第一图书网, tushu007.com

<<孕产妇优生保健1000问>>

图书基本信息

书名：<<孕产妇优生保健1000问>>

13位ISBN编号：9787802022058

10位ISBN编号：7802022053

出版时间：2006-1

出版时间：中国人口出版社

作者：李兴春

页数：592

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

内容概要

我们是一支热爱孩子的团队，我们的专家来自首都权威的医疗及研究机构，正致力于一项崇高而神圣的事业；呈现在您面前的不仅仅是一本图书，您将得到专家一对一的个性化服务；当您在孕育和养育宝宝的过程中有什么困惑和疑问，请关注《孕产妇优生保健1000问》！

《孕产妇优生保健1000问》是一本有利于优生防畸、提高新生儿素质的科普读物，对青年夫妇生个健康、聪明、可爱的宝宝具有十分重要的指导意义，是育龄男女必备之书。

书籍目录

第一篇 怀孕前准备1.妇女怀孕的最佳年龄是多少／0012.过早生孩子好不好／0023.超过29岁生孩子有何不好／0024.男子最佳生育年龄为多大／0035.怀孕前应做好哪些准备／0046.妻子怀孕前丈夫应注意哪些问题／0057.什么人需要进行孕前遗传咨询／0058.妇女停用避孕药可以马上怀孕吗／0069.妇女去掉避孕环后可以马上怀孕吗／00710.近期接受过X线照射的妇女为何不要急于怀孕／00711.多次做人工流产为什么对再次怀孕不利／00712.流产后的妇女能尽快再孕吗／00813.妇女剖宫产后多久怀孕好／00814.习惯性流产妇女想再次怀孕该怎样做／00915.营养不良妇女可以怀孕吗／01016.患贫血病的妇女为何暂时不要怀孕／01017.患高血压的妇女可以怀孕吗／01118.妇女患心脏病时可否怀孕／01119.妇女患哮喘病可以怀孕吗／01220.患肺结核的妇女为什么忌怀孕／01321.患糖尿病的妇女为何不可以怀孕／01322.患肾炎的妇女可以怀孕吗／01423.患白血病的妇女为什么严禁怀孕／01424.患甲亢病的妇女为何不可怀孕／01525.患类风湿病的妇女不可以怀孕／01526.患系统性红斑狼疮的妇女怀孕有哪些危害／01627.妇女患外阴尖锐湿疣要忌怀孕／01628.患淋病的妇女怀孕有何危害／01729.患梅毒妇女怀孕有哪些危害／01730.严重驼背妇女怀孕有何不利／01831.患肝炎病的妇女可以怀孕吗／01832.子宫肌瘤对妊娠、分娩有何影响／01933.妇女患附件炎能怀孕吗／01934.妇女有过葡萄胎还能怀孕吗／02035.患病妇女应停药多久再怀孕／02036.准备怀孕的夫妻不要服用安眠药／02137.“同病相恋”与下一代有何关系／02138.妇女带病妊娠有何危险／02239.受精怀孕是怎样一个过程／02240.什么叫性激素／02341.人体的性激素都有什么作用／02342.受孕择月份有何意义／02443.受孕应怎样选择时机／02544.选择什么时间同房才能怀孕／02645.妇女测基础体温与怀孕有何关系／02746.怎样掌握性生活的频率和时间／02747.性生活中性器官的卫生要点，02848.新婚夫妇性生活中应注意哪些问题／02949.妇女孕前饮食有何重要意义／02950.