传病与胎儿如何才能受孕生育期的最佳年龄段最佳的受孕时机最佳受孕环境孕前做好体质准备孕前应做好心理准备孕前应准备的内衣孕前应准备的外衣孕前应安排经济支出第二章 孕前日常准备孕前咨询女性在怀孕前应做好准备孕前宜提高身体素质孕前宜调适生理机能孕前宜营造舒适的居室环境实现高质量的受孕孕前丈夫忌缺乏微量元素新婚期间不宜怀孕怀孕前应选择怎样的卧具孕前忌养猫孕前能否接种疫苗新婚旅行途中不宜怀孕孕前注意衣食住行孕前应保持乐观情绪孕前不宜住新居男子应慎洗桑拿浴孕前要防止电脑的危害孕前应多喝水孕前要戒烟孕前应当戒酒孕前要注意营养孕前应补充蛋白质孕前应补充钙孕前应补充铁孕前应补充维生素孕前应补充叶酸孕前应补充锌第三章 孕前避孕措施安全期避孕法免疫避孕法工具避孕法避孕生理法避孕器械法药物避孕法手术避孕法自然避孕法“ 自然避孕法 ”的优缺点外用避孕药物紧急避孕阴道隔膜避孕节育的原理选择避孕方法女性常用的避孕方法女用避孕套避孕应以男性为主下列妇女不能服用口服避孕药第四章 孕前疾病与受孕防治贫血精神病能遗传吗癌症患者可以怀孕吗癫痫病患者可以生育吗患高血压的妇女可以怀孕吗患肺结核的妇女可以怀孕吗患尖锐湿疣的妇女能怀孕吗患肾炎的妇女能怀孕吗患哮喘的妇女可以怀孕吗患附件炎的妇女可以怀孕吗患甲亢的妇女可以怀孕吗糖尿病对妇女妊娠及胎儿有哪些影响患系统性红斑狼疮的妇女可以怀孕吗应当暂缓怀孕的情况患心脏病的妇女不宜怀孕患淋病的妇女不宜怀孕患梅毒的妇女不宜怀孕哪些情况不可以带病怀孕第五章 生男生女决定生男生女生男生女能自己选择吗控制生男生女通过饮食能控制生男生女利用食物法生男生女如何才能生女孩呢男性器浅入射精为何易生女孩使用粉红胶就能生女孩吗为何说排卵二日前用粉红胶性交，可提高生女孩的效果在排卵日进行频繁的性交易生男孩生男生女法能避免伴性遗传病女性拥有伴性遗传的基因，最好生女孩生男生女法为何夫妻一定要进行充分沟通第二篇 孕期要把握第一章 孕期检查怀孕早期应该做哪些检查产前检查的方法孕期主要检查的项目高龄孕妇要做哪些必要的检查定期产前检查的时间应怎样安排孕早期需要做常规化验孕期检查需要注意的事项孕妇应进行盆腔检查B超在妇产科检查的作用X射线对胎儿有影响吗孕妇需要做羊膜腔穿刺术血型检查的作用孕妇不宜做CT检查第二章 孕妇的日常保健孕期如果发生感染如何处理为使孩子有一双好眼睛要注意什么孕期不宜长时间看电视孕妇的俯身弯腰孕妇的站姿孕妇的坐姿孕妇的徒步行走孕妇如何乘车正常胎心音双胞胎孕妇在饮食上要注意什么双胞胎妊娠孕妇要避免劳累吗预防近视从孕妇保健开始乳房卫生要注意孕期要避免噪音影响孕妇过冬要注意的事项孕期洗澡要注意孕期保护乳房孕妇如何提高睡眠质量孕妇采用哪种睡姿最好孕妇为什么多梦如何选择合适的卧具孕妇睡觉为何不宜开灯孕妇为何不宜穿高跟鞋孕妇应该穿什么样的鞋子呢孕妇应该怎样着装孕妇应怎样选用胸罩孕妇为何宜留短发孕妇能用电脑吗孕妇不宜长时间使用电风扇和空调孕妇为何不宜接触复印机怎样避免静电对孕妇的危害孕妇应当勤洗头洗澡孕晚期为何忌坐浴孕妇用化妆品有哪些禁忌浓妆艳抹会导致胎儿畸形吗孕妇为何不宜涂指甲油孕妇为何忌擅自用减肥药孕妇为何不宜戴隐形眼镜孕妇为何忌随意拔牙孕妇刷牙为什么容易出血孕妇下厨房要注意什么孕妇为何不宜去拥挤的公共场合孕妇应如何防止静电伤害自己孕妇走、坐，站时要注意哪些事项住高楼的孕妇要注意什么孕妇上下楼应当注意什么孕妇居室温度多少为宜孕妇提取重物应当注意哪些事项孕妇可以开车吗孕妇夏季要注意什么孕妇为何不宜过度疲劳妊娠期间怎样保养皮肤孕妇外出要注意什么孕期干家务要注意哪些事项呢大龄孕妇的生活调适有哪些方法呢孕妇为何忌用电吹风打麻将对孕妇有哪些危害呢孕妇有必要使用净水器吗妊娠期应注意哪些乳房卫生妊娠期应回避哪些工作孕妇能坐飞机吗孕妇不宜大笑妊娠期怎样防治鼻出血孕妇不宜忽视睡午觉孕妇如何做脚船运动孕妇如何做扭转骨盆运动孕妇如何做振动骨盆运动孕妇何时应减少性生活呢产前检查有什么好处孕妇妊娠期性欲有哪些变化孕妇妊娠期采用哪些姿势性交比较好孕妇性高潮会引起流产吗第三章 饮食保健孕期需要多少热能孕期需要多少蛋白质孕期需要多少钙和磷孕期需要多少铁孕期需要多少碘孕期需要多少镁孕期需要多少锌孕期需要多少维生素怀孕早期应如何安排饮食呢怀孕中期应怎样增加营养妊娠晚期如何安排饮食怀孕后为何爱吃酸性食物孕妇宜多吃蔬菜、多喝水孕期吃干果能增进胎儿智力怀孕时水果吃多少合适孕妇饮水需注意哪些方面孕妇忌多吃糖孕妇吃土豆要小心孕晚期要控制体重孕妇忌常吃精制食物孕妇营养过剩孩子会肥胖吗肥胖孕妇不需

