

<<怀孕分娩图谱>>

图书基本信息

书名：<<怀孕分娩图谱>>

13位ISBN编号：9787510107085

10位ISBN编号：7510107083

出版时间：2011-4

出版时间：中国人口出版社

作者：胡巧艳

页数：493

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>

<<怀孕分娩图谱>>

内容概要

对于每个家庭来说，生宝宝是人生中最值得期待的一件事，需要准父母用骨血去浇灌出新的生命，并用自己的生命去呵护他，扶持他。

当你得知一颗小小的生命种子终于在你的子宫内扎根的瞬间，你会发现从那一刹那开始。世界真的变得有些不同，新生命的到来与成长，会让家庭完成一次蜕变的洗礼。

整个孕期如同一次特别的旅行，途中充满艰辛，宝宝的到来仿佛彻底改变了你们的生活，让一切都变得不可思议起来。

在你们感觉幸福与兴奋?时候，可能疑惑、担忧以及不适也接踵而来：该怎么吃，该怎么穿，起居又要注意什么问题，感冒了怎么办……这些都成了困扰你们的棘手难题。

怎么办呢，
这时候，一本全面而科学的孕产读物将成为你们此次旅途的最好向导。

本书正是以为新手爸妈提供全面而详尽的孕期指导为原则编著而成的。

其最大的特点在于知识点全面，书中的内容涵盖孕期小家庭生活的各个方面、为新手爸妈悉心介绍了孕产期间的衣、食、住、行、娱乐乃至心理调适等全方位的难题解决方案，让新手爸妈不再做无谓的担忧和迷茫，能全身心地享受孕育带给小家庭的幸福滋味。

为了阅读方便，本书按日十间顺序展开。

从准备怀孕开始，按月进行宝宝发育进程、准妈妈身体变化、饮食、起居、胎教，疾病等多方面的阐述而且书中配合插图，阅读起来轻松易懂。

力求使准父母们对怀孕各个阶段可能出现的问题以及应该采取的应对方法有清晰明确的了解，在科学的指导下战胜自己所遇到的困难，拥有幸福、完美的孕期生活。

孕期结束后，针对新妈妈产后恢复容易遇到的问题，本书还增加了关于“坐月子指导”的内容，为生完宝宝后不知如何尽快恢复的准妈妈们提供帮助，

<<怀孕分娩图谱>>

书籍目录

第1章 做好孕前准备，预订一个健康聪明的宝宝

第二章 孕1月指导

第三章 孕2月指导

第四章 孕3月指导

第五章 孕4月指导

第六章 孕5月指导

第七章 孕6月指导

第八章 孕7月指导

第九章 孕8月指导

第十章 孕9月指导

第十一章 孕10月指导

第十二章 分娩细节全关注

第十三章 产后坐月子指导

<<怀孕分娩图谱>>

章节摘录

版权页：插图：准妈妈身体有哪些微妙的变化这一个月子宫已经像婴儿的头部一般大小，准妈妈的下腹部开始隆起，原来的裤子或裙子可能会穿着有些紧了，要开始换穿孕妇装了。

准妈妈的乳房在这一个月明显地增大，而且乳晕的颜色变得更加深了。

除此之外，有的准妈妈的乳头还能挤出乳汁来，看上去就好像是刚刚分娩后分泌的初乳。

早孕反应会逐渐消失，痛苦的早孕反应逐渐减轻，进入安定期。

子宫长到新生儿头的大小，因为到了骨盆上方，尿频和便秘症状也有所缓解，准妈妈食欲开始增加。并且由于胎盘已经形成，流产的可能性减少了很多，可以说是进入了相对安定的时期，准妈妈的身心也会变得舒畅了很多。

准妈妈阴道白带增多，含有乳酸菌、阴道脱落上皮细胞和白细胞等。

孕妈妈体内的雌激素和生殖器官的充血情况直接影响阴道分泌物的多少。

由于怀孕时准妈妈体内的雌激素水平较高，盆腔及阴道充血，所以，白带增多是非常正常的现象。

这时，应注意避免使用刺激性强的肥皂。

若分泌物量多且有颜色，性状有异常，应去医院检查。

这时，准妈妈的基础体温仍然保持升高的状态。

由于胎宝宝的不断成长，子宫逐渐增大，准妈妈有腰部沉重感，大腿根部有时出现抽搐。

准妈妈的腹部从肚脐到耻骨可能会出现一条垂直的黑色妊娠纹，脸上也可能出现黄褐色的怀孕斑，这是怀孕的特征，一般在分娩结束后就会逐渐变淡或消失。

<<怀孕分娩图谱>>

编辑推荐

《怀孕分娩图谱》：指导专家黄醒华,首都医科大学北京妇产医院,主任医师,首都医科大学硕士生导师、教授,中华预防医学会妇女保健学会主任委员推荐。

<<怀孕分娩图谱>>

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>