为什么说孕前营养补充对孕期头3个月十分重要／03151.妇女孕前补充蛋白质有何意义／03152.妇女怀孕前必须补钙吗／03253.妇女怀孕前为何要补铁／03254.妇女孕前补锌有何作用／03355.妇女怀孕前为何要补充叶酸／03456.妇女孕前为何要补充维生素A／03457.妇女怀孕前不可缺乏维生素B1／03458.妇女在孕前宜补充维生素B2／03559.为什么妇女孕前不可缺维生素C／03560.孕前妇女为何不可缺乏维生素E／03661.哪些食物可净化夫妻内环境有利于怀孕／03662.妇女怀孕前多久戒烟为宜／03763.喝酒妇女准备怀孕为何要忌酒／03764.妇女在怀孕前为何要忌食棉籽油／03865.身体肥胖的妇女怀孕前为何要限制胆固醇的摄入／03866.妻子准备怀孕丈夫饮食有哪些要求／03867.妻子准备怀孕丈夫为何要补锌／03968.妻子准备怀孕丈夫为何要补充维生素A／04069.男性饮酒对优生有何影响／04070.妻子准备怀孕丈夫为何不可吸烟／04171.妻子怀孕丈夫应忌用哪些药物／04272.妻子准备怀孕时丈夫不要接触哪些农药／04273.什么叫不孕症／04374.女性不孕的原因有哪些，应做哪些检查／04375.男性不育的原因是什么，应做哪些检查／04476.怎样知道自己怀孕了／045第二篇 孕妇保健与优生孕妇饮食1.孕妇加强营养的意义是什么／0462.为什么说孕妇营养与胎儿营养密切相关／0473.为什么要求孕妇营养平衡／0484.为什么说合理进食对孕妇很重要／0485.孕妇营养平衡宜吃、忌吃哪些食物／0496.孕妇饮食的一般注意事项有哪些／0507.孕妇饮食为何要强调定时定量／0508.妇女妊娠期需要哪些主要营养素／0519.孕妇身体哪些变化需要补充营养／05210.胎儿发育需要哪些大量营养成分／05211.孕妇营养补充与分娩和身体恢复有何关系／05312.为什么说营养充足是为产后婴儿哺乳做准备／05413.孕妇为何需要充足的热能／05414.孕妇对蛋白质的要求是怎样的／05515.孕妇蛋白质缺乏对胎儿有哪些影响／05616.孕妇需要补充多少铁／05717.孕妇多吃哪些食物可保证铁质的供应／05818.孕妇为何必须补充钙、磷／05819.孕妇不同时期对补钙有何要求／05920.孕妇怎样注意摄取微量元素／05921.为什么说孕妇摄入脂类食物是有益的／0604.妊娠1个月保胎要注意什么／3015.妊娠2个月(4-7周)胎儿发育是什么样的／3026.妊娠2个月孕妇会出现哪些征象／3037.妊娠2个月孕妇应注意哪些问题／3048.妊娠2个月保胎要注意什么／3049.妊娠3个月(8～11周)胎儿发育情况是什么样的／30510.妊娠3个月孕妇身体特征是什么样的／30511.妊娠3个月时应如何防止流产和致畸／30612.妊娠3个月时保胎应注意什么／30713.早期妊娠对胎儿的发育为什么特别重要／30714.整个妊娠早期胎儿发育是什么样的／30815.为什么说怀孕初期是防止先天性缺陷发生的关键时期／30916.怀孕早期应做哪些保健／30917.妊娠早期孕妇生活中应注意哪些事项／31018.孕妇在怀孕早期有哪些营养要求／31119.妊娠早期孕妇饮食调摄原则是什么／31220.妊娠早期每日膳食结构应是什么样的／31221.为什么孕妇在怀孕早期不宜多吃动物肝脏／31322.怀孕早

