第一图书网, tushu007.com

<<孕产养育全知道>>

图书基本信息

书名：<<孕产养育全知道>>

13位ISBN编号：9787807248620

10位ISBN编号：7807248629

出版时间：2010-5

出版时间：京华出版社

作者：王淑兰 编

页数：372

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

前言

毫无疑问，结婚生子是一个永恒的话题，也绝对是生活中的一件大事，几乎每一对年轻夫妇都急切地盼望能有一个健康聪明的小宝宝，盼望自己从怀孕到分娩，从哺育到抚养都能够平安顺利。
然而，就是这样一个从古至今看起来都很自然的“程序”，却在很多时候不能“顺其自然”。
因为，生一个健康可爱的小宝贝绝不是一件容易的事情，这里边潜藏着极大的学问，有些问题年轻夫妇并不了解。
从一个受精卵发育成为一个完整的生命，这个过程中的变化除自身的细胞分裂、发育外，还会受到很多外在因素的影响，诸如母体自身营养的供给、外在环境的影响、疾病的侵扰等等都会直接或间接地影响胎儿的发育，甚至会导致胎儿的畸形或死亡。
那么，要避免这些事情的发生，就要做到科学怀孕、科学分娩、科学保健、科学调整、科学护理以及科学喂养，只有这样，你的宝宝才能够健康、聪明。
本着优生优育、指导年轻夫妇孕育高质量生命的宗旨，我们组织了具有多年临床经验的妇产科、儿科、心理学、营养学等方面的专家，共同编写了《孕产养育全知道》一书，本书系统、全面、具体地向年轻夫妇介绍了如何才能孕育一个健康宝宝的知识，详细分析了怀孕、生产、产褥及育儿过程中可能出现的种种问题，同时提出了相应的处理方案。
本书具有如下几个特点：　　全面、系统、详实。
本书共分四篇：怀孕篇、分娩篇、产褥篇及育儿篇，每一篇都详细介绍了这个生理过程的特点、要求，容易出现的问题及禁忌，几乎囊括了从受孕到婴幼儿各个时期的相关知识。
既有专业知识的解答，又有生活问题的讲解。
科学、先进、可操作性强。
本书力求做到科学分析、科学讲解，旨在纠正一些人头脑中的那种民间对于孕产养育的一些传统认识，对目前国内的一些先进的孕产养育知识做了详尽的介绍，在讲解中特别注意指导性、借鉴性和可操作性，语言通俗易懂，深入浅出。

内容概要

结婚生子是一个永恒的话题，也是生活中的一件大事，几乎每～对年轻夫妇都急切地盼望能有一个健康的小宝宝，盼望自已从怀孕到分娩，从哺育到抚养都能平安顺利。
本书系统、全面、具体地向年轻失妇介绍了如何才能孕育一个健康宝宝的知识，详细分析了怀孕、生产、产褥及育儿过程中可能出现的种种问题，同时提出了相应的处理方案。

书籍目录

怀孕篇　第一章　孕前的准备　　第一节 心理准备　　1．夫妻关系要和睦　　2．科学地安排生活　　3．树立生个好宝宝的信心　　4．做父母绝不是件容易事　　5．调节最佳怀孕情绪　　6．在性高潮时怀孕最好　　7．孕前要注意劳动保护　　第二节 知识准备　　1．优生应具备哪些条件　　2．生男生女取决于什么　　3．胎儿性别的科学预测方法　　4．遗传的奥秘在哪里　　5．什么情况下需要优生咨询　　6．什么是最佳生育年龄　　7．什么时间受孕更好　　8．什么季节出生的婴儿更聪明　　9．受孕环境有讲究　　10．在不同季节受孕的注意事项　　11．怎样利用人体生物钟受孕　　12．哪些疾病会遗传　　13．哪些情况需要孕前遗传病诊断　　14．生畸胎是怎么回事　　15．生过畸胎还能生正常的孩子吗　　16．什么情况下不宜怀孕　　17．哪些因素会影响宝宝的智力　　18．父母能将哪些东西传给宝宝　　19．宝宝会是什么血型　　20．如何避免宫外孕　　第三节 生理准备　　1．孕前需接受生育门诊的指导　　2．怀孕前需要治疗的疾病　　3．提高夫妻的身体素质　　4．孕前锻炼的最佳方式　　5．要注意个人卫生　　6．孕前为什么要补充营养　　7．孕前补充营养要均衡全面　　8．孕前丈夫饮食上要注意什么　　9．孕前妻子饮食上要注意什么　　10．怀孕前的中医调养对策　　第四节 物质准备　　1．舒适的居住条件　　2．准备哪些衣物　　3．准备几双舒适的鞋　　4．准备相关的书籍、磁带　　5．必要的经济准备作保证　　第五节 受孕禁忌　　1．婚后不宜马上怀孕　　2．酒后怀孕坏处多　　3．不要在节日期间怀孕　　4．怀孕前不要乱服药物　　5．避孕时不宜怀孕　　6．不要在蜜月旅游中怀孕　　7.身体疲劳时怀孕不利优生　　8.停服避孕药多长时间可以怀孕　　9.影响怀孕的几大疾病　　第二章　孕期的保健　　第三章　孕妇日常生活注意事项　　第四章　孕期的胎教　　第五章　孕期中如何进食　　第六章　孕期的生理变化　　第七章　如何处理胎儿的异常情况　　第八章　孕期中的禁忌分娩篇产褥篇育儿篇

章节摘录

怀孕篇　第一章　孕前的准备　孩子是夫妻爱情的结晶，生命的延续，每一对夫妇都希望能有一个健康聪明的宝宝，优生优育已经是所有渴望做父母的夫妇的共同愿望。
那么，如何才能做好优生优育，这就要求夫妇在孕前就要科学地安排生活，掌握优生优育的知识，为优生优育做好充分的准备工作。
第一节　心理准备　当你们作出“想要一个孩子”的决定时，你们要有一个充分的心理准备，那就是孩子不但为你们的生活带来欢乐，同时也会给你们带来责任。
1．夫妻关系要和睦　如果你们夫妻决定要孩子，则无论从心理上、生活上，都应多为对方着想，尤其是丈夫对妻子应体贴、照顾，给孕妇创造一个愉快舒适的环境，让她有一个平和愉快的心态。
家庭生活以孕妇为中心，以利于顺利度过孕期。
要清楚：生孩子不仅仅是妻子一人的事，同样也是作丈夫的事，更确切地说是整个家庭的大事。
性生活是人的最基本的生理需要，但性的需要必须与异性之间的热情、依恋、体贴、情爱等心理活动交织在一起，只有这样才能既满足双方的生理需要，又满足双方的心理需求，使性生活达到美满和谐的程度，对于生育来说，只有这样才能达到优生。
……

第一图书网, tushu007.com

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