

<<孕妇学校知识讲座>>

图书基本信息

书名：<<孕妇学校知识讲座>>

13位ISBN编号：9787543316645

10位ISBN编号：7543316641

出版时间：2004-1-1

出版单位：天津科技翻译出版公司

作者：王淑雯

页数：150

字数：70000

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>

<<孕妇学校知识讲座>>

内容概要

人们常说：“十月怀胎，一朝分娩。

”当然，伴随着腹中宝宝一天一天地长大，您心中充满了初为人母的喜悦和骄傲，同时也要承受因怀孕带给您的不适和担心。

我们编写这本小册子就是为了帮助您解除烦恼，让您了解一些妊娠、分娩的科学知识，指导您做好产前检查与保障，保护您安全度过妊娠期、顺利分娩。

我们深信这本小册子会成为准妈妈、准爸爸的益友。

<<孕妇学校知识讲座>>

书籍目录

Part 1 概述 孕早期（0-12周）保健要点 孕早期（13-27周）保健要点 孕晚期（28周后）保健要点 孕产妇临产前保健要点 产妇产时保健要点 产后保健要点 新生儿护理要点 母乳喂养要点Part 2 妊娠生理与保健 妊娠生理 1.女性生殖器的解剖 2.排卵与月经 3.妊娠的发生 4.预产期的推算 5.早孕的表现 6.胎儿附属物及其功能 7.妊娠期母体的生理变化 妊娠期的保健 1.妊娠的确定和早孕检查 2.愉快地度过妊娠期 3.妊娠期的不适与异常 4.孕期的体操锻炼（包括产后运动） 妊娠期的用药问题 产后运动Part 3 妊娠期的合理营养 妊娠期补充营养的重要性 各种营养素的需要及其来源 1.蛋白质 2.脂肪 3.糖类 4.维生素 5.矿物质与微量元素 如何补充营养和调配膳食 1.妊娠各期营养的补充 2.膳食的调配.....

<<孕妇学校知识讲座>>

编辑推荐

您一定对即将隆生的婴儿充满了美好的期待和憧憬，也许您还对即将来到的分娩期存有几分不安和恐慌。

其实妊娠及生产本身是生理上的事，所以您没必要特别地担心和忧虑，如果您经常情绪低落，提不起精神，就容易使体内产生一系列的变化，从而使身体受到不良影响，同时也会累及胎儿的健康。

<<孕妇学校知识讲座>>

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>