期孕妇厌食油腻应吃什么补充脂肪／31323.为什么孕妇在妊娠早期会发生呕吐／31424.妊娠剧吐应如何办／31525.妊娠反应在饮食上如何调理／31526.妊娠呕吐者禁食好吗／31627.可治孕妇呕吐的药膳有哪些／31728.妊娠呕吐应采取何种治疗方法／31729.孕妇妊娠早期患风疹后为何不要继续妊娠／31830.孕妇早期患感冒对胎儿有何影响／31931.孕妇在妊娠早期发生胃烧灼疼痛怎样处理／31932.妊娠早期孕妇要不要选择睡姿／32033.怀孕早期孕妇洗澡水为什么不宜太热／32034.孕妇为什么在怀孕早期不宜多用洗涤剂／32135.怀孕早期能做妇科检查吗／32136.怀孕早期能做B超吗／322妊娠中期注意事项／3231.妊娠4个月(12～15周)胎儿发育是什么样的／3232.妊娠4个月孕妇身体有何变化及感受／3233.妊娠4个月时孕妇保健应注意哪些事项／3244.妊娠4个月保胎注意什么／3255.妊娠4个月怎样开始进行胎教／3256.妊娠4个月怎样预防胎儿致畸／3267.妊娠4个月哪些孕妇要做产前检查第一次复诊／3268.妊娠5个月(16～19周)胎儿发育情况是什么样的／3279.妊娠5个月孕妇身体会有哪些变化／32710.妊娠5个月保胎注意什么／32811.不利于胎儿脑发育的食品有哪些／32812.为什么说妊娠5个月是进行胎教的好机会／32913.妊娠5个月孕妇怎样养护乳房／33014.怎样纠正孕妇内陷乳头／33015.孕妇游泳要做哪些身体检查／33116.妊娠6个月(20～23周)胎儿发育情况是什么样的／33117.妊娠6个月孕妇身体有何变化／33218.妊娠6个月保胎应注意什么／33319.妊娠6个月胎儿喜欢什么音乐／33320.妊娠5-6个月为何易发生贫血／33421.妊娠7个月(24～27周)胎儿发育成什么样／33422.妊娠7个月孕妇身体变化是什么样的／33523.妊娠7个月孕妇发生不适怎样处理／33524.妊娠7个月后孕妇为什么常出现脚肿／33625.妊娠7个月后孕妇为何发生静脉曲张／33726.妊娠7个月保胎要注意什么／33727.妊娠中期如何调节饮食有利优生／33828.孕妇在妊娠中期对营养素的需要是怎样的／33829.妊娠中期饮食安排要注意什么／33930.为什么说妊娠中期需要补充优质蛋白质／34031.妊娠中期为什么孕妇要多补充脂肪／34132.妊娠中期孕妇为什么要及时补充钙质／34233.妊娠中期孕妇为什么要注意补铁／34234.怀孕中期为何要增加锌的摄入／34335.妊娠中期孕妇为何要注意补充碘／34336.妊娠中期孕妇为何要注意补充维生素／34437.孕妇在妊娠中期每天应吃哪些食物，吃多大量为宜／34538.妊娠中期孕妇的起居要注意些什么／34639.怀孕中期孕妇应注意哪些保健／34740.妊娠中、晚期发生头晕、眼花是什么原因／34741.健康的孕妇在妊娠中晚期出现心慌气短是怎么回事／348妊娠晚期注意事项／3481.