

<<图解怀孕分娩育儿>>

图书基本信息

书名：<<图解怀孕分娩育儿>>

13位ISBN编号：9787543945319

10位ISBN编号：7543945312

出版时间：2011-1

出版时间：上海科技文献

作者：东方知语早教育儿中心

页数：337

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>

## <<图解怀孕分娩育儿>>

### 前言

怀孕对每一位女性来说，都是神圣而神奇的事情。

说它神圣，是因为其担负着人类繁衍的重任；说它神奇，是因为一个极其微小的受精卵成长为一个健康、活泼的小宝宝，这一过程是多么令人赞叹！

怀孕对每一位准妈妈来说，又是一个何等艰辛、漫长的过程！

从最初获知自己怀孕的喜悦，到渐渐感到有些不安，到因身心发生变化而感到有些彷徨，到遇到一些从来遇见过的难题而惊慌失措，准妈妈们承受着巨大的身体和精神的压力。

为了胎宝宝的健康，准妈妈们每天都小心翼翼，一举一动都格外当心——准妈妈要时刻注意营养，准时进行身体检查，养成良好的生活习惯，远离电磁辐射。

不能化妆美容，忍受孕吐、腰酸背痛、眩晕、下肢水肿，必须坚持锻炼，警惕各种孕期常见疾病，尤其要谨防流产、早产，要持之以恒地进行胎教……总之，准妈妈要做的事情很多，要了解的孕期知识更是多种多样。

熬过了10月怀胎，到了即将分娩的时刻，准妈妈在发自内心喜悦的同时，也不由自主地感到恐惧。

准妈妈不知道自己是该自然生产还是剖宫产，担心宝宝是否健康，自己能否忍受生产的疼痛，生产的过程是否能顺利，万一难产又该如何应对……顺利度过了分娩，准妈妈升级为新妈妈了。

看着自己怀里的小宝宝，新妈妈充满了幸福。

但不久新妈妈又开始感到紧张了，新妈妈不知道该如何喂养宝宝，万一母乳不够怎么办，该如何护理小宝宝，什么时候才能给宝宝添加辅食，什么时候才能教宝宝学坐、学爬、学走，宝宝患病了怎么办，该如何开发宝宝的智力……妈妈们饱尝不安、惊慌，甚至恐惧。

正因如此，我们编写了《图解怀孕分娩育儿》一书，系统地为准妈妈和新妈妈们讲解怀孕、分娩和育儿过程中会遇到的、可能出现的、应该特别注意的种种问题。

全书有针对性地分为怀孕、分娩、育儿三篇。

每一篇又按时间顺序分为若干章节，如将怀孕篇分为孕前期、孕1月、孕2月、孕3月、孕4月、孕5月、孕6月、孕7月、孕8月、孕9月、孕10月；将分娩篇分为分娩前、分娩中、分娩后；将育儿篇分为育1月、育2月、育3月、育4月、育5月、育6月、育7月、育8月、育9月、育10月、育11月、育12月。

每一章节又包括了众多内容，涵盖众多知识点。

《图解怀孕分娩育儿》一书脉络清晰，条理分明，内容通俗易懂，语言简洁亲切，具有很强的针对性、指导性、知识性、科学性。

此外，本书为方便理解、加深记忆，还配有众多精美插图，让人读来轻松愉悦、赏心悦目！

## <<图解怀孕分娩育儿>>

### 内容概要

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。

十月怀胎，一朝分娩，这其中的过程让每一位母亲体会到种种的苦乐酸甜。

宝宝从呱呱坠地开始，一天天长大，怎样才能让宝宝正常发育，顺利出世，健康成长，只每一对夫妇普遍关心的问题。

本书内容涵盖一个新生命的孕育与诞生、新生儿的哺育、婴幼儿的养育，对妊娠、分娩、育儿全程关注，倾力关怀，以专题的形式分别讲解妊娠期、分娩期、新生儿期、婴幼儿期母子的生理特点及日常生活、饮食营养保健、疾病防治等，并配有诙谐活泼、亲切生动的图片，文字通俗易懂，科学孕育宝宝的指导手册，是父母家庭生活保健的顾问。

