

<<孕产期全程专家监护>>

图书基本信息

书名：<<孕产期全程专家监护>>

13位ISBN编号：9787543642294

10位ISBN编号：7543642298

出版时间：2007-10

出版时间：青岛出版社

作者：张荣君

页数：513

字数：380000

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>

<<孕产期全程专家监护>>

前言

前言 两个相爱的人，在步入婚姻的神圣殿堂、度过了一段甜蜜的两人世界的日子后，都想要一个健康聪明的宝宝，升华赤诚之爱，见证永恒之情。

在女性的一生中，孕育一个小生命是一件最为幸福难忘的事情。

从计划怀孕到新生儿出生，年轻的父母会遇到很多问题。

怀孕会给孕妇带来一些生理和心理上的变化，而且随着胎龄的增加，又会出现诸如营养、健康、防病、胎教、防止胎儿畸形等方面的问题。

如何把十月怀胎看成一个快乐的过程而不是一种单纯的责任与负担，孕妇需要了解许多孕期知识，丈夫也需要了解孕妇生理、心理变化的基本特点和一些胎教知识，积极配合妻子孕育健康的宝宝。

本书内容丰富，注重细节，涵盖面广，包括准妈妈在孕前、孕期、分娩期、产褥期的身体变化、生活起居、饮食、衣着、运动和心理特点及防病要点，还有宝宝的生长发育特点、胎教宜忌以及在此期间可能出现的各种问题。

再版时作者对书中妊娠糖尿病等部分内容进行了更新，并增加了“新生儿常见疾病预防与处理”一章内容，使年轻的爸爸妈妈对新生儿常见疾病有所了解，提前预防，万一遇到不致手足无措而延误治疗。

这本书使您在孕育宝宝的全程中就像有一位医术高明的妇产科专家始终陪护在您的身边，给予您体贴入微的指导，打消您在孕育宝宝过程中的所有顾虑，全方位悉心呵护准妈妈和宝宝一起成长的每一天，伴随准妈妈和宝宝在妊娠中的每一分钟，使您轻松愉快地度过一段奇妙之旅。

相信从怀孕到初为人母的这段经历必将成为您一生中最美妙的回忆。

<<孕产期全程专家监护>>

内容概要

本书内容丰富，涵盖面广，注重孕妇所关心的孕产过程中的各种细节，着重阐述准妈妈在孕前、孕期、分娩期、产褥期的身体变化、生活起居、饮食、衣着、运动和心理特点，宝宝的生长发育特点、胎教宜忌及在此期间可能出现的各种问题。

在准妈妈孕育宝宝的全程中就像有一位医术高明的妇产科专家始终陪护在您的身边，给予体贴入微的指导，打消准妈妈在孕育宝宝过程中的所有顾虑。

本书是由诸多专家、学者和临床医生协作编写而成的，作者参阅了大量国内外的最新资料，力求使本书知识最新、学术上最具科学性和权威性。

本书文字通俗易懂，条目清晰，便于读者查阅，具有很高的实用价值。

<<孕产期全程专家监护>>

书籍目录

- 孕前专家监护 1. 孕前准备 2. 夫妻最佳生育年龄 3. 孕前优生咨询 4. 孕前去医院做一次身体检查 5. 家族遗传性疾病 6. 哪些病必须治愈才能受孕？
7. 孕前做一次口腔保健 8. 孕前牙齿的保健 9. 孕前积极调整不正常的体重 10. 孕前做好心理准备
11. 孕前积极进行各种体育锻炼 12. 孕前居室的准备 13. 孕前营养准备 14. 孕前营养特餐 15. 正确补充叶酸 16. 正确补充维生素 17. 孕前必须禁忌的食品 18. 目前有哪几种避孕措施？
停止避孕后多久可以怀孕？
19. 妇女剖宫产后几年可以再孕？
20. 远离有害物质 21. 做好防疫计划 22. 哪些岗位的女性孕前需换工作？
23. 妻子怀孕前丈夫应注意哪些问题？
24. 选择最佳受孕季节 25. 怎样选择最佳受孕日期？
26. 排卵期的计算方法 27. 选择最佳时刻受孕 28. 生男与生女 29. 生男孩的步骤 30. 生女孩的步骤
孕期专家监护 怀孕第一个月（0~4周） 1. 准妈妈的变化 2. 月台宝宝的成长 3. 准妈妈须知 4. 如何自我诊断早孕？
5. 准妈妈怀孕后的身体变化 6. 怀孕早期的检查 7. 保护小宝宝心、脑成形不受侵害 8. 正确认识电磁波 新生儿专家监护 新生儿常见疾病预防与处理