妊娠8个月(28～31周)胎儿发育的状况是什么样的／3482.妊娠8个月孕妇身体变化是什么情况／3493.妊娠8个月孕妇生活应注意什么／3504.从妊娠8个月开始应怎样避免胎儿长得太快／3515.妊娠8个月时为何容易发生早产／3516.妊娠8个月保胎注意什么／3527.妊娠9个月(32～35周)胎儿发育情况是什么样的／3538.妊娠9个月孕妇身体有何变化／3539.哪些孕妇到妊娠9个月应进行产前诊断／35410.妊娠9个月保胎注意什么／35411.孕妇怎样进行助产呼吸技巧的练习／35512.妊娠9个月孕妇生活应注意什么／35513.妊娠10个月(36～40周)胎儿发育情况是什么样的，35614.妊娠10个月孕妇身体变化情况是什么样的／35715.孕妇在妊娠10个月时为何尿频，应注意什么／35716.妊娠10个月孕妇应如何注意防治便秘／35817.孕妇到妊娠10月如何预防夜晚失眠.／35818.妊娠第10个月保胎注意什么／35919、孕妇在妊娠晚期饮食调理的要求是什么／36020.妊娠晚期多吃什么有利于优生／36121.妊娠晚期孕妇可能出现哪些情况.应注意什么／36122.妊娠晚期应注意哪些保健／36223.临近分娩孕妇还要不要坚持散步／36324.孕妇妊娠晚期旅行应做哪些准备／36425.妊娠晚期出现类早孕反应怎么办／36426.孕妇晚期发生妊娠水肿宜用哪些食疗方／36527.妊娠晚期为什么易患泌尿系感染／36528.妊娠晚期为何常出现便秘／36629.妊娠晚期发生便秘应怎样处理／36630.妊娠晚期怎样减轻痔疮的烦忧／36731.孕妇为什么在妊娠晚期易患坐骨神经痛／36732.要特别注意妊晚期的自我诊断／36833.有哪些情况的孕妇应注意胎儿出生前的检查／36934.胎位异常包括哪几种情况／36935.什么叫外倒转术，怎样做／37036.胎儿臀位应何时纠正好／37137.纠正臀位的方法有哪几种／37138.妊娠足月胎儿“头浮”怎么办／37239.早产有何征象／37340.孕妇发生早产的原因有哪些／37341.预防早产有哪些措施／37442.过期妊娠有何不好，怎样处理过期妊娠／37543.孕妇在临分娩前宜吃哪些食物／37644.孩子出生前应给他(她)做好哪些准备／376第三篇 产妇保健与防病分娩指导／3781.什么是临产，什么是假临产／3782.孕妇什么时候入院待产好／3793.高危孕妇为何要早些时间入院待产／3794.孕妇怎样知道自己即将分娩／3805.什么是足月分娩／3816.到预产期就一定分娩吗／3817.孕妇入院待产如何运送好／3828.产妇分娩时为什么要进食，选择什么食物好／3829.产妇分娩时应吃哪些利产催生的粥品／38310.产妇临产时为什么要灌肠／38311.哪些情况产妇不宜灌肠／38412.产妇分娩前为什么要刮掉阴毛／38413.临产产妇为什么要排净小便／38514.临产产妇大便应注意什么／38515.怎样才能做到无痛分