## &lt;&lt;图解怀孕分娩育儿&gt;&gt;

## 书籍目录

怀孕篇 第一章 孕前期 了解生殖系统 了解怀孕原理 最佳的受孕年龄 最佳的受孕季节 最佳的受孕日子 最佳的受孕时刻 几种应该避免怀孕的情况 孕前的心理准备 孕前的生理准备 孕前的物质准备 孕前营养储备很重要 孕前要补充蛋白质 孕前要补钙 孕前要补铁 孕前要补锌 孕前要补充维生素 孕前补充叶酸不容忽视 孕前应做的身体检查 第二章 孕1月 胎宝宝的生长发育 准妈妈的身体变化 怀孕的症状 重要的初次检查 开始写“妊娠日记” 预产期的计算 了解怀孕的各个阶段 准妈妈腹痛须警惕 准妈妈阴道出血怎么办 孕1月营养原则 孕1月营养食谱 准妈妈应多吃坚果 准妈妈常吃鱼好处多 准妈妈应适量吃豆类食品 准妈妈吃番茄有讲究 容易导致流产的食物 准妈妈要远离电磁辐射 识别假孕真面目 孕1月胎教全攻略 第三章 孕2月 胎宝宝的生长发育 准妈妈的身体变化 必须进行定期检查 孕早期的心理调适 孕早期运动的注意事项 准妈妈应“早睡早起” 准妈妈千万不要浓妆艳抹 孕2月感冒了怎么办 准妈妈必须远离宠物 准妈妈正确应对鼻出血 准妈妈如何缓解疲劳 准妈妈如何防治呕吐 准妈妈应学会按摩 孕2月营养原则 孕2月营养食谱 准妈妈吃土豆要小心 了解宫外孕 孕2月胎教全攻略 第四章 孕3月 胎宝宝的生长发育 准妈妈的身体变化 孕早期如何做B超检查 准妈妈能做射线检查吗 孕早期服饰选择 准妈妈消化不良怎么办 准妈妈便秘怎么办 准妈妈要重视脚部保健 准妈妈面部按摩小技巧 孕3月营养原则 孕3月营养食谱 准妈妈常吃红枣好处多 准妈妈不宜全吃素 素食准妈妈如何调配饮食 准妈妈不宜过多饮茶 准妈妈何时多吃酸性食物 妊娠合并糖尿病有什么危害 认识流产 孕3月胎教全攻略 第五章 孕4月 胎宝宝的生长发育 准妈妈的身体变化 准妈妈如何安全沐浴 准妈妈要警惕噪声 准妈妈要远离汽油味 准妈妈应回避的工作 准妈妈要谨防煤气中毒 准妈妈分泌物增多怎么办 准妈妈孕中期保健操 孕中期能过性生活吗 孕4月营养原则 孕4月营养食谱 准妈妈最好不要用姜调味 准妈妈不宜多吃粗粮 准妈妈千万不宜服用的药物 孕4月胎教全攻略 第六章 孕5月 胎宝宝的生长发育 准妈妈的身体变化 孕中期心理调适 孕中期宫缩正常吗 准妈妈贫血怎么办 准妈妈缺钙怎么办 准妈妈适当游泳好处多 准妈妈睡姿有讲究 准妈妈不宜长时间看电视 孕5月营养原则 孕5月营养食谱 孕中期准妈妈适合喝的汤 准妈妈应适当饮用牛奶 准妈妈不宜吃火锅 双胞胎是怎么回事 孕5月胎教全攻略 第七章 孕6月 胎宝宝的生长发育 准妈妈的身体变化 孕中期服饰选择 准妈妈看书有讲究 准妈妈适当午睡身体好 准妈妈放松按摩 准妈妈要慎待预防针 准妈妈背痛怎么办 准妈妈多汗怎么办 准妈妈如何应对眩晕 准妈妈气喘气急是怎么回事 孕6月营养原则 孕6月营养食谱 准妈妈常吃嫩玉米好处多 准妈妈吃水果也要适量 提前做羊水检查有利优生 准妈妈如何进行乳房护理 孕6月胎教全攻略 第八章 孕7月 胎宝宝的生长发育 准妈妈的身体变化 孕中期做几次B超检查好 准妈妈得了痔疮怎么办 准妈妈要警惕妇科炎症 准妈妈得了乙肝怎么办 正确对待孕期的五官变化 准妈妈要学会测胎动 准妈妈要及时测量骨盆 孕7月营养原则 孕7月营养食谱 准妈妈常吃花生好处多 准妈妈饮水有讲究 准妈妈不宜喝咖啡 什么是母儿血型不合 认识早产 孕7月胎教全攻略 第九章 孕8月 胎宝宝的生长发育 准妈妈的身体变化 孕晚期心理调适 孕晚期睡眠对策 孕晚期最好不要戴隐形眼镜 孕晚期运动的注意事项 准妈妈下肢水肿怎么办 准妈妈坐骨神经痛怎么办 准妈妈皮肤瘙痒怎么办 准妈妈如何预防妊娠纹 准妈妈如何预防妊娠高血压综合征 孕8月营养原则 孕8月营养食谱 准妈妈宜适量吃海带 准妈妈忌食桂圆 自我矫正胎位不正 孕8月胎教全攻略 第十章 孕9月 胎宝宝的生长发育 准妈妈的身体变化 孕晚期准妈妈要控制体重 孕晚期不宜坐浴 孕晚期胎动减少正常吗 孕晚期后背发麻谨防流产 准妈妈脸上出现雀斑会退吗 准妈妈刷牙很容易出血怎么办 孕9月营养原则 孕9月营养食谱 孕晚期膳食要讲究质量 准妈妈不要吃罐头食品 准妈妈不要过多食用动物肝脏 了解妊娠毒血症 孕9月胎教全攻略 第十一章 孕10月 胎宝宝的生长发育 准妈妈的身体变化 孕10月心理调适 羊水过多究竟好不好 正确认识前期破水和早期破水 正确认识胎盘早期剥离 正确认识前置胎盘 孕晚期如何做孕妇体操 孕10月准妈妈忌远行 孕10月准妈妈失眠怎么办 孕10月营养原则 孕10月营养食谱 孕10月准妈妈应补充维生素E 哪些准妈妈要提前住院待产 住院前的准备 孕10月胎教全攻略 分娩篇 第一章 分娩前 分娩前的情绪调整 预产期到了为何没生产 了解无痛分娩 了解自然分娩 了解剖宫产 临产6忌 临产信号知多少 临产前的营养准备 临产前最好吃点巧克力 了解影响分娩的三因素 宫缩乏力如何预防 宫缩过强有哪些危害 如何判断宫缩是否正常 子宫缩复作用 了解假