第一图书网, tushu007.com

要摄入营养了吗胎儿通过子宫可品尝食物味道吗苦瓜可以促进孕妇食欲吗孕妇怎样做少盐的营养菜第三篇 胎教教育好宝宝更健康第四篇 轻松分娩掌握方法第五篇 产后保健要慎重第六篇 新生儿的护理

章节摘录

插图：另外，由于高龄孕妇的卵细胞易发生畸形变，因此，胎儿畸形及某些遗传病的发生率也较高。
高龄孕妇通过孕前检查则可让医生及早发现问题，及早处理。
如35岁以上产妇最多见的高血压和糖尿病，都可在孕前得到控制。
在计划怀孕前3个月（至少1个月）至孕后3个月，每天补充0.4～0.8毫克的叶酸，或以叶酸为主要成分的“斯利安”等，则可防止有神经管缺陷的婴儿出生（如以前生产过神经管缺陷的婴儿则每日补充4毫克的叶酸）。
产前遗传咨询及诊断，可以减少畸形儿出生，达到优生的目的。
产前遗传诊断方法很多，包括羊膜穿刺术、绒毛取样术及脐血取样术等。
随着产妇年龄增长，流产会多见，但生双胞胎的概率也明显增加。
因此，到正规医院进行常规的产前检查会保证给产妇一个安全的孕期。
另外，在医生的指导下，平衡的膳食、适当的运动、避免烟酒将对产妇有益。
（1）阴道炎：多是由念球菌感染引起的，会在产道感染胎儿，容易使婴儿得鹅口疮。
（2）结核病：对孕妇来说这是可怕的病，它会传染给婴儿，而且，如果在开放期怀孕，会有早产、死胎的危险。
（3）心脏病：健康的人怀孕后心脏负担也会加重，有心脏病的人负担会更重，越接近分娩，越容易出现心脏功能不全、血运障碍，造成胎盘血管异常，导致流产、早产。
心脏病还是妊娠中毒症的起因。
因此，心脏病一定要在妊娠前治好。
（4）肾脏疾病：患这种病的人一旦妊娠就难免会得妊娠中毒症，不仅对胎儿影响严重，还会危及孕妇生命。
（5）高血压病：与肾脏疾病患者一样，很容易患妊娠中毒症。
（6）肝脏疾病：这种病人一旦怀孕，病情会立即加重并恶化，导致母体急剧衰弱并威胁胎儿。

编辑推荐

《孕产养育知识百科》：内容点点滴滴 关怀实实在在告诉你怀孕各个时期应注意的细节分娩前、分娩中、应该知道的问题产后保健与恢复宝宝各个阶段体格、情感、语言表达能力北京妇产医院妇幼保健专家李淑璋权威打造

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