娩／38516.什么是家庭式产房，其意义何在／38617.什么是导乐陪伴分娩／38618.使分娩顺利的因素有哪些／38719.产妇有几种分娩方式／38720.产妇分娩有几种姿势／38821.什么是产力，如何保护好产力／38822.产道在分娩中有什么重要性／38923.做好精神准备对分娩有什么作用／39024.产妇应怎样做有利顺利分娩／39025.产妇应掌握哪些助产动作／39126.分娩分为几个阶段／39127.第一产程产妇应如何配合／39228.第二产程产妇如何配合／39329.第三产程产妇应如何配合／39330.影响产程长短的因素有哪些／39431.产妇分娩痛苦的因素有哪些／39432.分娩期间为什么要注意胎动／39533.分娩时为什么应经常听胎心／39634.胎儿监测仪在分娩中有什么用途／39635.肛查在产程中有什么作用／39736.产程中出现哪些情况应做阴道检查／39737.正常情况下什么时间破膜／39738.“开骨缝”是怎么回事／39839.产妇分娩时为什么不要大喊大叫／39840.产妇临产“十忌”是什么／39941.临产时胎儿未娩出就有大量阴道出血是正常现象吗／40042.产妇在产程中感到剧烈腹痛是什么原因／40143.分娩过程中能用镇痛药或麻醉药止痛吗／40144.分娩时正常婴儿是如何通过产道出生的／40245.巨大儿分娩时对母子有什么影响／40246.胎盘应在什么时间娩出／40347.胎盘怎样从子宫剥离娩出／40348.产妇分娩后为什么还要在产房观察2小时／40449.自然分娩有什么好处／40450.自然分娩、剖宫产如何选择／40551.什么是难产，发生难产的原因有哪些／40552.怎样避免难产／40653.妇女个子矮骨盆就一定小吗，就会难产吗／40754.什么是正常的宫缩／40755.宫缩乏力是怎么回事／40856.什么原因可以引起宫缩乏力，40857.如何避免宫缩乏力／40958.什么是宫缩过强，有哪些危害／40959.什么叫滞产，怎样预防滞产／41060.什么是急产，有什么危害／41061.在家中发生急产怎么办／41162.在去医院的路上发生急产怎么办／41163.双胎与单胎分娩有什么不同／41264.双胎分娩时应注意什么／41265.分娩时产道裂伤的表现有哪些／41366.什么是引产，在什么情况下需要引产／41367.什么是胎位，什么样的是正常胎位、异常胎位／41368.胎儿头位正常为什么分娩时又不正常／41469.什么是持续性枕横位、枕后位／41470.什么是面先露／41571.胎横位有什么危险／41572.防止胎横位发生应注意什么／41673.什么是臀位，有几种类型／41674.臀位分娩和头位分娩有什么不同／41675.臀位应采取哪种分娩方式／41776.臀位出现早破膜应怎么办／41777.发生早破水是什么原因／41878.胎膜早破时怎么办／41879.羊水混浊说明发生了什么情况／41980.什么是脐带脱垂.引起脐带脱垂的原因是什么／41981.脐带脱垂有什么危害／42082.什么是胎盘滞留.应采取哪些措施／42083.引起胎盘滞留有哪些原因／42184.什么是会阴裂伤，应如何处／42185.子宫破裂与哪些因素有关／42286.怎样预防子宫破裂／42387.什么是会阴侧切术，哪些妇女需要做会阴侧切／42388.如何减轻会阴切开术的伤口疼痛／42489.什么是剖宫产，什么情况下需要做剖宫产／42490.剖宫产有哪些好处和不利因素／42591.为什么做剖宫术的孕妇越来越多／42692.剖宫产的孩子真聪明吗／42793.剖宫产时产妇怎样配合／42794.剖宫产术后产妇要注意什么／42895.剖宫产后生活要注意什么／42896.什么是胎头吸引术／42997.什么情况下适用胎头吸引术／42998.什么是产钳术／430产妇饮食／4301.产妇饮食调养的重要性是什么／4302.产妇应怎样调理饮食／4313.产妇恢复期饮食调养原则有哪些／4324.产妇应注意补充哪些营养素／4335.产后头几天的饮食怎样安排／4346.产妇为什么要补充蛋白质／4347.产妇为何补钙／4358.产妇如何补铁／4359.产妇饮食为什么要补充维生素／43610.产妇怎样注意饮食卫生／43711.产妇饮食为什么要注意烹调方法／43712.产妇每天所需食物及推荐量是怎样的／43813.产妇为什么要多吃蔬菜、水果／43814.产妇为什么吃红糖好，吃多长时间为宜／43915.产妇为什么吃炖公鸡好／44016.产妇为什么吃鸡蛋好／44017.产妇吃鸡蛋越多越好吗／44018.有的产妇为什么要吃醪糟蛋／44119.产妇为什么吃鲤鱼好／44120.为什么说产妇多吃芝麻好／44221.产妇多吃小米粥好吗／44222.产后食用山楂有什么好处144223.产后食用桂圆对身体恢复有什么好处／44324.产妇饮牛奶和高质量的清汤为什么好144325.产妇宜用的清暑饮料有哪些／44426.剖宫产术后的产妇吃什么好／44427.有利产妇增乳的营养素和食物有哪些／44528.产妇怎样保证有充足的乳汁喂养新生儿／44629.常用催乳食谱有哪些／44630.产妇乳汁偏少采用哪些食疗方／44731.怎样用中药催乳／44832.产妇饮用麦乳精为何不利哺乳／44833.产妇在月子里应忌食哪些食物／44934.产妇在月子里过多食用巧克力有什么不好144935.产妇为什么在分娩后3个月内少吃或不吃味精／45036.哪些产妇应忌多食糖和盐／45037.红糖白糖怎样选用／45138.产妇要克服哪些不良饮食习惯／45139.产妇为什么不能急于节食／45240.产妇过多的滋补有什么害处／45241.产妇在滋补方面应注意什么／45342.产妇为什么不能吸烟、喝酒／45343.临产期、哺乳期为什么忌饮茶／45444.有会阴切口或腹部刀口的产妇能吃海鲜吗／454产妇保健／4551.什么是产褥期／4552.产妇要懂得哪些情况是产褥期正常现象／4553.产妇在产后体形发生变化

