

<<顺产VS剖宫产完全手册>>

图书基本信息

书名：<<顺产VS剖宫产完全手册>>

13位ISBN编号：9787533156015

10位ISBN编号：7533156013

出版时间：2010-5

出版时间：山东科学技术出版社

作者：《妈妈宝宝》杂志社

页数：159

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>

## <<顺产VS剖宫产完全手册>>

### 前言

快要分娩了，孕妈咪们是既兴奋又担心，兴奋的是自己怀胎十月的宝贝马上就要跟自己见面了，担心的是到底采用哪种分娩方式分娩呢？

是顺产自己生，还是剖宫产？

真是难以抉择啊！

十月怀胎，一朝分娩。

确实，不管对孕妈咪还是其亲人来说，这都是极其关键的时刻。

选择一种合适的分娩方式直接关系到分娩的顺利和母婴的安全。

事关重大，必须慎重考虑。

是选择顺产分娩，还是选择剖宫产分娩？

其实每种分娩方式都有自己的优缺点，孕妈咪们要具体情况具体分析，根据自己的实际情况进行选择。

我们提倡顺产，因为最自然的才是最好的。

顺产无论是对妈咪还是宝贝都很有益处，各方面条件都适合顺产的孕妈咪，不论是为了自己还是为了宝贝，都不能放弃这么好的分娩机会。

剖宫产手术分娩是那些顺产条件不足的孕妈咪，如自身或胎儿顺产条件不足、有高危妊娠迹象、年龄在40岁以上，因一些生理机能等方面的原因不能顺产，为安全起见才选择的。

顺产是对母婴都有好处的最自然的分娩方式，而剖宫产是有其特殊性及其特殊适应人群的，并非分娩捷径，绝不能盲目选择。

不论选择哪种分娩方式，新妈咪和准爸爸都应该事先充分了解，有所准备，不要到了临产时才乱了方寸，慌了手脚。

希望每一位孕妈咪都能带着乐观的情绪安心地进入产房，顺利分娩，迎来自己朝思暮想的健康漂亮宝贝。

别担心，分娩是人类繁衍后代的自然规律，身体健康的孕妈咪只要拥有正确的心态、足够的信心，都是可以平安分娩的。

## <<顺产VS剖宫产完全手册>>

### 内容概要

快要分娩了，孕妈咪们是既兴奋又担心，兴奋的是自己怀胎十月的宝贝马上就要跟自己见面了，担心的是到底采用哪种分娩方式分娩呢？是顺产自己生，还是剖宫产？

真是难以抉择啊！

我们提倡顺产，因为最自然的才是最好的。

顺产无论是对妈咪还是宝贝都很有益处，各方面条件都适合顺产的孕妈咪，不论是为了自己还是为了宝贝，都不能放弃这么好的分娩机会。

## <<顺产VS剖宫产完全手册>>

### 书籍目录

顺产篇 Part 1：看看你适合自然分娩吗？

将顺产进行到底！

1.你是适合顺产的孕妈咪吗？

必备条件缺一不可！

2.顺产到底有多痛？

帮你克服分娩恐惧心理！

3.聪明妈咪聪明决定，分娩方式影响宝贝未来！

Part 2：增加顺产几率有办法，事无巨细行动起来！

1.为顺产准备的 / 大“孕”事：如何做好自然分娩的准备？

2.充电孕期培训班，学习自然分娩的优点与技巧！

3.孕妈咪有备而来度孕期，生活中时刻不忘顺产！

Part 3：孕妈咪别害怕，陪你度过紧张的待产时光！

1.产前放松技巧大公开，孕妈咪如何应对产前恐惧？

2.临产前最担心的N个问题！

3.见红、言缩、阵痛、破水step by step，分娩前迹象与护理！

4.帮助顺产的产前5运动！

b.产前全家总动员，迎接分娩360°方案！

Part 4：温柔看产房，了解自然分娩：图解顺产全过程！

1.直击顺产现场：图解产程123！

2.分娩时你会配合医生吗？

你的努力是顺产成功的一半！

3.6大高招破解分娩疼痛！

4.超顺产经历大总结！

b.一家三口要见面了，分娩亲子三人行！

Part 5：喜悦与疲惫交织的新妈咪，如何顺利度过产后第一天？

1.产后12小时重要事宜排排看！

2.聚焦产后第一天，新妈咪24小时护理 3.新妈咪营养师：产后第一天善么吃？

4.新妈咪产后第一日生活事宜备忘录！

Part 6：天使在人间，新生儿宝贝产后24小时护理！

1.刚出生的小宝贝需要做哪些检查？

