

<<怀孕分娩育儿专家方案>>

图书基本信息

书名：<<怀孕分娩育儿专家方案>>

13位ISBN编号：9787510106316

10位ISBN编号：7510106311

出版时间：2011-1

出版时间：中国人口出版社

作者：范正祥，张秀丽 著

页数：218

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>

## <<怀孕分娩育儿专家方案>>

### 内容概要

本书主要有最佳受孕年龄和季节、孕前体检是优生优育的保证、警惕给妊娠带来风险的疾病、孕前注射疫苗，确保孕期健康、在计划受孕前，采用什么避孕方式好、怀孕前应暂离不利妊娠的工作环境、避开黑色受孕期、调整自己的生活习惯、让体重恢复到标准状态、孕前适当运动，锻炼健康体魄、为10月孕程储备营养、制订完美的怀孕计划、了解准妈妈的生殖系统等诸多分娩育儿的内容。

## &lt;&lt;怀孕分娩育儿专家方案&gt;&gt;

## 书籍目录

PART 1 孕前准备与优生须知 最佳受孕年龄和季节 孕前体检是优生优育的保证 警惕给妊娠带来风险的疾病 孕前注射疫苗, 确保孕期健康 在计划受孕前, 采用什么避孕方式好 怀孕前应暂离不利妊娠的工作环境 避开黑色受孕期 调整自己的生活习惯 让体重恢复到标准状态 孕前适当运动, 锻炼健康体魄 为10月孕程储备营养 制订完美的怀孕计划 了解准妈妈的生殖系统 了解准爸爸的生殖系统 认识受孕全过程 测算排卵期, 怀孕更容易 呵护健康卵子、精子 多种方法提高受孕概率 情绪不好会降低受孕概率 作好心理准备, 迎接胎宝宝到来PART 2 怀孕后的衣食住行 怎样判断自己是否怀孕了 怀孕后应记住的数字有哪些 怀孕后要作哪些检查 怀孕后对衣着有什么要求 怀孕后穿鞋应注意什么 怀孕后如何补充营养 怀孕后为什么要少吃山楂 怀孕后为什么爱吃酸 怀孕后为什么不要多吃罐头 怀孕后为什么不要常喝可乐 怀孕后为什么不要常吃油条 怀孕后能喝咖啡吗 怀孕后能喝酸奶吗 孕妇怎样选吃水果 怀孕后为什么要多吃胡萝卜 怀孕后能吃涮火锅吗 怀孕后吃鱼有什么好处 怀孕后吃海带有什么好处 怀孕后能吃螃蟹吗 怀孕后常喝绿茶有什么好处 怀孕后为什么不要盲目节食 怀孕后能吃红糖吗 怀孕后为什么要多吃植物油 怀孕后为什么不能多吃盐 怀孕后能吃黄芪炖鸡吗 妊娠后期怎样注意饮食 孕妇食物过敏后会不会引起胎儿畸形 怀孕后应采用哪种睡姿 怀孕后为什么不要睡电热毯 怀孕后为什么要坚持午睡 怀孕期间要注意正确的坐立行走姿势 怀孕后要注意调整情绪 孕妇经常散步有哪些好处 怀孕后能做哪些家务劳动 孕妇为什么不宜去拥挤的公共场所 孕妇能游泳吗 怀孕后适量体育活动好处多 孕妇如何合理地进行体育活动 孕妇能外出旅行吗 怀孕后怎样洗澡 怀孕后如何美容 怀孕后为什么不宜太胖 怀孕后为什么要验血型 孕妇能照x线吗 怀孕后为什么不要养宠物 为什么孕妇不宜长时间吹电风扇 节日期间孕妇应注意哪些PART 3 胎教总动员 实施胎教有哪些方法和原则 哪些食物能促进胎儿大脑的发育 音乐胎教通常以哪几种方法施行 妊娠早、中、晚期应如何选用胎教音乐 什么是运动胎教 怎样帮助胎儿做操 什么是语言胎教 怎样给胎儿讲故事和“看图册” 什么是抚摩胎教 如何进行抚摩胎教 为什么准妈妈要做好情绪胎教准妈妈如何摆脱消极情绪的困扰 什么是环境胎教 如何创造温馨的家庭环境 孕妇怎样进行想象胎教 孕妇怎样进行光照胎教 怎样对胎儿进行美的教育 准妈妈在胎教中应起到怎样的作用 受过胎教的孩子具有什么样的特点PART 4 孕期保健 怀孕后为什么要加强心理调节 怀孕后心情不好对胎儿有影响吗 做好孕期保健为什么对胎儿牙齿发育有好处 怀孕后如何做好口腔保健 孕妇能拔牙吗 怀孕后牙龈肿胀怎么办 怀孕后呕吐怎么办 妊娠呕吐需要住院治疗吗 怀孕后腰痛怎么办 怀孕后便秘怎么办 怀孕后心慌怎么办 怀孕后尿频怎么办 怀孕后烧心怎么办 怀孕后皮肤瘙痒怎么办 怀孕后乳房胀痛怎么办 怀孕后下肢浮肿怎么办 怀孕后静脉曲张怎么办 胎位不正怎么办 胎儿过大好吗 怀孕后阴道出血是怎么回事 怀孕后怎样保护乳房 怀孕后为什么要节制性生活 怀孕后为什么不要过度刺激乳头 怎样预防早产 怀孕后怎样作相关检查PART 5 孕期防病用药知多少 怀孕后能打预防针吗 怎样防治妊娠高血压综合征 为什么孕妇不能忽视肛门疾病 孕期性生活后腹痛怎么办 哪些宫缩不要大意 怀孕后身体某些部位疼痛怎么办 胎位不正为什么需要及时矫正 为什么要重视产前测血压 怀孕后肚子痛的原因有哪些 怀孕后得了感冒怎么办 怀孕后得了风疹怎么办 怀孕后得了病毒性肝炎怎么办 妊娠合并肺炎怎么办 怀孕后得了结核病怎么办 孕妇得了急性阑尾炎怎么办 怀孕后贫血怎么办 孕妇如何预防消化道出血 怀孕后得了淋病怎么办 孕妇得了原发性高血压怎么办 妊娠期患了糖尿病怎么办 孕妇患甲亢怎么办 为什么怀孕期间要防尿路感染 孕妇患慢性肾炎怎么办 孕妇患肠梗阻怎么办 孕妇患血小板减少怎么办 妊娠后合并心脏病怎么办 为什么孕妇腹部过大要及时检查 防治妇科疾病的简易方法有哪些 怀孕后为什么不要多服维生素Be 怀孕后用药要注意什么PART 6 临产须知 产前检查有什么好处 过了预产期怎么办 分娩有几种方式 怎样知道快临产了 临产时应注意什么 临产时为什么不要精神紧张 哪些孕妇需要提前住院待产 临产时为何不要憋尿 分娩时阵痛为何不要大叫 自然产好还是剖宫产好 什么情况下才能剖宫产PART 7 新妈妈产后备忘录 剖宫产后如何护理腹部伤口 产后会阴疼怎么办 产后需作哪些检查 产后保健应注意什么 产后何时下床好 产后如何防治便秘 产后如何防治肛裂 产后排尿困难怎么办 产后何时能洗澡 引起恶露异常的原因有哪些 产后要忌口吗 产后吃多少鸡蛋合适 产后为何不宜吃人参 产妇应如何补充营养 产后为何要多饮汤 产