原因是什么／4564.产后恢复有几个阶段／4575.产妇需要在医院住多长时间／4576.产妇能否下床活动／4587.怎样为产妇创造一个良好的休息条件／4588.产妇居室为什么不要常关／1闭窗／4599.产妇为什么不宜睡弹簧床／46010.月子里产妇怎样卧床休息好／46011.产妇坐月子能出屋吗／46112.产妇在月子里穿什么衣服好／46113.产妇为什么不能穿戴过多／46214.产妇在月子里为什么要勤换衣服／46215.产妇可以戴乳罩吗／46316.产妇怎样选购乳罩／46317.产妇佩戴使用乳罩应注意哪些／46418.产妇紧腹束腰有哪些危害／46419.哪些产妇可使用腹带／46520.产妇能不能刷牙／46521.产妇刷牙应注意什么／46622.产妇能洗头吗／46623.月子中怎样选用药水洗头／46724.月子中产妇梳头会患头风吗／46725.产妇能不能洗澡／46826.月子里洗澡应注意什么／46827.产妇可以用哪些药水洗澡／46928.产妇为什么忌洗盆浴，47029.产妇用热水泡脚有哪些好处／47130.产后如何护理会阴部／47131.怎样注意产褥卫生／47232.产后为什么尿量多，为何要及时排尿／47233.为什么产后出汗多／47334.产后出汗多如何护理／47335.什么是恶露／47436.怎样观察恶露／47437.什么是子宫复旧，做哪些运动有利子宫复旧／47438.产后的子宫什么时候复原／47539.产妇如何注意劳逸结合／47540.哺乳期怎样保护乳房／47641.如何注意产后的乳头卫生／47742.产后奶胀怎么办／47743.奶胀时为何挤奶／47844.怎样预防产后乳房下垂／47845.哺乳会影响体型吗／47946.产后如何恢复体型美／47947.产妇参加锻炼有什么好处／48048.产妇在月子里应怎样锻炼／48149.在产褥期不宜参加哪些锻炼／48250.产后锻炼要注意什么／48351.剖宫产后应参加哪些锻炼／48352.怎样才能预防产后肥胖／48453.产妇为什么不要浓妆艳抹／48454.产后可以读书看报吗／48555.产妇怎样看电视有利保健／48556.产妇可以吹电风扇吗／48657.产后42天为什么要做产后检查，检查什么内容／48658.产褥期间为什么不宜进行性生活／48759.怎样安排产后性生活时间／48860.分娩后妇女为什么会出现性欲淡漠／48861.怎样纠正妇女生孩子后的性冷漠／48962.产后恢复期的性生活有哪些禁忌／48963.会阴切开的产妇会影响性生活吗／49064.产后什么时候来月经／49065.产妇怎样避孕／49166.严后什么时候放宫内节育器／49167.产后什么时候可以做绝育手术／492产妇防病用药／4921.何为恶露不净／4922.产后恶露过期不净应采取哪些治疗措施／4933.治疗恶露不净的食疗方有哪些／4944.什么是产褥感染.有哪些危害／4945.怎样预防产褥感染／4956.适宜产褥感染患者食用的食疗方有哪些／4957.产褥期发热的常见原因有哪些／4968.什么是产后风／4969.为什么在产后会出现宫缩性腹痛.怎么办／49710.辅助治疗产后腹痛的食疗方有哪些／49711.产后阴道疼是怎么回事，应如何治疗／49812.什么是子宫脱垂，怎样预防子宫脱垂／49913.辅助治疗子宫脱垂的食疗方有哪些／49914.怎样预防产后子宫变位／50015.预防产妇子宫复旧不全应注意什么／50016.什么是产后出血，出血原因是什么／50117.预防产后出血有哪些措施／50218.什么是晚期产后出血.怎么办／50219.产后为什么会出现尿失禁／50320.产妇改善尿失禁应做哪些保健操／50321.发生产后尿潴留的常见原因有哪些／50422.怎样防治产后尿潴留／50423.产后为什么会患膀胱炎及肾盂肾炎／50524.辅助治疗产后泌尿系感染的食疗方有哪些／50625.产后贫血是怎样引起的，应吃哪些食疗方／50626.产后为何容易发生腰背痛，怎样防治／50727.产后为什么易发生消化不良／50828.辅助治疗产后消化不良的食疗方有哪些／50829.产后为什么会出现便秘，如何防治／50930.辅助治疗产后便秘的食疗方有哪些／50931.产后怎样预防痔疮发生／51032.产妇发生肛裂的原因有哪些／51033.产妇怎样防治肛裂／51134.怎样防治产后盆腔静脉曲张／51135.产妇如何防治肌纤维组织炎／51236.产后身痛怎么办／51337.产后尾骨痛是怎么回事，如何防治／51438.产后耻骨疼痛是怎么回事，怎样防治／51439.产后出现腕部痛是怎么回事，怎么预防／51540.怎样预防产后足跟痛／51641.产后为什么要严防感冒／51642.辅助治疗产后感冒的食疗方有哪些／51643.怎样预防心力衰竭／51744.产后怎样治疗乳头皲裂／51745.急性乳腺炎是怎样引起的／51846.怎样防治急性乳腺炎／51847.辅助治疗急性乳腺炎的食疗方有哪些／51948.夏天坐月子怎样预防中暑／52049.产妇中暑怎么办／52050.辅助治疗产后中暑的食疗方有哪些／52151.产后牙齿易松动是怎么回事，怎么办／52152.产后抑郁是怎么回事／52253.预防产后抑郁有哪些主要方法／52254.有利产后身体康复的食疗方有哪些／52355.乳母用药对乳儿有影响吗／52456.哺乳期妇女用药应注意什么／52457.哺乳期应禁用的物有哪写58.产妇应慎用哪些中药／52559.产后怎样服用人参／526第四篇 如何护理新生儿2.足月新生儿有哪些特征／5273.新生儿正常身高和体重是多少／5294.新生儿娩出后大声啼哭好吗／5295.新生儿娩出后不会哭怎么办／5296.新生儿出生后前几天体重为何出现下降／5307.新生儿的正常呼吸和脉搏每分钟应是多少次／5308.新生儿的体温应该是多少／5319.新生儿的正常皮肤应该是什么样的／53110.新生儿的头围和胸围应该是多少／53211.新生儿的感觉能力如何／53212.新生儿的排泄是怎

