

<<孕妇的安全忠告>>

图书基本信息

书名：<<孕妇的安全忠告>>

13位ISBN编号：9787501958467

10位ISBN编号：7501958467

出版时间：2007-2

出版时间：轻工业出版社

作者：黄醒华

页数：91

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>

## <<孕妇的安全忠告>>

### 内容概要

从衣食住行等各个角度，关注准妈妈们的健康，不但提出了各种有益的生活建议，更列举了准妈妈有可能遇到的各种危害自身及宝宝健康的事项，从生活细节上全面呵护准妈妈的身体，提醒妈妈们加以防范，安全放心地迎接小宝贝的出生。

## <<孕妇的安全忠告>>

### 作者简介

黄醒华，教授、主任医师。

工作单位：首都医科大学附属北京妇产医院，学术团体职务：中华医学会围产医学分会常委、中华预防医学会妇幼保健学会主任委员。

主要成绩：1960年大学毕业后，一直在临床科研、教学第一线工作。

1981年从美国学习围产医学回国后，专门从事围产医学临床及研究。

1990年以来获国家级科技进步奖一项，部（省）级奖十一项，局级奖七项。

主要研究方向为：出生缺陷、围产期缺血缺氧、围产期感染、母亲安全及降低围产儿死亡率和病率等，近年来重点研究胎儿疾病的诊治及孕产妇营养健康。

对孕产妇及胎婴儿危重疑难病诊治、先天缺陷产前诊断孕产妇营养、围产期感染及母子血型不合围产期处理、孕前及孕期咨询等有丰富经验。

从业期间，在医学专业核心杂志发表作品百余篇，并出版《妊娠和分娩期合并症处理手册》、《妇产科典型病例分析》等多本医学著作。

## <<孕妇的安全忠告>>

### 书籍目录

第一章 衣——孕妇穿衣之道如何挑选内衣如何挑选文胸如何挑选内裤如何洗涤内衣如何使用托腹带如何挑选袜子如何挑选鞋子如何挑选孕妇装夏、冬季节着装安全第二章 食——孕期饮食原则饮食要健康营养通过饮食缓解孕吐谨慎食用调味品增加植物油摄入量食用绿色食物适当补充营养不宜偏食挑食有些食品不宜多吃不宜吃冷饭不宜长期吃素孕早期不宜多吃罐头食品小心食用水产品戒掉嗜辣的习惯饮品禁忌吃水果要限量不宜多食山楂慎吃坚果零食要适量盛夏注意科学饮食节假日忌暴饮暴食外出就餐注意事项吃火锅的注意事项第三章 住——孕期居住环境居室装修要提前3个月家居环境整洁舒适避免家用电器污染浴室布置要合理居室内不宜养殖的花草第四章 行——安全出行原则“有车族”出行注意事项“单车族”出行注意事项“公车族”出行注意事项长途旅行注意事项第五章 工作——带着“宝宝”上班兼顾工作与安全拒绝劳动强度大的工作……第六章 家务——孕期家务劳动第七章 生病——孕期合理用药第八章 休闲——安全娱乐计划第九章 日常生活——注意生活细节

<<孕妇的安全忠告>>

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>