

<<怀孕分娩育儿专家指导>>

图书基本信息

书名：<<怀孕分娩育儿专家指导>>

13位ISBN编号：9787510108556

10位ISBN编号：7510108551

出版时间：2011-12

出版时间：中国人口出版社

作者：金瓔

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>

<<怀孕分娩育儿专家指导>>

内容概要

《怀孕分娩育儿专家指导（升级版）》在24~29周岁这一时期女性发育完全成熟，卵子质量高，若怀胎生育，分娩危险小，胎宝宝生长发育好，早产、畸形儿和痴呆儿的发生率最低。若早于20岁怀孕生育，胎宝宝与发育中的母亲争夺营养，对母亲健康和胎宝宝发育都不好。而随着年龄的增长，卵泡在卵巢中积存的时间过长，致使染色体发生“老化”，出现衰退，年龄增大，遗传物质发生突变的机会也随之增多，导致先天愚型和各种畸形儿的产生。而且随着年龄的增长，怀孕的概率会下降，更容易患孕期并发症。

<<怀孕分娩育儿专家指导>>

书籍目录

PART 1 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

.....

PART 3 胎教总动员

PART 4 孕期保健

PART 5 孕斯防病用药知多少

PART 6 临产须知

PART 7 新妈妈产后备忘录

PART 8 宝宝科学喂养

PART 9 婴幼儿日常护理

<<怀孕分娩育儿专家指导>>

章节摘录

版权页：插图：糖尿病患者怀孕后，容易出现酮症酸中毒、低血糖、妊娠高血压、泌尿生殖系统感染等疾病，分娩时大出血的概率也增加。

同时，胎宝宝容易出现巨大儿的情况，畸形率也增加。

因此，一般情况下，严重糖尿病人不宜妊娠。

如果属于轻型，可以进行全面孕前检查，确定血糖、肝、肾、眼底没有损害，可在医生的指导下进行血糖控制和稳定，才能使月经恢复正常，增加受孕概率。

糖尿病妈妈怀孕后，同样要稳定血糖的正常，才能确保母婴健康，顺利分娩。

同时，在孕期要加强产前检查，取得医生的指导，以便发生异常时及时控制。

高血压是一种有遗传倾向的疾病，因此计划妊娠的妇女，尤其是家族有高血压历史者，在准备怀孕时一定要不要忘记测量血压。

如果你已经知道自己有慢性高血压，在要孩子之前，需请心血管专家进行全面检查，以决定能否妊娠。

此外，高血压怀孕后，血压会更高，并出现病理性改变以及缺血等情况，使胎宝宝在母亲体内因缺氧以及营养物质的减少，而导致胎宝宝宫内发育迟缓、流产、早产，严重者可出现胎死宫内。

因此，患者在怀孕期间一定要注意控制血压。

高血压具有一定的遗传倾向，岁数越大风险越大，而且高血压在家族中的遗传倾向也越大。

女性一定要注意把握最佳育龄，健康孕育。

<<怀孕分娩育儿专家指导>>

编辑推荐

《怀孕分娩育儿专家指导(升级版)》是：指导专家 / 戴淑凤北京大掌第一临床医学院妇产儿童医院教授中国优生科学协会理事中国优生优育协会理事。

<<怀孕分娩育儿专家指导>>

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>