样进行的／53313.怎样保护新生儿脐窝残端／53314.新生儿患脐炎怎么办／53315.新生儿睡眠有何特点／53416.新生儿皮肤发黄是怎么回事／53417.新生儿溢奶和吐奶怎么回事／53518.未成熟儿有哪些特征／53519.新生儿应检查哪些内容／53620.怎样通过囟门观察新生儿的健康／53721.什么时候开始给新生儿喂奶好／53822.为何不要弃掉初乳／53823.为何不提倡对新生儿进行哺乳前喂养／53924.如何选用给新生儿哺乳的方法／53925.什么是正确的哺乳姿势／54026.双胞胎新生儿应如何喂奶／54127.为何不要定时给新生儿喂奶／54128.为什么提倡母乳喂养新生儿／54229.哪些母亲不宜母乳喂养新生儿／54230.母乳喂养中常见问题有哪些，应如何处理／54331.乳母为什么要注意两侧乳房交替哺乳／54432.怎样知道孩子吃饱了／54433.为什么说母乳喂养有利于婴儿智力开发／54534.怎样进行混合喂养和人工喂养新生儿／54635.用牛奶喂养新生儿加糖多少为宜／54736.给新生儿喂奶粉浓度多大为宜／54737.为什么婴儿不宜食炼乳／54838.为什么说用牛奶煮奶糕喂养婴儿不利／54839.只用米粉类食物喂养婴儿有何不好／54940.为何不要用豆奶喂养婴儿／54941.为什么不能用麦乳精代奶粉喂养婴儿／55042.给新生儿喂牛奶后立即给饮橘子汁好吗／55043.给婴儿煮牛奶加糖好吗／55144.给婴儿煮牛奶煮多久为宜／55145.为什么不要用保温瓶装牛奶／55246.吃牛奶的婴儿要不要喂水／55247.给婴儿包“蜡烛包”好吗／55348.为什么不能捆住新生儿的手脚／55349.为何不要给新生儿穿质硬、色深、复杂的衣服／55450.新生儿该不该穿袜子／55451.新生儿要不要枕枕头／55552.怎样给新生儿换尿布／55553.能用卫生纸垫尿布吗／55654.为何不要给女婴滥用爽身粉扑下身／55655.怎样给新生儿清洗尿布／55756.为什么不要用洗衣粉洗涤婴儿尿布／55757.新生儿的衣服贮存要注意什么／55858.为何不要给婴儿捂盖太多／55859.为何不要给婴儿用纱巾遮脸／55960.新生儿的睡姿为啥要常变化／55961.抱着婴儿睡觉好吗／56062.母婴同睡一个被窝好吗／56063.新生儿睡眠如何取合理方位／56164.婴儿吮着乳头入睡有何不好／56265.婴儿趴着睡觉好吗／56266.给婴儿睡软床好吗／56267.新生儿为啥不能睡电褥子／56368.新生儿夜间不睡白天睡怎么办／56369.新生儿睡觉不安怎么办／56470.为什么提倡婴儿用睡袋／56571.如何给婴儿缝制睡袋／56572.为何不要让婴儿在烟雾中生活／56573.婴儿在嘈杂的环境中生活有何危害／56674.为何婴儿不要在无声的环境中生活／56775.新生儿房间的温度多高为宜／56776.新生儿房间夜间长开灯好不好／56877.母亲怎样识别尿布上见到的东西／56978.新生儿的大便怎样才算正常／56979.怎样保护新生儿的囟门／57080.怎样保护好新生儿的皮肤／57081.怎样做好新生儿的眼睛保护／57182.要不要给满月婴儿剃头／57283.怎样给小婴儿试体温／57284.新生儿为何要洗澡／57385.怎样给婴儿洗澡／57386.给新生儿洗澡注意什么／57487.怎样清洗男婴臀部／57488.怎样清洗女婴臀部／57589.新生儿乳房肿胀要不要挤压／57590.新生女婴阴道有血和白带要不要治疗／57691.婴儿要不要挑马牙／57692.新生儿“螳螂子”要不要挑割／57793.新生儿嘴唇起白皮怎么处／57794.怎样处理婴儿头皮上的厚痂／57795.怎样给新生儿腹部保温／57896.为什么不要用闪光灯给新生儿拍照／57897.要不要让婴儿正常啼哭／57998.多抱婴儿好不好／58099.亲吻婴儿好吗／580100.为何不要用电风扇给婴儿吹风／581101.怎样护理婴儿的眼部、耳朵、鼻子／581102.新生儿打喷嚏是怎么回事／582103.怎样防止婴儿用手抓脸／582104.婴儿吸假奶头为什么不好／582105.为什么不要给孩子面部涂抹母乳／583106.母亲抚摸婴儿有什么作用／583107.新生儿哭时母亲应怎样安抚／584108.怎样抱婴儿更好／585109.怎样鉴别新生儿的哭声／585110.婴儿的笑告诉母亲什么／586111.新生儿体重增长缓慢的原因是什么／587112.怎样给新生儿晒太阳／587113.怎样给婴儿进行室外空气浴／588114.怎样防止新生儿发生意外事故／589115.怎样带好早产儿／590116.应怎样看待早产儿的母乳喂养／591117.为什么不提倡为新生儿大做“满月”／592

