

<<孕妇保健月月谈>>

图书基本信息

书名：<<孕妇保健月月谈>>

13位ISBN编号：9787506707282

10位ISBN编号：7506707284

出版时间：1996-08

出版时间：中国医药科技出版社

作者：沙漠

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>

<<孕妇保健月月谈>>

内容概要

内容提要

本书按妊娠月分顺序编排了未来年青父母所需的知识，逐月介绍了胎儿和母体状况、孕妇常常出现的问题、孕妇饮食调理、胎教、应做的检查及各类训练，使孕妇能随着胎儿发育和妊姑月份增加，对孕期保健做到心中有数，目的明确。

书中着重对“未来父母”的训练，包括身体、心理及做父母的素质训练，使她（她）们以合格的姿态迎接宝宝的降生。

<<孕妇保健月月谈>>

书籍目录

目录

妊娠第一个月（孕1~4周）

一 胎儿与母体情况

胚胎情况

母体情况

妊娠一月记录表

写好妊娠日记

孕妇体重与胎儿发育

二 妊娠期的生活

妊娠后生活上有哪些变化

怎样测试基础体温

三 妊娠生理

妊娠期怎样划分阶段

什么是受精卵

受精卵是怎样植入的

四 妊娠期的饮食与药膳

应学一点营养学

蛋白质是生命的基础

碳水化合物是热能的主要来源

人体所需的维生素

人体必需的无机盐与微量元素

妊娠期所需要的能量

怎样安排孕妇每日饮食

五 胎教

妊娠一月的胎教

妊娠第二个月（孕5~8周）

一 母体与胎儿情况

胚胎情况

母体情况

妊娠二月记录表

二 妊娠期的生活

妊娠体操（一）

孕妇要注意外阴清洁

丈夫应为怀孕的妻子做些什么

三 妊娠生理

女性骨盆是怎样构成的

雌激素和孕激素有哪些作用

什么是卵巢和输卵管

孩子应该哪天降生

四 妊娠期保健

什么是产前检查

孕早期什么情况下应立即去医院

怎样减轻孕吐

妊娠期的生物致畸因素

孕妇做X线检查有害

<<孕妇保健月月谈>>

孕妇能接受免疫接种吗
黄体酮和维生素E能否保胎
不要轻易做人工流产
孕妇冬春应防感冒
孕妇服中药要小心
什么是宫外孕
祖国医学谈妊娠保健
谈谈自然流产
发育异常的子宫
五 胎教
妊娠二月的胎教
孕妇的情绪与胎儿
六 妊娠期饮食与药膳
孕妇饮食有学问
妊娠反应的饮食疗法
药膳三则
妊娠第三个月（孕9～12周）
一 母体与胎儿情况
胎儿情况
母体情况
妊娠三月记录表
二 妊娠期的生活
妊娠体操（二）
孕妇为什么不宜喂养小动物
孕妇闻麝香会流产吗
妊娠早期要节制房事
三 妊娠生理
胎儿的宫殿 子宫
你知道胎盘的“功劳”吗
什么是多胎妊娠
血型与遗传
四 妊娠期保健
妊娠合并心脏病
为什么胎死宫中
妊娠引起的肿瘤
孕期要防肾结石
O型血孕妇应注意什么
做过剖宫产再次妊娠有危险吗
妊娠期感冒了怎么办
女工妊娠期的劳动保护
五 胎教
妊娠三月的胎教
托马斯·伯尼的胎儿心理学
六 妊娠期的饮食与药膳
孕妇要多吃水果
药膳四则
妊娠第四个月（孕13～16周）

