

<<大龄孕育健康宝宝-30多岁时尚孕>>

图书基本信息

书名：<<大龄孕育健康宝宝-30多岁时尚孕生活>>

13位ISBN编号：9787534560293

10位ISBN编号：7534560292

出版时间：2008-8

出版时间：江苏科学技术出版社

作者：瞿琳

页数：228

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>

<<大龄孕育健康宝宝-30多岁时尚孕>>

内容概要

本书是处于临床第一线的妇产科大夫专门为高龄孕妇们编写的，他们根据长期的临床经验，针对高龄孕妇这一特殊人群，以深入浅出的文字，容易理解的语言，将常见的疑问逐一合理解释，这对将为人母或初为人母的高龄妈妈们有很强的指导作用。

该书风格简洁、语言风趣，为高龄准妈妈们提供了孕期和产后所必备的相关知识。在午后惬意的时光中，摸一摸腹中的爱子，看一看书，实为人生不可多得之佳境。

为让你的宝宝一生幸福，让你的家庭、社会和谐与美满，让你的生活充满阳光，请仔细阅读本书相关内容。

相信，该书将给你以有益的指导与切实的帮助，让你在愉悦与平和中度过妇女一生中的重要时期，让你的宝宝在安全、顺利中度过人生旅途中的关键时期。

作者简介

瞿琳，现任江苏省妇幼保健中心、江苏省人民医院妇产科主治医师，医学硕士。擅长于妇科常见病、多发病及产科妊娠合并症、并发症的诊断与治疗。于2001年参与编写《妇产科临床处方手册》。2002年主编《从怀孕的第一天》。

书籍目录

- 第一章 做好充分准备做个快乐妈妈 1.要工作,还是要宝宝 2.快乐地要个小宝宝 3.迎接天使来临,你做好准备了吗 4.小小叶酸莫忽视 5.孕前请你保持健康的体重 6.高龄妈妈也要耐心等待合适的受孕季节 7.每人都有“易孕期” 8.孕前须防阴道炎 9.怀孕了,我的宠物怎么办 10.这次戒烟的理由不再是为了自己 11.为了下一代,推掉应酬 12.高龄妈妈孕前检查 13.孕前,请和口腔科医生“约个会” 14.准爸爸也要补充营养吗 15.男子汉也要补锌 16.明智爸爸,聪明宝宝 17.孕前检查——高龄爸爸义不容辞的责任 18.特殊妇女何时受孕
- 第二章 我怀孕了 1.我怀孕了吗 2.宝宝哪天与我们见面呢 3.我能感觉到宝宝在运动 4.病毒感染——怀孕早期的大敌 5.怀孕后,体重多少为宜 6.怀孕期间,我能用药吗 7.记一本怀孕日记吧 8.可怕的宫外孕 9.请建围生期保健卡 10.一个孕妇最关心的问题——流产 11.令人提心吊胆的习惯性流产 12.警惕“唐氏综合征” 13.为什么要做染色体检查 14.孕妇可以打预防针吗 15.孕妇为什么要验血型
- 第三章 高龄准妈妈的时尚生活 1.扮出好孕味 2.长发,剪还是留 3.淡妆——画出好心情 4.吃米带点糠,有利于健康 5.可别盲目节食 6.怀孕早期,饮食营养调理好 7.怀孕中期,全面营养不能少 8.怀孕晚期,膳食质量最重要 9.怀孕后食酸有讲究 10.酸奶、鲜奶、豆奶——我该如何选择 11.鸡翅、薯条、油条——离我远点 12.茶与咖啡,就此淡出我的生活吗 13.鱼一吃还是不吃 14.生兔唇宝宝与孕期吃兔肉有关吗 15.怀孕后能吃螃蟹吗 16.懒妈妈,动起来 17.怀孕后能骑车吗 18.带上宝宝,一起去旅游 19.怎样睡出健康好孕 20.为自己挑选一套合适的内衣 21.难道连电视也要放弃吗 22.孕期能用手机吗 23.孕妇可以操作电脑吗 24.我爱洗澡 25.我能继续开车吗 26.我能游泳吗 27.一双合适的鞋助你孕期平安 28.孕期能做家务劳动吗 29.请不要使用电热毯
- 第四章 胎教的艺术 1.胎教的原则和方法 2.受过胎教的孩子具有什么样的特点 3.哪些食物能促进胎儿大脑的发育 4.环境胎教 5.如何进行抚摸胎教 6.如何选用胎教音乐 7.什么是语言胎教 8.什么是运动胎教 9.怎样进行光照胎教 10.怎样进行想象胎教 11.怎样帮助胎儿做操 12.怎样给胎儿讲故事和“看画册” 13.准爸爸在胎教中的作用
- 第五章 孕期保健 1.愉快孕期,健康宝宝 2.孕期能接受X线检查吗 3.B超检查会影响胎儿健康吗 4.孕期血压莫轻视 5.孕期更要口腔健康 6.小便次数增多问原因 7.怀孕后下肢水肿怎么办 8.下肢抽筋怎么办 9.“大胖小子”好吗 10.孕期出血,不可轻视 11.孕期遭遇“性真空”
- 第六章 准妈妈的烦恼 1.便秘——准妈妈的难言之隐 2.谈谈痔疮 3.坐骨神经痛 4.当心乙肝传染给宝宝 5.怀孕与风疹 6.巨细胞病毒对胎儿有危害吗 7.怀孕合并心脏病怎么办 8.尿路感染 9.怀孕了,却查出有淋病 10.贫血了,怎么办 11.妊娠期患了糖尿病 12.胎位不正需要纠正吗 13.谈谈怀孕早期腹痛 14.谈谈怀孕中期腹痛 15.谈谈怀孕晚期腹痛 16.得了急性阑尾炎怎么办 17.孕妇患甲亢 18.孕期瘙痒不可等闲视之
- 第七章 为分娩加油 1.冲刺阶段的营养支持 2.提前准备好你的待产包 3.我需要提前住院吗 4.过了预产期怎么办 5.幸福的阵痛 6.我临产了吗 7.高龄初产妇临产注意了 8.临产后,还能活动活动吗 9.分娩可以无痛吗 10.拉梅兹分娩减痛法 11.分娩大约需要多长时间 12.分娩时,产妇应如何配合 13.为什么要选择会阴切开 14.陪伴分娩——准爸爸义不容辞 15.剖宫产PK自然分娩 16.剖宫产术后如何自我护理
- 第八章 幸福产后 1.产后及早下床活动好处多 2.产后排尿很重要 3.产后为什么易出汗 4.产后阵阵腹痛不是病 5.产后会阴胀痛怎么办 6.月子里的饮食 7.产妇能喝红糖水吗 8.产妇能吃巧克力吗 9.产后刷牙会导致牙齿松动吗 10.产后何时能洗澡 11.恶露不净,真恼人 12.产后怎样预防产褥感染 13.坚持哺乳,同样拥有傲人胸围 14.产后瘦身大行动 15.去斑,自有妙招 16.让秀发依旧美丽 17.炎炎夏日,如何安度 18.产后需“禁欲”吗 19.谈谈产后抑郁症 20.新生儿为何要采足跟血
- 第九章 宝宝科学喂养 1.产后何时开始喂奶 2.为什么要坚持母乳喂养 3.正确哺乳有方法 4.乳头皲裂怎么办 5.奶水不足或胀奶怎么办 6.乳母切忌乱用药 7.母亲患哪些疾病时不能哺乳 8.哺乳期性生活不宜过频 9.宝宝吐奶怎么办 10.母乳喂养多久可断奶 11.什么是混合喂养 12.怎样消毒奶瓶 13.吃奶的孩子也要喝水吗 14.如何给宝宝添加辅食

