

<<全程孕产40周>>

图书基本信息

书名：<<全程孕产40周>>

13位ISBN编号：9787200067019

10位ISBN编号：7200067016

出版时间：20070101

出版时间：北京出版社

作者：北京出版社编辑部

页数：351

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>

## <<全程孕产40周>>

### 内容概要

本书以科学的视角，通俗的语言、活泼的形式告诉准妈妈每一周里胎宝宝的生长情况和孕妇自身的变化，介绍了孕前、分娩、产后可能遇到的各种问题，尤其是介绍了产科的一些新技术、新观点、回答了孕产妇普遍关注的很多疑问，对孕期营养及保健、孕产期运动、产后保健给予科学指导，令整个怀孕、生产全过程轻松愉快，成为一段人生最奇妙的旅程。  
全书图文并茂，内容详细丰富，是渴望有宝宝的年轻夫妇的理想读物。

## 书籍目录

第一章预约一个优质宝宝——缜密的怀孕准备第一节计划怀孕的夫妻要知道的9件事一、女性的最佳生育年龄二、男性的最佳生育年龄三、把受孕选在瓜果飘香的季节四、4月生的孩子发育好五、今天也许是受孕的好日子六、择时而孕，享受“性福”时刻七、隔日同房更“幸孕”八、生男生女的奥秘九、学一点胎教知识第二节准孕妇提前要做的11件事一、提前11个月注射乙肝疫苗二、提前10个月要做的健康检查三、孕前9个月必须治愈的3种疾病四、提前8个月注射风疹疫苗五、提前7个月排出体内毒素六、提前6个月治好牙病七、提前5个月做抗体检测八、孕前3个月可供选择的疫苗九、孕前3个月的营养方案十、提前1个月洗牙十一、提前养成运动的好习惯第三节准孕妇要当心的8件事一、孕前需经医生指导的9种疾病二、远离可能致畸的8类常用药物三、压力和疲劳是“优孕”的敌人四、把胖影响生儿育女五、“骨感妈妈”做不得六、停止避孕后不宜马上受孕七、喜忧参半的外形遗传八、高度近视也遗传第四节准孕妇不要做的10件事一、不可勉强的性生活二、不要再跟你的宠物腻在一起三、做个不喝酒的健康准妈妈四、负责的准妈妈不要吸烟五、远离化学添加剂六、暂时告别咖啡因食品七、清洗果蔬不可马虎八、抵制油炸食品及香辣调料九、高糖、多盐要不得十、忌用铝制品烹调食物第五节丈夫一定要注意的10件事一、男人也要做“孕前检查”二、丈夫也需谨慎用药三、为了孩子，不能再挑食四、向“精子杀手”香烟说再见五、孩子和酒，请选择一个六、你的胡子刮净没有七、一定要穿纯棉内裤八、不要再穿紧身裤九、洗澡时，请把水温调低十、暂时停止长途骑车运动第二章新生命的奇妙旅程——平安的妊娠期第一节一个新生命的缔造——第一阶段护理方案第1周精子与卵子的伟大结合第2周准妈妈的过渡期准备第3周一粒种子的诞生第4周胎宝宝找到了温暖的家第5周准妈妈出现早孕反应第6周宝宝像个字母C第7周胎宝宝开始有第一个动作第8周透明的小家伙第9周真正的小宝宝第10周经受生命的考验第11周宝宝的重要器官完全形成第12周不安分的小小舞蹈家第二节胎宝宝正在快速成长——第二阶段护理方案第13周谁在跟我打招呼?第14周小下巴终于抬起来了第15周我会皱眉了第16周小淘气一阵乱踢第17周脐带是宝宝的第一件玩具第18周独一无二的指纹第19周开始监测胎动第20周我的头发长了第21周接受别人祝福的目光第22周我现在很清醒第23周宝宝的身材越来越匀称第24周噪声很讨厌第三节真正的小人儿日渐茁壮——第三阶段护理方案第25周第一次睁开眼睛第26周房子变小了第27周偶尔眨眨眼第28周在梦里吸吮妈妈的奶第29周大脑功能日渐完善第30周吵得人家睡不着第31周外边有个小太阳第32周我踢到了妈妈的胸第33周粉红色的小宝宝第34周有个结实的好身体第35周我是个胖娃娃第36周让妈妈看看我的小脚丫第三章女人最光辉的时刻——痛并快乐着分娩第37周蠕动着告诉妈妈：我很好第38周像小泥鳅一样光滑第39周小脑袋在向外顶第40周分娩进行时第四章月子交响曲——幸福的产褥期第一节新妈妈科学坐月子一、4种坐月子方式大比拼二、新妈妈身体恢复的7个密码三、科学坐月子的11个生活常识四、月子里的6套科学饮食方案五、产后“亲密接触”宝典里的4个词条六、产后9种常见病症的预防与治疗七、特殊人群平安坐月子八、健康新妈妈学做保健操九、新妈妈从抑郁阴霾中走出来第二节精心护理新生儿一、细心观察新生小宝贝二、正确哺乳——你做对了吗?三、无奈的选择——科学的人工喂养四、小宝贝，大学问——科学护理新生儿五、无微不至的呵护——早产儿的护理六、关注新生儿的9种常见病症七、新生儿早期教育

## <<全程孕产40周>>

### 编辑推荐

《全程孕产40周》以科学的视角，通俗的语言、活泼的形式告诉准妈妈每一周里胎宝宝的生长情况和孕妇自身的变化。

全书图文并茂，内容详细丰富，是渴望有宝宝的年轻夫妇的理想读物。

<<全程孕产40周>>

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>