

<<怀胎十月-健康人生你问我答之>>

图书基本信息

书名：<<怀胎十月-健康人生你问我答之>>

13位ISBN编号：9787313042743

10位ISBN编号：7313042744

出版时间：2006-8

出版时间：上海交通大学出版社

作者：上海人口和计划生育宣传教育中心

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>

## <<怀胎十月-健康人生你问我答之>>

### 内容概要

本书分“孕前篇”、“保健篇”、“胎教篇”、“临产篇”、“产后篇”五个篇章，采用一问一答的形式，内容详实、新颖、科学，为孕产妇解答在孕前、孕期、产后几个过程中遇到的困惑。希望它可以使每一位渴望获得知识的孕产妇优化理念、增进知识、改善行为，从生命的起跑线开始，有意识、有准备、有计划、有针对性地按照现代生命科学的要求，孕育祖国明天的希望。

本书针对孕前、孕期和产后可能遇到的问题，汲取了《健康人生》广播栏目内容的精萃，作了详尽的解答和科学的阐述，以期为准准备怀孕的家庭解惑释疑。

#### 作者简介

上海人口和计划生育宣传教育中心，上海人口和计划生育宣传教育中心（SILCCPFP）是上海市人口和计划生育委员会下属的事业单位，成立于1980年3月，是从事人口、计划生育、生殖健康宝剑教育（IEC）等项目的多功能的大众传播机构。

## <<怀胎十月-健康人生你问我答之>>

### 书籍目录

保健篇孕妇的营养 孕妇的营养对孕妇来说意味着什么? 缺乏营养会给孕妇及胎儿的健康带来 哪些问题? 孕妇应如何合理饮食、均衡营养? 为什么要限制孕妇水果的摄入量? 孕妇除了平时膳食之外, 还需要营养 补充剂吗? 孕妇营养补充的度应如何来把握? 孕妇与贫血 什么是孕妇贫血? 为什么孕妇容易发生贫血? 孕妇贫血有哪些症状? 孕妇贫血有什么不良后果? 如何预防和纠正孕期贫血? 孕期家庭监护 为什么说孕期家庭监护很必要? 怀孕过程中胎动会有什么变化? 怎样数胎动? 发现胎动太多或太少怎么办? 怎么听胎心? 生男还是生女 是什么决定性别? 生男生女的自然概率各为多少? 生男生女可随心所欲吗? 双胞胎的性别为什么有时会不一样? 产前检查 为什么要进行产前检查? 如何进行定期的产前检查? 为什么社会上有忽视产前检查 的倾向? 忽视产前检查有什么危害? 产前检查有什么重要意义? 产前检查还提供其他什么信息? 产前诊断 产前诊断和产前检查有什么区别? 孕妇出现哪些情况要考虑做产前诊断? 做过产前诊断的孕妇能保证出生的宝宝 百分之百正常吗? 产前诊断有没有危险性? 远离电磁辐射 电磁辐射离我们有多远? 电磁辐射对人体有危害吗? 孕妇受到电磁波辐射对胎儿有影响吗? 孕妇如何做好电磁辐射的防范工作? 孕期保健(一) 孕期分几个阶段? 孕早期保健应注意哪些方面? 看早孕门诊有什么意义? 孕早期应避免哪些不良因素的影响? 孕早期怎样预防流产? 孕早期营养应注意什么? 如何对待妊娠反应? 孕早期阴道出血是怎么回事? 孕中期营养应注意什么? 怀孕后补充营养越多越好吗? 怀孕后节食减肥有什么危害? 孕期保健(二) 孕中期应摒弃哪些不良饮食习惯? 孕中期如何进行运动? 孕晚期有哪些常见的并发症? 孕妇在分娩前应做些什么准备? 预产期怎么计算? 什么是足月产和早产? 什么症状可判断孕妇已临产? 怎样正确等待分娩? 孕期用药 怀孕了能吃药吗? 孕妇不宜使用哪些药物?.....

## <<怀胎十月-健康人生你问我答之>>

### 编辑推荐

本书分“孕前篇”、“保健篇”、“胎教篇”、“临产篇”、“产后篇”五个篇章，采用一问一答的形式，内容详实、新颖、科学，为孕产妇解答在孕前、孕期、产后几个过程中遇到的困惑。希望它可以使每一位渴望获得知识的孕产妇优化理念、增进知识、改善行为，从生命的起跑线开始，有意识、有准备、有计划、有针对性地按照现代生命科学的要求，孕育祖国明天的希望。

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>