

<<孕产育儿600问>>

图书基本信息

书名：<<孕产育儿600问>>

13位ISBN编号：9787122073297

10位ISBN编号：7122073297

出版时间：2010-3

出版时间：化学工业出版社

作者：吴凌云，梁淑敏 主编

页数：246

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>

<<孕产育儿600问>>

前言

青年男女结婚后，大多数人都想要一个孩子。

孩子是夫妻爱情的结晶，生孩子是一件好事，是繁衍人类后代的责任，深受社会和育龄青年的重视。

女青年想做妈妈，生一个健康、聪明的宝宝。

但事实上做一个好妈妈，并不是一件简单的事，在衣食住行医方面有很多大大小小的问题要知道，要去做。

应该怎么做，如何做好，都要弄明白，这就要学习一些孕产育儿的知识。

只有掌握了知识，又认真去做，才能实现优生优育。

我们将孕产育儿知识在本书中进行了全面深入的介绍，献给育龄青年，希望对实现优生优育、提高人口素质有所帮助。

《孕产育儿600问》，介绍了有关生儿育女的系统知识，解答了一些相关的疑惑，纠正了一些认识上的误区，是指导孕龄女青年科学孕产、正确育儿、防止宝宝出生缺陷，育出健康聪明孩子的一本科普读物。

本书在编写中注意了以下特点。

1.全程关照孕产妇的衣食住行和防病，特别提出了孕前准备的重要性，指导健康孕产，利于优生；还对新生儿、婴幼儿的养护教育，提出指导建议，关照孕产妇，也关照下一代的养育，尽可能提供健康生儿育女的最佳方案。

2.对孕产妇应注意的问题，按生育过程分期分月进行提示，便于按孕产过程掌握相关知识；对育儿问题分新生儿、婴儿、幼儿三个年龄段进行了养育指导。

使读者读起来方便，做起来实际。

3.对胎教的理论及方法进行了详细介绍，按胎儿的发育进程，提示准妈妈和准爸爸适时进行科学胎教。

这是个优生优育的重要问题，不可忽略。

4.如何护理和喂养新生儿是新手妈妈最关心的问题，本书详细介绍了新生儿的特点、养护知识，以及婴幼儿的保健教育，为新手妈妈排忧解难，帮助其实现做一个合格的好妈妈的心愿。

这是一本全程关照孕产育儿，实现优生优育的指导性参考书，相信它会对青年夫妻养育一个好宝宝有所帮助。

<<孕产育儿600问>>

内容概要

本书介绍了有关生儿育女的系统知识，解答了青年男女对这些方面的疑惑，纠正了一些认识上的误区，使他们做到科学孕产、正确育儿、防止宝宝出生缺陷，育出一个健康聪明的孩子。

本书从怀孕准备期开始，到孕早期、孕中期、孕晚期、分娩与坐月子、新生儿养护、婴儿保健、幼儿养育等方面进行细致讲解。

本书适合准备要宝宝的青年男女及孕产妇等参考使用。

<<孕产育儿600问>>

书籍目录

孕前1年要做的准备孕早期(1~3个月)要注意的问题怀孕1个月(0~4周) 怀孕3个月(9~12周) 孕中期(4~7个月)要注意的问题怀孕4个月(13~16周) 怀孕5个月(17~20周) 怀孕6个月(21~24周) 怀孕7个月(25~28周) 孕晚期(8~10个月)要注意的问题怀孕8个月(29~32周) 怀孕9个月(33~36周) 怀孕10个月(37~40周) 分娩与坐月子的问题分娩时刻 产后坐月子期间的护理 坐月子期间的饮食 坐月子期间的恢复锻炼 坐月子期间的防病用药 新生儿(0~28天)养护问题新生儿(0~28天)的特征及发育 新生儿喂养 新生儿日常护理 新生儿智能训练 新生儿常见疾病防治 婴儿(1~12个月)保健问题婴儿的饮食营养 婴儿日常护理 婴儿运动健身 婴儿训练与教育 婴儿接种防病 幼儿(1~3岁)养育问题幼儿饮食 幼儿生活保健 幼儿游戏与体操 幼儿智能与品德训练 婴幼儿防病用药