<<孕妇保健月月谈>>

一 母体与胎儿情况

胎儿情况

母体情况

妊娠四月记录表

胎动与胎动计数

二 妊娠期生活

妊娠体操（三）

妊娠期气功（一）

孕妇要科学选用乳罩

孕妇外出旅行注意什么

怎样防止便秘

孕妇的脸色与皮肤

孕妇穿鞋应注意什么

妊娠期应如何穿戴

孕妇怎样过夏

孕妇应避免哪些家务劳动

孕妇可以染发或烫发吗

三 妊娠期保健

甲状腺功能亢进患者的保健

孕期妇女勿肥胖

子宫肌瘤会影响胎儿吗

做羊膜穿刺对母胎有害吗

四 胎教

妊娠四月的胎教

中国古代的胎教

五 妊娠期饮食与药膳

孕妇能喝茶吗

孕妇素食有害于胎儿

妊娠中后期 周食谱

药膳二则

妊娠第五个月（孕17～20周）

一 母体与胎儿情况

胎儿情况

母体情况

妊娠五月记录表

自我估计胎儿的发育

胎动 胎儿安危的信号

二 妊娠期的生活

妊娠体操（四）

妊娠期气功（二）

妊娠期运动应注意什么

妊娠与头发健康

三 妊娠期保健

哪些人需要做产前诊断

产前诊断有哪些方法

慢性肾炎患者的妊娠期保健

孕妇患了阑尾炎怎么办

<<孕妇保健月月谈>>

哮喘病患者妊娠期应注意什么

四 胎教

妊娠五月的胎教

我国近代学者论胎教

胎儿体操

音乐与胎教

五 妊娠期的饮食与药膳

鸡蛋和鸡蛋菜

药膳四则

妊娠第六个月（孕21～24周）

一 母体与胎儿情况

胎儿情况

母体情况

妊娠六月记录表

学一学听胎心音

怎样量子宫底高度

二 妊娠期的生活

妊娠体操（五）

孕妇怎样添美感

三 妊娠期保健

糖尿病与妊娠

肺结核患者怀孕怎么办

孕妇要预防妊娠高血压综合征

重度妊娠高血压综合征对母体及

胎儿有什么危害

警惕高危妊娠

哪些原因会造成胎盘早期剥离

胎盘早期剥离有哪些类型

胎盘早期剥离有哪些症状

妊娠与肝脏

四 胎教

妊娠六月的胎教

孕妇美与胎教

五 妊娠期的饮食与药膳

妊娠期手足搐搦是缺乏营养吗

妊娠期不要吃得太多

妊娠期应避免吃的食物

药膳四则

妊娠第七个月（孕25～29周）

一 母体与胎儿情况

胎儿情况

母体情况

妊娠七月记录表

二 妊娠期的生活

妊娠体操（六）

孕妇的产前训练

三 妊娠期保健

<<孕妇保健月月谈>>

及时治疗胎儿宫内发育迟缓
为什么早产
要预防娩出巨大胎儿
孕妇要防贫血
妊娠期为什么容易并发肾盂肾炎
什么是先兆子痫 什么是子痫
四 胎教
妊娠七月的胎教
文学、艺术与胎教
五 妊娠期的饮食与药膳
孕妇在什么情况下少吃盐
妊娠水肿的饮食疗法
药膳三则
妊娠第八个月（孕30～32周）
一 母体与胎儿情况
胎儿情况
母体情况
妊娠八月记录表
围产期孕妇自我监护记录表
二 妊娠期的生活
妊娠体操（七）
妊娠晚期也要节制房事
三 妊娠期保健
羊水过多及过少
妊娠期要防痔
为何测孕妇尿中的雌三醇
胎儿臀位怎么办
妊娠8个月生的孩子能活吗
四 胎教
妊娠八个月的胎教
孕妇焦虑的后患
五 妊娠期的饮食与药膳
苹果与苹果小吃
药膳四则
妊娠第九个月（孕33～36周）
一 母体与胎儿情况
胎儿情况
母体情况
妊娠九月记录表
围产期孕妇自我监护记录表
二 妊娠期的生活
妊娠体操（八）
怎样才知道孩子是否吃饱了
早产儿如何进行母乳喂养
喂奶时应注意的事情
哪些母亲不宜哺乳
影响母乳分泌的因素

<<孕妇保健月月谈>>

母乳不足的哺喂方法

什么是人工喂养

减轻乳房胀疼的按摩法

母亲澳抗阳性能否喂奶

哺乳期患产褥感染怎么办

患乳腺炎能否哺乳

母亲患糖尿病怎样哺乳

患有高血压的母亲应注意什么

患有梅毒病能否哺乳

患有淋病的母亲能否哺乳

五 产后饮食与药膳

产后是否应吃红糖

产后该吃什么

药膳三则

附表一 人乳与牛乳成分比较

附表二 各种食物营养成分表

<<孕妇保健月月谈>>

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>