

<<孕期完全保健日记>>

图书基本信息

书名：<<孕期完全保健日记>>

13位ISBN编号：9787806513149

10位ISBN编号：7806513140

出版时间：2005-10

出版时间：石永红、曾艺 羊城晚报出版社 (2005-10出版)

作者：石永红

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>

<<孕期完全保健日记>>

书籍目录

怎样写妊娠日记婚后不宜马上怀孕哪些疾病患者不宜怀孕生育的最佳年龄孩子智力与遗传的关系容貌特征与遗传(一)容貌特征与遗传(二)近视与遗传如何生一个聪明的孩子怎样保护精子父亲用药也可使胎儿畸形怀孕前有哪些准备工作哪些生活情形不利优孕流产后多久方可怀孕孕前应清除体内哪些有害物质准备怀孕妇女的理想体重孕前如何健身孕前宜补充叶酸孕前不能饮酒孕前要戒烟什么季节有利优生最佳妊娠时间胎儿的性别由谁决定怎样知晓怀孕的喜讯算算预产期如何划分妊娠阶段什么是产前检查孕吐怎么办避开影响胎儿发育的种种因素1个月大的胚胎是怎样的2个月大的胚胎是怎样的3个月大的胎儿是怎样的4个月大的胎儿是怎样的5个月大的胎儿是怎样的6个月大的胎儿是怎样的7个月大的胎儿是怎样的8个月大的胎儿是怎样的9个月大的胎儿是怎样的10个月大的胎儿是怎样的怀孕10个月后准妈妈需要的营养素胎儿神经系统的形成双胞胎与多胞胎孕期烟酒对胎儿的影响胎儿成长的摇篮--子宫高龄初产妇的注意事项妊娠早期的阴道出血牙齿的保护妊娠剧吐有何危害性如何做B超检查孕期做x线检查对胎儿的危害黄体酮和维生素E能否保胎孕妇冬春应防感冒孕早期什么情况下应立即去医院孕妇服用中药要小心孕妇不宜睡电热毯和使用手机水果蔬菜与胎儿发育怀孕第一个月的饮食需求怀孕第二个月的饮食需求怀孕第三个月的饮食需求孕妇缺锌影响胎儿大脑发育地甲病与优生心脏病与妊娠急性阑尾炎与妊娠孕产妇与痔疮孕早期易出现的小烦恼(一)孕早期易出现的小烦恼(二)孕早期易出现的小烦恼(三)孕早期易出现的小烦恼(四)正常胎动功高命短的胎盘如何科学选用乳罩孕妇穿鞋应注意什么孕妇要防贫血碘与优生孕期乳房保健怀孕后母体变化(一)怀孕后母体变化(二)高危妊娠的危害 卵巢肿瘤与怀孕 孕妇和胎儿需要良好的环境孕妇工作应注意什么肺结核与妊娠怎样看待自然流产 孕妇如何做好身心保健病毒性肝炎与妊娠怎样治疗妊娠贫血孕早期和孕中期性生活孕末期的性生活重视外阴部的清洁孕妇怎样安排休息孕妇可以染发或烫发吗孕妇日常生活陷阱(一)孕妇日常生活陷阱(二)怀孕第四个月的营养特点(一)怀孕第四个月的营养特点(二)怀孕第四个月的营养特点(三)怀孕第五个月的营养特点孕妇怎样选择睡眠姿势孕妇怎样添美感孕妇外出旅行要注意什么糖尿病与妊娠产前诊断的方法如何预防妊高征宫外孕会重复发生吗如何防治宫外孕如何防治葡萄胎孕妇发生性病怎么办孕妇的体重变化怀孕第六个月的营养特点胎心监护丈夫对孕妇的简易监护法闭经月份与腹部增大不符的原因怀孕第七个月的营养特点怀孕第八个月的营养特点怀孕第九个月的营养特点怀孕第十个月的营养特点孕妇不宜多吃冷饮孕妇为何会小腿抽筋母子血型不合怎么办如何防治前置胎盘如何防治胎盘早期剥离羊水过少怎么办羊水过多要预防早产妊娠晚期莫旅行孕末期水肿的原因与对策怎样测量胎儿体重胎儿异位的原因与治疗方法胎儿异位的分娩与注意事项腹带的作用与种类产前诊断的时间及安全性产前可诊断哪些疾病准备婴儿用品(一)准备婴儿用品(二)练习生产的辅助动作(一)练习生产的辅助动作(二)住院的准备临产时的注意事项临产征兆分娩三要素各种不同的分娩方法哪些情况需要引产