2.新生儿宝贝怎么喂？

新妈咪你会母乳喂养吗？

3.新生儿宝贝生活事宜备忘录！

Part 7：孕妈咪大课堂，教你顺产后恢复和宝贝养育！

1.产后体检，新妈咪你有多了解？

2.新妈咪产后身体调理宝！

3.新妈咪育儿达人，顺产的宝贝怎么养？

4.做个漂亮的S型辣妈！

剖宫产 Part 1：顺产VS剖宫产优劣势大比拼，剖宫产害处多！

1.剖宫产是偷懒行为！

无论对自己还是对宝贝！

2.剖言严坏处知多少？

伤害可能伴一生！

3.坊间流传的对剖宫产好处的误读 Part 2：对号入座哪些孕妈咪应该选择剖宫产？

1.顺产还是剖宫产？

## <<顺产VS剖宫产完全手册>>

哪个更适合你？

剖宫产知识大盘点！

2.孕妈咪身体情况&胎宝贝状态，决定顺产还是剖宫产！

3.难产需要剖宫产，剖宫产不一定是因为难产！

Part 3：手术前你应该知道的，孕妈咪必修剖宫产前准备课！

1.手术前吃什么不吃什么？

为你的身体加加油！

2.孕妈咪准备起来！

剖宫产前360°备战手册！

Part 4：好奇吗？

别紧张！

解密剖宫产手术进行时！

1.知己知彼，剖宫产手术流程一览表！

2.剖宫产手术中的关键词：手术麻醉！

3.这一刀该怎么切？

腹部切开部位大不同！

Part 5：手术结束、休息一下！

新妈咪剖宫产后24小时！

1.辛苦又愉快的新妈咪，迎来手术后第一天！

2.剖宫产后新妈咪24小时自我护理！

Part 6：宝贝降生了！

剖宫产宝贝产后24小时护理 1.剖宫产出生的宝贝要做哪些检查？

2.剖宫产新生儿怎么喂？

新手妈咪你会吗？

3.剖宫产新生儿在人间的第一日！

Part 7：放轻松，剖宫产产后恢复一点通！

1.剖宫产手术后一周日志：新妈咪注意事项！

2.新妈咪育儿达人，剖宫产的宝贝怎么养？

3.剖宫产后新妈咪身材恢复别着急，适合的才是最好的！

附录1：孕育相关知识全链接附录2：孕妈咪美丽护肤O&A

## <<顺产VS剖宫产完全手册>>

### 章节摘录

插图：要对分娩的疼痛有充分的思想准备。

分娩是自然的生理现象，这种生理性疼痛一般人都能承受。

但如果没有充分的思想准备，你会被意料不到的疼痛打垮。

若孕妈咪过分紧张，会引起体内一系列神经内分泌反应，加剧疼痛。

由于孕妈咪产道的坚韧和曲折，胎宝贝的“出世”之路是很难的，TA在产道中需要多次艰难地变换姿势后才能慢慢爬出，这个过程必然是缓慢的。

孕妈咪需要给胎宝贝慢慢适应自己骨性产道坚硬部分的时间。

顺产的过程就是孕妈咪的产力、产道与胎宝贝身体相互适应的过程。

只有经过了长时间的疼痛，才能让孕妈咪产道的“大门”慢慢打开，使胎宝贝轻松地通过。

分娩时疼痛时间和强度过短过急，易造成孕妈咪产道严重撕裂，发生大出血及新生儿颅内出血和产伤

。

## <<顺产VS剖宫产完全手册>>

### 编辑推荐

《顺产VS剖宫产完全手册》：妈妈宝宝杂志专家顾问团倾力打造，中国优生优育协会胎教专业委员会和中国优生优育协会儿童发育专业委员会联合推荐。

分娩方式影响宝宝未来！

图解顺产全过程。

6大高招破解分娩疼痛，聚焦产后，新妈妈24小时护理。

手术前应该知道的，剖宫产前准备课。

放轻松，剖宫产产后恢复一点通。

怀孕·生产·育儿必备，居家·时尚·生活指南，惟一大陆、台湾、马来西亚同步上市具最新资讯的国际品牌。

顺产到底有多痛?帮你克服分娩恐惧心理!见红、宫缩、阵痛、破水step by step!分娩前迹象与护理!帮助顺产的产前5运动!直击顺产现场：图解产程123！

分娩时你会配合医生吗?你的努力是顺产成功的一半!新妈咪产后身体调理宝典!新妈咪育儿达人，顺产的宝贝怎么养?剖宫产坏处知多少，伤害可能伴一生!知己知彼，剖宫产手术流程一览表这一刀该怎么切?腹部切开部位大不同!剖宫产出生的宝贝要做哪些检查?

<<顺产VS剖宫产完全手册>>

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>