章节摘录

1.妇女怀孕的最佳年龄是多少根据我国的具体情况，提倡一对夫妻只生一个孩子好，因此，更应注意提高人口的素质，做到优生优育。
因此，妇女什么时间怀孕好，则与优生关系极大。
根据大量统计资料表明，妇女妊娠的最佳年龄是在24～29岁，生育年龄在25至30岁之间。
这是因为，妇女在这个时期骨骼系统发育完善，腹部肌肉发达有力，骨盆韧带处于最佳状态，如果这时生育分娩，母子发生各种疾病的机会最小。
此外，这个时期学习初步告一段落，身心发育都已成熟，生活经验也比较丰富，各方面知识也较充实，工作也有一些经验，所以，结婚后如有计划地在此期间怀孕生孩子比较合适，孩子生后有精力照顾，经济条件也会改善，可以更好地培养、教育孩子。
2.过早生孩子好不好　　我国婚姻法规定男22岁，女20岁可以结婚，结婚后即可以怀孕生孩子。
但是专家指出，妇女的最佳生育年龄是24～29岁。
研究表明，妇女过早生育孩子对身心健康不利。
一般女性在20岁以前虽然身体各重要器官已经逐渐发育成熟，但骨骼要到23岁以后才能完全钙化。
若过早地怀孕生育，胎儿会同仍在发育的母亲身上争夺营养，会影响母子双方的健康。
据统计，早孕会提高产妇死亡率，年龄在20－29岁的产妇死亡率为0.45%，而年龄在20岁以下的产妇死亡率高达0.86%。
早孕的妇女婴儿死亡率也比较高，20岁以下产妇生婴儿死亡率又可达10.9%，早生育的妇女宫颈癌的发病率也比较高，20岁以下生第一胎的妇女，宫颈癌的发病率比25岁以上第一胎的高7倍之多。
还有年轻人刚结婚，还缺乏生活和照顾孩子的经验，加之青年人经济收入少，生了孩子还会增加经济负担。
所以，早生孩子会打乱了年轻夫妻的正常生活规律。
青年人正处在学习、工作精力旺盛的时期，应该抓紧时机多学习，努力工作，这对未来事业的发展大有好处。
如果年纪不大就生孩子，势必给家庭生活和个人的工作学习增加负担。
由此看来，青年妇女早生孩子对自身健康，孩子成长以及工作、学习和家庭生活都有不利之处。
如果在24－29岁时再怀孕，以上不利条件都会有所改善，所以，相比之下，还是晚生孩子更好。
3.超过29岁生孩子有何不好　　现在有很多女性，因为工作的忙碌和事业上的追求，都愿意晚生孩子。
这种做法是对的。
但是晚生孩子也不要超过专家建议的妇女最佳生育年龄段即24～29岁。
医学上把35岁以上的孕妇定为高龄孕妇。
高龄妇女妊娠，会有一系列麻烦的问题，要担一定的风险，所以也有的称“高危产妇”。
其中最突出的问题是先天痴呆儿和某些先天畸形儿的发生率较高。
以最常见的先天愚型(伸舌样痴呆)为例，据国外统计表明：35岁以下的孕妇中发生率为1/800以下，35－39岁孕妇中发生率为1/250，40－44岁孕妇中发生率为1/100，45岁以上孕妇中发生率为1/50。
这是因为，高龄孕妇的卵子容易发生“老化”现象。
育龄妇女年龄越大，卵巢中的卵子越容易衰老；卵子在卵巢中贮存的时间越久，接受感染、放射线等有害因素的机会越多。
这些都会增加染色体突变的机会，给胎儿带来畸形变化的因素。
另外，高龄妇女妊娠期患有各种合并症的机会增加，如高血压、糖尿病等，这对母体健康和胎儿体质都不利。
还有，高龄妇女分娩时，由于骨盆、韧带及会阴肌肉弹性降低，会使产程延长，造成难产，手术助产的机会也增多，新生儿患合并症的机会也增多。
处在24岁以上，29岁以下这个年龄段的妇女身体发育成熟，并正处在生育旺盛期，对妊娠、分娩期间的心理变化和精神刺激以及身体的变化都能很好地调解和适应，各方面已具备了做母亲的条件，

能胜任哺乳与教育下一代的任务。
如果妇女超过29岁生孩子，各方面的条件都不如29岁以前好，尤其不要等超过35岁再生孩子，而成为高危产妇。
　　大量事实证明，男子越年轻，产生的精子质量越差，而30－35岁时所产生的精子质量最高，有最强的生命力，可将最好的基因传给下一代，其中包括智力。
但男子的生育年龄过大也不利，所生的孩子中先天性畸形和遗传病的发病率也较高。
　　因此，遗传优生学家认为，男子的最佳生育年龄应比妇女的最佳生育年龄晚1－2年，即在25－30岁或26－31岁为宜。
当然30－35岁是男子最佳生育年龄，这里有一个男妇最佳生育年龄的协调问题，因为男性如果比女性大2－3岁，男性30岁即是女性27或28岁，双方都处于生育最佳年龄。

编辑推荐

妇女怀孕的最佳年龄是多少？
怎样才能实现优生？
什么是临产，什么是假临产？
《孕产妇优生保健1000问》是一本科学、全面、实用的孕育指南。
《孕产妇优生保健1000问》就孕产妇的衣、食、住、行以及疾病、用药和新生儿护理等方面，提出了有利孕产妇保健和优生的1000多个问题，并科学地进行了分析和解答。

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