<<孕期完全保健日记>>

章节摘录

书摘人们常常把一结婚就很快怀孕"有喜"的现象叫作"坐床喜",那些长辈们更是高兴得合不拢嘴。然而,时代在发展,观念在更新,人们已经渐渐开始不愿意刚结婚就怀孕,因为刚结婚就怀孕并不利于优生。

(1)身体状况不是处在最佳状态。

首先婚前筹备婚事,比如装修房子,布置新房;采购一些家具等,紧张地操作,弄得双方体力消耗较大;其次,婚礼前后,操办婚事,迎来送去,应酬奔忙,身心疲惫不堪;再次如果旅行结婚,长途跋涉,赶车上船,休息不好,饮食不习惯,作息无规律;再加上新婚阶段与烟酒接触较多,且在此阶段,由于对性交神秘又很好奇,所以性生活过于频繁。

凡此种种因素都影响精子和卵子的质量。

同时性生活的配合不够默契,女方的内分泌,尤其是雌激素的分泌不很正常,达到性高潮的机会甚少,这些都对优生不利。

(2)新的小家庭生活有待磨合。

小夫妻进入"围城"的新生活刚刚开始,从为人子到为人夫,从为人女到为人妻,角色刚刚转换,从热恋中的浪漫中开始进入"平平淡淡总是真"的现实生活,彼此都需要有个互相适应的过程。

婚后生活毕竟和恋爱不同,许多日常琐碎的事务需要夫妇双方的进一步协调和配合完成,感情也有待深化。

如果此时一个小家伙冒冒失失闯进小家庭,夫妻双方和心理上和生活中都缺乏足够的准备,势必影响下一代的素质。

还有一些年轻人婚前借债,婚后忙于还债,如果马上怀孕、生育,势必旧债未还,新的经济负担又来,弄得焦头烂额,不胜其苦。

(3)过早怀孕影响事业和学习。

而今就业压力很大,好不容易找到一个理想的工作,如果马上怀孕,面临着怀孕反应和产假休息哺乳等问题,会有将近两年的时间不能全身心地投入工作,这种在黄金时期就忙于安家育子的做法,不能不使有关领导有看法,也给自己的前程带来相当的负面影响。

当前许多年轻人深感结婚可丰富两人的精神生活,稳定关系,确定生活和奋斗的目标,孩子则不必马上要。

越来越多的新婚夫妇,愿意利用二人世界的最佳时机,多学习一些东西,多到外面的世界去看看,多接触一些新事物和新信息。

一旦女方怀孕生孩子以后,要忙好几年,再想"潇洒"也没有那个机会和心情了。

因此,新婚阶段应采取避孕措施,不宜马上要孩子。

最好婚后1~2年后,再考虑怀孕。

当然,如果双方结婚时年龄较大,特别是女方年龄较大,生育时间就不宜再拖,可在婚前充分准备的基础上,于结婚3个月后受孕为好。

P4-5

<<孕期完全保健日记>>

编辑推荐

我们决定生宝宝了，医生说当你们有了这个美好的愿望，就要开始为优生作准备了，孕前要注意生活调养，了解孕期的身体变化与宝宝发育过程，掌握正确的孕妇生活常识，建议你们买一本《孕期完全保健日记》，既可以掌握怀孕常识，又可以亲自记录自己的怀孕历程，而且孩子长大后，你还可以把这份特别的礼物送给他呢！

<<孕期完全保健日记>>

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>