<<孕产期全程专家监护>>

章节摘录

孕前专家监护 18.日前有哪集中避孕措施？

停止避孕后多久可以怀孕？

屏障避孕方法 主要指避孕套、避孕膜、宫颈帽或避孕海绵等避孕方法。

停止应用后马上就可以怀孕。

杀精子剂 目前用得较多的有：乐乐醚避孕胶冻、爱侣避孕栓、妻之友避孕栓、避孕药膜。

如果你选用的是这种避孕方法，那无论何时你想怀孕，停用它就可以了。

短效口服避孕药 短效口服避孕药指的是复方口服避孕药0号、复方口服避孕药1号、复方口服避孕药2号、复方左炔诺孕酮、复方左炔诺孕酮三相片、复方左氧孕烯（妈富隆）、复方孕二烯酮（敏定偶）、复方醋酸环丙孕酮（达英-35）。

从20世纪60年代口服避孕药问世以来，口服避孕药是否会对后代产生不良影响，一直是研究和争论的焦点。

有报道称口服避孕药会增加染色体畸变率，尤其是使染色体断裂率显著增高连续服药或停药几个月内受孕者的自然流产率增高，并且这些流产儿的染色体畸变率也较高。

但有学者采用淋巴细胞培养法进行研究，并没有发现口服避孕药者的生殖细胞内染色体有什么异常改变。

英国对5500名服药妇女进行观察，未发现口服避孕药对下一代有不良影响；与其他孕妇比较，其畸变率、流产率无明显差别。

可见，服用口服避孕药不会造成遗传病。

而且现在已经有许多研究证明，服药时意外发生怀孕的妇女，或是以前服用过口服避孕药的妇女生下来的宝宝与没有服用口服避孕药的那些妇女的宝宝相比，发生出生缺陷的几率并不是更高。