章节摘录

第一章 做好充分准备做个快乐妈妈 1.要工作，还是要宝宝 要工作？
还是要宝宝？

相信很多女性朋友都要面临这痛苦的选择。

大多数白领女性对于是否要孩子这个问题总是尽量回避，因为这实在是两难。孕期和产后需要时间休养，而照顾、抚育子女更是要花费许多的时间和精力，而自己每天工作至少要8个小时，身体要承受电脑的辐射，也不可能休假等待孩子的出生，孩子出生后还需要自己细心地喂养。

因此对于生育犹豫不决，在时间上能拖则拖，在个人事业和怀孕要孩子之间，可能首先想到的是保住事业，明明知道年龄越大生孩子的危险系数就越高，可是不到35岁的上限的时候，是很难下决心要孩子，生育成了白领女性的一道坎。

甚至也有些人早已决定一生都不要孩子，成为丁克家庭。

虽然每个人的情况不尽相同，但是所有过了30岁的准妈妈们都面临着同样的顾虑，或者说是健康方面的问题，尤其是已过了35岁，你会被认为是“高龄产妇”，好像处处充满危险。

30岁真的是一个神奇的界限吗？

超过这个年龄，是不是所有的事情都会发生变化？

高龄生产的危险 30岁才怀孕，并不像想象的那么可怕，但35岁以后怀孕确实存在不少危险。

年满35岁第一次分娩属于高龄初产妇范畴。

过了35岁，我们的身体并不见得会发生肉眼可见的巨大变化，但是这一阶段，对于希望怀孕生子的女性来说，确实有一些坎儿要过。

35岁之所以成为一个神奇的数字，是因为在这个年龄怀上带畸形染色体的孩子的危险性相对增高。

.....

<<大龄孕育健康宝宝-30多岁时尚孕>>

编辑推荐

高龄就是高危？

高龄一定要剖宫产？

高龄孕育，一样可以健康、时尚！

该书风格简洁、语言风趣，高龄准妈妈们提供了孕期和产后所必备的相关知识。
在午后惬意的时光中，摸一摸腹中的爱子，看一看书，实为人生不可多得之佳境。

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>