

<<新手妈妈必读>>

图书基本信息

书名：<<新手妈妈必读>>

13位ISBN编号：9787534548161

10位ISBN编号：7534548160

出版时间：2006-1

出版时间：江苏科学技术出版社

作者：孙丽洲

页数：155

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>

<<新手妈妈必读>>

内容概要

《新手妈妈必读》为您提供第一次做母亲所必备的相关知识，并且注重这种知识的系统性、完备性与实用性。

大到分娩期异常情况的处理，小到孕期的美容与化妆；近至临产期的心理准备，远至怀孕前的准备与分娩后的婴儿哺育。

相信在人生这一重要“新手”阶段，《新手妈妈必读》能够给您以有益的指导与切实的帮助。

本书为您提供第一次做母亲所必备的相关知识，并且注重这种知识的系统性、完备性与实用性。

大到分娩期异常情况的处理，小到孕期的美容与化妆；近至临产期的心理准备，远至怀孕前的准备与分娩后的婴儿哺育。

相信在人生这一重要“新手”阶段。

本书能够给您以有益的指导与切实的帮助。

<<新手妈妈必读>>

书籍目录

产前篇 怀孕前的准备 1.去医院进行孕前咨询 2.经常锻炼 3.调整好情绪 4.掌握排卵时间 5.戒烟戒酒 6.远离家电污染 7.均衡饮食 8.不要滥用药物和随便做一些检查 9.有反复流产史的妇女孕前准备需特别注意 10.调整营养和健康状况 避孕后多久可妊娠 最佳受孕时机和受孕年龄 早孕确诊检查和建卡的注意事项 1.早孕确诊检查 2.建卡 调整好孕期心态 孕期用药 孕期的健康饮食 1.关于孕期饮食热量的摄入 2.膳食平衡 孕妇的着装 孕期安全旅行 孕期美容与化妆 1.忌用染发剂 2.忌用冷烫精 3.忌用口红 4.忌用指甲油 5.忌戴隐形眼镜 孕期产检时间及各期应做的检查项目 1.早孕建卡的内容 2.建卡后每月检查一次 3.孕晚期至分娩 孕期胎教 1.通过动作和声音与胎儿对话 2.给胎儿讲故事 3.欣赏胎教音乐 4.给胎儿唱歌 5.胎儿性格和求知欲的培养 孕期筛查时间、内容和意义 1.唐氏综合征筛查 2.50克糖筛查 B超筛查的方法、内容和意义 产前诊断的技术方法 1.超声波检查 2.羊膜腔穿刺 3.绒毛细胞检查 4.X线检查 5.胎儿镜检查 预产期的计算方法和孕周的计算方法 1.最后一次月经计算法 2.以受精日计算 3.超声波断层法 4.由子宫大小推定分娩篇产后恢复篇婴儿哺育篇

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>