在我国，最早使用的口服避孕药剂量较高，所以当时制定的标准是停用(-)服避孕药6个月后再怀孕比较妥当。

从1967年起，减量的口服避孕药1号、2号在全国进入临床使用。

鉴于目前国内广泛采用的短效避孕药剂量仅为原始剂量的1/4，一般认为还是相当安全的。

虽然目前口服避孕药1号、2号的说明书上还是注明需停药6个月后才能怀孕。

但是资料显示，在停用这些药物6个月内怀孕的妇女中，出生的孩子的畸形率与未用药者的畸形率比较，两组并无差别。

不过，如果真有这种情况，最好向优生专家咨询，可以结合个人其他情况，作出综合判断。

对于第三代口服避孕药，如复方去氧孕烯（妈富隆）、复方孕二烯酮（敏定偶）、复方醋酸环丙孕酮（达英-35），停用的次月即可怀孕。

但从优生的角度而言，建议间隔2~3个月后，让卵巢的排卵功能和子宫内膜恢复良好后再怀孕。

宫内节育器 宫内节育器也就是通常所说的“环”。

一般来说，宫内节育器取出后，子宫腔和输卵管的内环境很快就能恢复到原来的状态。

但是怎么能知道身体的内环境已恢复到原来的状态了呢？

其实很简单，只要观察一下取出宫内节育器后第一个月的月经情况就可以了。

如果月经的持续的时间和量与未放置宫内节育器时差不多，那说明情况较好，你就可以准备怀孕了。

如果月经淋漓不净或量很多，为了使宝宝有个健康温暖的小巢，最好到医院检查一下，看看子宫腔内有无异常情况。

皮下埋植剂 现在使用的皮下埋植剂为左炔诺孕酮硅胶棒。

这些硅胶棒上有许多微小的孔隙，埋植后药物以恒定的剂量缓慢释放。

取出皮下埋植剂后，左炔诺孕酮在96小时后即从血浆中清除，所以在正常行经后，就可以怀孕了。

19.妇女剖宫产后几年可以再孕？

有的妇女第一胎进行了剖宫产，因还想再生一个孩子，所以很快又怀上厂第二胎。

其实这对孕妇身体健康和胎儿生长都很不利。

剖宫产按子宫切口部位可以分为子宫体部剖宫产和子宫下段剖宫产。

<<孕产期全程专家监护>>

无论哪种剖宫产，再孕时子宫均易发生破裂，造成致命危险。

子宫体部剖宫产由于体部肌层较厚，缝合时不易对合，且产后子宫复旧时子宫体部肌肉收缩明显，故体部切口愈合较差。

再次妊娠分娩时，体部瘢痕位于主动收缩部分，故容易发生破裂。

相比之下，子宫下段剖宫产由于肌层较薄，缝合时对位好，产后子宫复旧时此处也无明显收缩，故愈合较好，再次妊娠时子宫破裂的可能性也小。

据统计资料表明，子宫体部剖宫产再次妊娠后子宫破裂的发生率是子宫下段剖宫产的四倍。

但子宫下段剖宫产的妇女也需要经过一段恢复期后才能再次怀孕。

一般接受过剖宫产手术的妇女，如欲再次生育，最好间隔两年之后再怀孕，以给子宫一个充分愈合的时期。

尽管如此，在分娩时也还会有子宫破裂的现象。

所以，剖宫产的妇女切忌急于再怀孕。

那么有些妇女没有间隔到两年，又怀孕了怎么办？

对这部分人来说也不是都要她们去做人流手术。

剖宫产后做人工流产也有同样的问题，也是有风险的，如存在了。

宫穿孔的危险。

剖宫产后科学再孕应在医生的指导监测下，权衡利弊作出决定，而不是千篇一律争取流产的办法。

孕期应加强监护，减少发生子宫破裂的几率。

20. 远离有害物质 首先是停止酗酒、吸烟至少三个月以上，并远离二手烟。

众多研究表明，酗酒、吸烟会导致流产、低体重儿及产妇在产后的行动障碍。

男性若经常饮用葡萄酒、啤酒或烈性酒，会降低睾丸的激素分泌量，且会增加精液中不良精子的数量。

而烟草内的尼古丁及醇类物质对睾丸的生精上皮有直接毒性，可引起精子发育畸形、数量减少。

这种精子与卵细胞结合所形成的胎儿，其发育也将会受到不同程度的损害。

远离有害的化学物质（如苯、汞、铅汽油、油漆、二硫化碳、有机磷农药或麻醉剂等）及物理因素（如噪音、高温、射线等），不染发，少化妆。

还要远离宠物。

因为宠物如猫、狗等动物都可能携带危害胎儿健康的病原体如弓形虫等，可导致胎儿产生多种畸形，严重者可致狂犬病，因此准备怀孕的女性应远离宠物。

……

<<孕产期全程专家监护>>

编辑推荐

在女性的一生中，孕育一个小生命是一件最为幸福难忘的事情。

从计划怀孕到新生儿出生，年轻的父母会遇到很多问题。

怀孕会给孕妇带来一些生理和心理上的变化，而且随着胎龄的增加，又会出现诸如营养、健康、防病、胎教、防止胎儿畸形等方面的问题。

如何把十月怀胎看成一个快乐的过程而不是一种单纯的责任与负担，孕妇需要了解许多孕期知识，丈夫也需要了解孕妇生理、心理变化的基本特点和一些胎教知识，积极配合妻子孕育健康的宝宝。

<<孕产期全程专家监护>>

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>