章节摘录

13. 为何婚后不要急于要孩子在结婚前后，夫妻双方都为婚事操劳，休息不好、吃不好，精力消耗也很大，会觉得筋疲力尽。

双方身体恢复健康状况，确实需要在婚后调养一段时间。

如果婚后不久，身体还未恢复时就急于怀孕，会对胎儿生长产生不良影响，因为夫妻的身体和精神状况会明显地影响精子、卵子的质量，并影响到精子和卵子结合后的胚胎、胎儿。

婚后急于怀孕对妇女本身也不利，操劳所造成的精力和身体不佳还未恢复就很快怀孕，可谓雪上加霜，身体会更坏。

有的新婚夫妻在洞房第一次过性生活时就受孕，这也是忌讳的。

新婚夫妇在结婚仪式上迎送亲朋好友，忙了一天，身体和精神状况都处于不佳状态，有的甚至达到了难以支持的程度，新婚宴席上，新郎新娘都要喝酒，甚至多喝几杯，疲劳和酒后受孕，对胎儿十分不利。

14. 新婚旅游怀孕有何不好蜜月旅游怀孕不好。

我们知道，旅游生活无规律，心情紧张，精神及体力消耗都很大，机体抵抗力也会下降，加之正处新婚不久，这些都会影响精子和卵子质量。

旅游中，从一地到另一地，各地气候差别很大，天气也会有各种变化，极易受凉感冒，加之疲劳、与人接触广泛等因素，会诱发各种疾病，如风疹病毒感染，它是胎儿畸形的重要诱因。

旅游中难免缺乏良好的洗漱、淋浴条件，这就不易保持会阴部和性器官的清洁卫生，泌尿生殖系统感染也十分常见，这对怀孕也极为不利。

旅游中吃住卫生条件也不很好，有时会发生呼吸道或消化道感染，常需应用各种抗菌药物。

感染和所用药物，都对胎儿不利。

所以，新婚夫妇不要在旅游中怀孕，否则就容易播下不幸的种子，可导致流产、死胎或胎儿畸形。

提示：医学专家认为，受孕以安逸愉快的生活条件为宜。

受孕前具备良好的生活条件和环境，保证夫妇双方身体健康、精力充沛、精神愉快，使情绪处于舒畅和轻松状态，并保证有充分的食物营养、睡眠和休息。

这都是生育健康聪明的好宝宝不可缺少的条件。

因此，新婚夫妇不宜急于怀孕，更不可在新婚旅行时怀孕。

15. 为什么说怀孕最佳时间是6~8月份生孩子选择最佳季节，对胎儿的生长发育和新生儿的成长都至关重要。

一般认为妇女6~8月份开始怀孕为好，其中以8月份最为理想。

此时正值初秋时节，天高气爽，热天造成的体力消耗正在恢复。

各种蔬菜水果源源上市，且新鲜充足。

孕妇休息好，摄取营养丰富，为储备各种营养创造了有利条件，有利于胎儿发育。

6~8月份受孕，经过十月怀胎，孩子在来年的3~5月份出生，正是春末夏初，风和日暖，气候适宜，便于对新生儿的护理。

这个季节衣着日趋单薄，婴儿洗澡不易受凉，居室可以开窗换气，减少污染，有利于母婴健康。

<<孕产育儿600问>>

编辑推荐

《孕产育儿600问》：如何选择怀孕时机？
酸儿辣女的说法对吗？
孕妇患感冒怎么办？
妊娠期贫血如何防治？
孕妇要做哪些分娩准备？
缓解分娩疼痛有那些好方法？
如何判断母乳是否充足？
如何对新生儿进行早期教育？
哪些营养素有利于幼儿长高、体壮？

<<孕产育儿600问>>

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>