## &lt;&lt;图解怀孕分娩育儿&gt;&gt;

临产 临产前要排空大小便 新生儿用具的准备 第二章 分娩中 分娩第一期的过程 如何顺利度过第一期 分娩第二期的过程 如何顺利度过第二期 分娩第三期的过程 产痛知多少 了解会阴切开 分娩时不宜大喊大叫 分娩中用力的技巧 分娩时的正确呼吸法 缩宫素有害吗 什么是产钳术 麻醉分娩是怎么回事 难产及应对措施 矮个子的准妈妈会 不会较易难产 高龄准妈妈一定要剖宫产吗

第三章 分娩后 产后多长时间为产褥期 产后的科学护理 产后的注意事项 产后生活小提示 恶露的处理 产后要注意外阴卫生 产后会阴伤口的自我护理 产后排不出尿怎么办 月子里到底能不能刷牙 产后应适当进补红糖 产后营养食谱 产后要及时下床活动 产后洗澡的注意事项 产褥体操 产后身体调养八误区 产后瘦身4误区 祛黄褐斑食疗方 产后乳房护理 胀奶的处理方法 产后喝催乳汤有学问 产后忌性生活过早 产后如何预防脱发 产后要预防消化不良 产后如何预防肥胖 预防产后抑郁症育儿篇 第一章 出生后1个月 1个月宝宝的生长发育 母乳喂养好处多 宝贵的初乳 一天中应给宝宝喂几次奶 给宝宝喂奶的正确方法 如何知道宝宝吃饱了 新生宝宝的脐带护理 如何给宝宝洗澡 注意保护新生宝宝的囟门 正确方式抱新生儿 如何给宝宝选择衣服 如何为宝宝选择尿布 宝宝什么睡姿最好 要不要给宝宝剃“满月头” 要不要给宝宝喂水 新生儿黄疸是怎么回事 新生儿宝宝如何防治鹅口疮 出生后1个月的宝宝的智能训练 第二章 出生后2个月 2个月宝宝的生长发育 2个月宝宝的喂养 母乳不足时的喂养方法 奶粉的调配方法 不要让宝宝边吃边睡 宝宝吐奶是怎么回事 小宝宝的眼部护理 小宝宝的鼻部护理 小宝宝的耳部护理 小宝宝的皮肤护理 小宝宝要注意保暖 小宝宝睡觉时不要捆好 宝宝流泪不止是怎么回事 宝宝脐疝是怎么回事 宝宝定期检查很重要 早产宝宝的特殊护理 2个月宝宝的智能训练 第三章 出生后3个月 3个月宝宝的生长发育 3个月宝宝的喂养 3个月宝宝是否应该 添加辅食 小宝宝爱哭怎么办 小宝宝发热怎么办 小宝宝腹泻怎么办 宝宝拒哺的原因 宝宝需要补充鱼肝油吗 多抱宝宝好不好 不可过多亲吻宝宝 宝宝奶瓶的清洁方法 宝宝户外活动知多少 宝宝穿多少合适 宝宝枕头的选择 宝宝腹泻期间别吃“糖丸” 宝宝便便隐藏的信号 3个月宝宝的智能训练 第四章 出生后4个月 4个月宝宝的生长发育 4个月宝宝的喂养 4个月宝宝的营养食谱 如何给宝宝添加蛋黄 宝宝体重过重的原因 宝宝体重过轻的原因 不要过分摇宝宝 宝宝也要穿袜子 如何给宝宝穿脱衣服 