

<<宝贝，别踢我>>

图书基本信息

书名：<<宝贝，别踢我>>

13位ISBN编号：9787506274982

10位ISBN编号：7506274981

出版时间：2005-9

出版时间：世界图书出版公司北京公司

作者：谭地洲

页数：219

字数：120000

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>

<<宝贝，别踢我>>

内容概要

快乐妈咪，育儿壮壮，枕边读物，“宝贝大学”！
从准备怀孕到宝贝上学，全程式科学育儿金典！
决定要baby的时候，需要从心理、生理和物质等各方面做好准备，孕期的故事，也许充满曲折，但美好的时刻即将来临，你们做好准备了吗？
“胎教专栏”，帮你做好优生工作！
“准爸爸专栏”，共同迎接美好时刻到来！
“开心准妈妈”，轻轻松松做妈妈！

<<宝贝，别踢我>>

书籍目录

第一章 恭喜你啊，太太 一 怀孕的发生 1 准备怀 2 怀孕这样发生 3 最佳受孕时机 4 这些情况不宜受孕 二 早孕检查 1 你早孕了吗 2 确定怀孕的方法 3 推算你的孕产期 4 你的情绪检查 三 优生优育 1 生男生女都一样 2 重视优生咨询 3 别省略孕前检查 4 遗传病是无形杀手 5 性生活的满意度 四 胎教专栏 1 揭开胎教的面纱 2 善待你的宝宝 五 准爸爸专栏 1 优生老爸禁忌 2 营养饮食 六 开心准妈妈

第二章 那些难受的日子 一 妊娠开始 1 认识妊娠反应 2 胃部不适与失眠 3 解决乳房不适 4 这样应对尿频 5 其他症状及对策 二 妊娠过程 1 妊娠全过程 2 生殖器官的变化 3 物质循环系统的变化 4 消化系统及其他 三 妊娠终止 1 高龄妊娠 2 高危妊娠 3 终止妊娠 四 胎教专栏 1 养胎与教胎 2 胎教角色的扮演 五 准爸爸专栏 1 进入准爸爸的状态 2 准爸爸也有妊娠反应吗 六 开心准妈妈

第三章 妈妈，可别乱动 一 孕期的日常禁忌 1 生活禁忌 2 工作禁忌 二 孕期的特别禁忌 1 出行时要注意 三 孕期的饮食 四 胎教专栏 五 准爸爸专栏 六 开心准妈妈

第四章 健康妈妈乖乖儿 一 孕期日常保健 二 孕期疾病防治 三 孕期慎用药物 四 胎教专栏 五 准爸爸专栏 六 开心准妈妈

第五章 低头看着你成长 一 胎儿发育 二 胎儿保健 三 监产准备 四 胎教专栏 五 准爸爸专栏 六 开心准妈妈

<<宝贝，别踢我>>

章节摘录

书摘最佳受孕时机 孕育一个健康、聪明的小宝贝需要具备优越的先天条件。夫妻精卵结合的时间、地点和双方的健康状况都会影响到孩子的先天发育和后天发展，所以。你和丈夫应提前做好计划，选择在最佳条件下受孕。

(1)最佳受孕年龄 孕育一个健康智慧宝宝，夫妻俩都要做长期而周密的计划，选择最佳的受孕年龄就是其中一个。

准妈妈生育时年龄过大或过小都不利，最黄金的生育年龄是24—30岁之间。

在这一年龄段，准妈妈具有优质的生殖细胞和身体素质，生育能力和子宫收缩力都处于最佳状态，早产和难产的几率很低。

(2)最佳受孕季节 受孕的最佳时期是八九月份。

因为这两个月正值秋高气爽，睡眠受暑热影响小，又是蔬菜、水果的丰收季节，孕妇的休息、营养和维生素C的摄入，均有利于胎脑的发育和孩子出生后的智力发育。

八九月怀孕，临产时正好是春末夏初，气候温和，蔬菜、鱼、肉、蛋等副食品供应丰富，乳汁营养好，衣着也日趋单薄，婴儿揩身沐浴不易受凉，还能到产外多晒太阳，呼吸新鲜空气。

周岁断奶时已春暖花开，无论是阳光、空气，还是农副产品的品种等，都有利于婴儿的优生。

如果四五月份怀孕，早孕三个月(是胎脑开始形成、分化的时期)正值高温季节，孕妇易患“厌暑症”，进食少、营养摄入不足。

一月份怀孕，正值冬末春初，这个季节多雨、湿度高、光照少、蔬菜瓜果缺、维生素C摄入少，从而影响胎脑发育。

(3)最佳受孕温度 温度对人类生殖的影响比白昼阳光的影响要大。

有人研究证实，在45的温度中，人类就不会追求性交，室外温度在18左右时受孕率最高，及至21以上时，逐步降低。

P8-9

<<宝贝，别踢我>>

媒体关注与评论

书评快乐妈咪，育儿壮壮，枕边读物，“宝贝大学”！

从准备怀孕到宝贝上学，全程式科学育儿金典！

决定要baby的时候，需要从心理、生理和物质等各方面做好准备，孕期的故事，也许充满曲折，但美好的时刻即将来临，你们做好准备了吗？

“胎教专栏”，帮你做好优生工作！

“准爸爸专栏”，共同迎接美好时刻到来！

“开心准妈妈”，轻轻松松做妈妈！

<<宝贝，别踢我>>

编辑推荐

快乐妈咪，育儿壮壮，枕边读物，“宝贝大学”！从准备怀孕到宝贝上学，全程式科学育儿金典！决定要baby的时候，需要从心理、生理和物质等各方面做好准备，孕期的故事，也许充满曲折，但美好的时刻即将来临，你们做好准备了吗？

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>