

<<怀孕知识百科>>

图书基本信息

书名：<<怀孕知识百科>>

13位ISBN编号：9787802034099

10位ISBN编号：7802034094

出版时间：2007-6

出版时间：中国妇女出版社

作者：刘苗

页数：385

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>

<<怀孕知识百科>>

内容概要

孕育健康宝宝，科学实用胎教！
迎接天使，你准备好了吗？
怎样轻松、平安、顺利地走过孕育小宝贝的生命历程？
孕期中，你不知道什么？
想知道什么？
应该知道什么？
.....本书是一本较全面的怀孕百科全书，内容包括孕前准备篇、孕育篇、分娩篇和产后篇等四篇。
本书内容丰富，讲解深入浅出，通俗易懂，使您一看就懂，一学就会。

书籍目录

第1章 孕前准备篇第一节 心理准备做好了吗第二节 知识准备第三节 生理准备第四节 物质准备第五节 受孕禁忌及注意事项第六节 孕前饮食保健准备第2章 孕育篇第一节 新生命来临的讯息第二节 10个月的旅程第三节 胎教与胎儿发育第四节 孕期起居保健第五节 孕期饮食营养第六节 产前检查与诊断第七节 孕期疾病防治与用药第3章 分娩篇第一节 分娩前的准备第二节 了解分娩第三节 分娩练习第四节 分娩方式的选择第五节 分娩进行时第六节 分娩中的异常及问题第4章 产后篇第一节 产后常识第二节 产后生活起居与保健第三节 产后营养饮食第四节 产后防病用药及问题第五节 产后调整与保健

章节摘录

第1章 孕前准备篇 第一节 心理准备做好了吗 孩子是夫妻爱情的结晶，是夫妻共同生命的延续，孩子不但为未来的生活带来欢乐，同时带来的还有责任。

做父母的不仅是要把孩子带到这个世界上来，更重要的是对他的健康和成长负责。

面对这份责任，未来的父母们，你们心理准备做好了吗？

让我们一起面对，轻轻说一声“孩子，你慢慢来……”用一份欣喜与幸福默默期待。

1 值得高兴的“喜”事 在我国，人们普遍把怀孕称做“有喜”，这个比喻是很有意思的。

因为怀孕意味着妻子就要做妈妈，丈夫就要做爸爸，而爷爷奶奶就要抱孙子了，这当然是值得高兴的喜事。

其实，从保健的角度来讲，把怀孕看做“喜事”。

也是在提醒孕妇：应该保持心情愉快，情绪乐观，避免不良情绪的发生和影响。

即使遇到不痛快的事也不要苦恼发怒，这对保持孕妇自身的健康，特别是对于腹中胎儿的健康发育，是非常有好处的。

2 保持和谐夫妻关系 如果夫妻双方决定要孩子，则双方无论从生理、心理，还是生活上都要多为对方着想。

尤其是丈夫对妻子应该体贴照顾，给妻子创造一个和谐舒适的环境，让她保持平和愉快的心态。

家庭生活应以妻子为中心，以利于其顺利度过孕产期。

孕育孩子不仅仅是妻子一个人的事情，应该是整个家庭的大事。

<<怀孕知识百科>>

编辑推荐

《怀孕知识百科》内容丰富，讲解深入浅出，通俗易懂，使您一看就懂，一学就会。

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>