给宝宝煮牛奶的注意事项 不要只用米粉喂养宝宝 为宝宝剪指甲的小窍门 宝宝指甲隐藏的信号 宝宝喜欢被抚摩的感觉 4个月宝宝的智能训练 第五章 出生后5个月 5个月宝宝的生长发育 5个月宝宝的喂养 5个月宝宝的营养食谱 给宝宝按摩 不要强行制止宝宝哭 怎样判断宝宝是否缺水 宝宝消化不良怎么办 宝宝便秘了怎么办 给宝宝做做空气浴 过早让宝宝学坐好不好 如何防治宝宝痱子 如何预防宝宝贫血 宝宝接种疫苗千万别提前 宝宝接种疫苗后要警惕 5个月宝宝的智能训练 第六章 出生后6个月 6个月宝宝的生长发育 6个月宝宝的喂养 6个月宝宝的营养食谱 宝宝从何时可以吃成食 婴儿车的选择 宝宝玩拨浪鼓益处多 宝宝什么情况下不能洗澡 宝宝睡眠时间颠倒怎么办 哄宝宝睡觉的小技巧 让宝宝磨磨牙床 宝宝湿疹怎么办 宝宝脖子下面的红疙瘩是怎么回事 宝宝斜颈怎么办 教宝宝学翻身 6个月宝宝的智能训练 第七章 出生后7个月 7个月宝宝的生长发育 7个月宝宝的喂养 7个月宝宝的营养食谱 宝宝要吃得淡一些 宝宝吃味精一定要斤斤计较 宝宝厌食怎么办 宝宝斜视怎么办 宝宝如何预防蛀牙 帮助宝宝有意识地叫人 宝宝爱流口水怎么办 宝宝倒睫怎么办 宝宝长牙会引起发热腹泻吗 宝宝要预防维生素A缺乏病 宝宝要预防维生素B1缺乏病 宝宝要预防维生素C缺乏病 7个月宝宝的智能训练 第八章 出生后8个月 8个月宝宝的生长发育 8个月宝宝的喂养 8个月宝宝的营养食谱 宝宝“认生”怎么办哪 如何教宝宝学爬行 让宝宝学学自己进食 怎样给宝宝选择护肤品 宝宝呕吐必须重视 警惕宝宝尿路感染 宝宝患了麻疹如何护理 什么是宝宝急疹 宝宝患水痘怎么办 宝宝防治佝偻病很重要 8个月宝宝的智能训练 第九章 出生后9个月 9个月宝宝的生长发育 9个月宝宝的喂养 9个月宝宝的营养食谱 宝宝吃蜂蜜好不好 宝宝喝牛奶六不宜 宝宝牛奶健康食谱 宝宝豆浆健康食谱 正确给宝宝补充蛋白质 给宝宝选双合适的鞋 学步车的利弊 宝宝惊厥如何护理 宝宝患了哮喘怎么办 宝宝患了口腔溃疡怎么办 9个月宝宝还没长牙正常吗 9个月宝宝的智能训练 第十章 出生后10个月 10个月宝宝的生长发育 10个月宝宝的喂养 10个月宝宝的营养食谱 12款宝宝健康蔬果汁 给宝宝适当补点锌 宝宝不宜蒙头睡觉 宝宝户外活动的注意事项 如何让宝宝停止打嗝 宝宝有耳屎怎么办 宝宝鼻出血怎么办 如何预防宝宝尿布疹 宝宝感冒了怎么办 宝宝误吞异物怎么办 10个月宝宝的智能训练 第十一章 出生后11个月 11个月宝宝的生长发育 11个月宝宝的喂养 11个月宝宝的营养食谱 给