<<怀孕分娩育儿专家方案>>

后多久身体才能恢复 产后如何防止发胖 哺乳会影响胸部美观吗 为什么产后不宜过早瘦身 产后为什么不要久卧床 产后如何防治忧郁症 产后性生活应注意什么 产后怎样预防产褥感染 产后脱发怎么办PART 8 宝宝科学喂养PART 9 婴幼儿日常护理

## <<怀孕分娩育儿专家方案>>

### 章节摘录

插图：凡有呼吸困难、易疲劳、心慌心悸症状的女性应检查心脏，确诊为心脏病的应在妊娠前进行治疗。

症状不严重的心脏病患者，在征得医生同意之后，应选择有心脏病专业医生的医院，在医生指导下怀孕。

如果已经怀孕，应立即到医院找产科医生和内科医生进行检查，以确定心脏功能情况，分析是否能够经受妊娠和分娩所增加的负担。

若经医生检查，心脏功能不能胜任的，则应适时终止妊娠。

此外，先天性心脏病有一定的遗传倾向，为避免给宝宝带来遗憾，先天性心脏病女性一定要谨慎孕育。

母婴传播是乙肝病毒传播的一个主要方式。

因此，乙肝女性应谨慎怀孕。

此外，研究表明，乙肝病毒也可通过父婴传播。

有乙肝的男性，其精子中可检出乙肝病毒DNA，使后代成为乙肝患者或病毒携带者。

因此，无论男女任何一方患有乙肝，都应积极进行治疗。

急性乙肝患者，可在肝功能正常一年后并在医生的指导下，选择合适的时机受孕。

慢性乙肝患者必须在专业医生的指导下判别自身目前的乙肝患病状况，再确定是否可以怀孕。

乙肝孕妇在怀孕期间，定期复查肝功能非常重要，最好1~2个月复查1次。

同时，应该终止使用各种具有肝毒性的药物，如抗生素、抗结核药物，治疗糖尿病的药物等。

## <<怀孕分娩育儿专家方案>>

### 编辑推荐

《怀孕分娩育儿专家方案》是由中国人口出版社

<<怀孕分娩育儿专家方案>>

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>