第一图书网, tushu007.com

<<礼品装家庭必读书（套装共6册）>>

图书基本信息

书名：<<礼品装家庭必读书（套装共6册）>>

13位ISBN编号：9787530871515

10位ISBN编号：753087151X

出版时间：2013-1

出版时间：刘婷 天津科学技术出版社 (2013-01出版)

作者：刘婷

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

孕育一个鲜活的小生命，无疑是女人一生中最为幸福和难忘的经历。
从精子和卵子结合的那一刻起，你将要经历反复呕吐的痛苦，辗转难眠的无奈，浑身酸疼的折磨，当然，你也将体会到第一次听见胎心跳动的兴奋，第一次与胎宝宝“互动”的快乐……最后，当你看到一个健康活泼的宝宝呱呱坠地时，怀孕期间经历的所有酸甜苦辣都在瞬间转化为一种足以让你回味一生的幸福感。
从此，你便有了一个最伟大的身份--母亲。
但是，怀孕并不是一件简单的事情，特别是对于没有生育经验的年轻妈妈来说，在这40周的漫长孕期中，你可能会不断地产生各种各样的疑问：感冒了到底能不能吃药？
胎教到底应该怎样做？
什么样的分娩方式最安全……宝宝出生后，一系列问题又接踵而来：如何才能给宝宝提供有营养的母乳？
宝宝为什么总是哭？
如何给宝宝洗澡穿衣服？
怎么才能让宝宝茁壮成长……对于同样没有生育经验的年轻爸爸来说，照顾孕产期的准妈妈和刚出生的宝宝更是一件令人手足无措的事：做胎教时，自己能做点儿什么？
陪产时，自己到底能帮上什么忙？
宝宝出生后，哪些表现是不正常的？
日渐长大的宝宝应该如何教育……为此，我们特组织编撰了本书，希望能为年轻的爸爸妈妈提供一套最科学、最实用、最全面的孕产育儿指导。
本书以时间为顺序，详细地介绍了从怀孕准备期到妊娠期，到产后坐月子，再到育儿的整个过程。
全文分上下篇，主要内容如下：本书的上篇以十月怀胎为时间线索，根据胎儿和孕妇在每个月的不同特点和需求，从胎儿的发育状况、孕妇的身体变化、孕期饮食调理、孕期生活护理、孕期心理调适、孕期身体检查、孕期疾病防治以及孕期运动健身等方面，为孕妇提供了最实用、最有效的同步指导，希望能让准爸爸、准妈妈顺利进入父母的角色。
本书的下篇涵盖了婴儿各年龄段在生长中遇到的各方面问题，侧重育儿方法和育儿技巧。
在叙述内容上，此篇以孩子为本位：站在孩子立场指导父母科学育儿，并且尊重孩子个性的发展，培养其创造性，以期培育健壮的、身心健康的孩子。
同时，在阅读角度上，本篇以母亲为中心：以年龄段为纲，育儿时常见问题为目，简单明了，查阅方便，实用性强。

内容概要

《礼品装家庭必读书:全程孕产育儿(套装共6册)》以时间为顺序，详细地介绍了从怀孕准备期到妊娠期，到产后坐月子，再到育儿的整个过程。
全文分上下篇，主要内容如下：上篇以十月怀胎为时间线索，根据胎儿和孕妇在每个月的不同特点和需求，从胎儿的发育状况、孕妇的身体变化、孕期饮食调理、孕期生活护理、孕期心理调适、孕期身体检查、孕期疾病防治以及孕期运动健身等方面，为孕妇提供了最实用、最有效的同步指导。

下篇涵盖了婴儿各年龄段在生长中遇到的各方面问题，侧重育儿方法和育儿技巧。

作者简介

刘婷，中医学专业毕业，从事生活图书编辑工作多年，曾出版多种养生保健类图书。

书籍目录

《礼品装家庭必读书：全程孕产育儿01》目录： 上篇：孕产期——新生命的奇妙之旅／1 01 预约一个优质宝宝——缜密的怀孕准备期 02 一个新生命的缔造——幸福孕早期／21 03 胎宝宝正在快速成长——快乐孕中期／109 04 真正的小人儿日渐茁壮一平安孕晚期／221 05 月子交响曲——幸福的产褥期／333 下篇：育儿期——健康宝宝的成长史 01 宝宝新生细呵护／445 02宝宝成长关键期／557 附录 孕期用药宜忌／664 …… 《礼品装家庭必读书：全程孕产育儿02》 《礼品装家庭必读书：全程孕产育儿03》 《礼品装家庭必读书：全程孕产育儿04》 《礼品装家庭必读书：全程孕产育儿05》 《礼品装家庭必读书：全程孕产育儿06》

章节摘录

版权页： 插图： 此外，在选择饮料时不要选用加色素、防腐剂和含有咖啡因的可乐型饮料，以免影响胎儿发育。
孕妇最好饮用白开水以及新鲜果汁等。
3.避免劳累 盛夏酷暑，天气闷热，人们的心情难免会有些烦躁。
孕妇因为生理变化情绪容易出现波动，再加上自身的体力消耗较大，很容易感到疲劳，比常人更容易感觉热。
这种情绪也会干扰子宫内胎儿生长的环境，而过度劳累可能导致孕妇晕厥、胎动不安或早产。
夏季睡眠对于孕妇和胎儿的健康十分重要，足够的睡眠除了能使肌体得到充分的休息、补充体力、消除疲劳感外，更为重要的是能使神经功能尽快恢复，避免不良情绪的发生。
所以要有一定的时间午睡，并注意工作中间的休息。
睡眠时，若用空调，要防止室温过低，也不要让空调、电风扇直接吹到孕妇，否则容易患上感冒或其他疾病。
4.出行要防暑 孕妇中暑轻则头晕、胸闷、多汗、恶心，重则高热、昏迷、抽搐，严重者会导致胎儿宫内窘迫、宫内死胎、死产、早产等。
所以，预防中暑关系到母亲和胎儿的安危，不可轻视。
因此，孕妇要增强防暑意识，应尽量减少户外活动，尤其要避免在中午高温时段外出，一旦外出要做好防暑措施。
孕妇不能再用风油精 夏天，风油精是人们喜欢随身备用的物品，它具有提神醒脑、祛风镇痛、驱蚊止痒等功效。
然而，它的主要成分——樟脑却具有一定的毒性作用，尤其对怀孕前3个月的孕妇危害更大。
风油精所含的樟脑进入人体后，一般正常人体内的葡萄糖磷酸脱氢酶会很快与之结合，使之变成无毒物质，然后随尿一起排出体外，所以不会发生不良反应。
然而由于生理上的变化，孕妇体内的葡萄糖磷酸脱氢酶的含量降低，怀孕3个月内如果过多地使用风油精，樟脑就会通过胎盘屏障进入羊膜腔内作用于胎儿，严重时可导致胎儿死亡引起流产。
在刚出生的新生儿体内，也缺乏葡萄糖磷酸脱氢酶，产妇如大量使用风油精，樟脑会随气味透过新生儿娇嫩的皮肤和黏膜渗入血液中，使红细胞破裂，溶解成胆红素。
血液中的胆红素如果含量过高，还会透过脑膜与脑细胞结合，引起婴儿黄疸症，出现全身发黄、口唇青紫、棕色小便、不吃奶、哭声微弱、嗜睡等症状，严重的还会出现抽风、惊厥等神经症状，即使经过治疗也可能使婴儿脑功能受损。
所以，孕产妇不要用风油精。

编辑推荐

《礼品装家庭必读书:全程孕产育儿(套装共6册)》由天津科学技术出版社出版。

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