<<图解怀孕分娩育儿>>

宝宝补点钙 几款适合宝宝的补钙辅食 关于宝宝吃水果 关于宝宝吃零食 甜食过量不利宝宝健康和宝宝做做健康操 宝宝烂嘴角的原因 不要轻视扁桃体炎 如何给宝宝喂药 什么是隐睾症 11个月宝宝的智能训练 第十二章 出生后12个月 12个月宝宝的生长发育 12个月宝宝的喂养 12个月宝宝的营养食谱 宝宝不爱吃蔬菜怎么办 宝宝吮手指要纠正吗 宝宝玩小鸡鸡要纠正吗 12个月宝宝的衣服选择 宝宝的开裆裤要穿多久 如何教宝宝学走路 预防宝宝“八字脚” 如何预防宝宝百日咳 宝宝急性上呼吸道感染的护理 如何给宝宝顺利断奶 宝宝断奶后不要断牛奶 12个月宝宝的智能训练

<<图解怀孕分娩育儿>>

章节摘录

插图：

## <<图解怀孕分娩育儿>>

### 编辑推荐

《图解怀孕分娩育儿(全彩版)》：一部从中国年轻父母的实际需要出发，真正实用的孕产、育儿百科，由国内产科、遗传学、产前诊断、新生儿护理、儿童保健、早期教育等领域的权威专家共同打造而成，旨在帮助中国年轻父母轻松度过孕产期，解决育儿难题。



<<图解怀孕分娩育儿>>

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>