

<<十月怀胎百事通>>

图书基本信息

书名：<<十月怀胎百事通>>

13位ISBN编号：9787536950153

10位ISBN编号：7536950152

出版时间：2011-5

出版时间：陕西科学技术出版社

作者：范秀华

页数：351

字数：355000

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>

## <<十月怀胎百事通>>

### 内容概要

《十月怀胎百事通(最新双色版)》(编者范秀华)以胎宝宝月龄为顺序,根据孕育的进程,讲述了营养饮食、生活保健、胎教方案、准爸爸进修学堂及分娩、产后等知识,实用性强,《十月怀胎百事通(最新双色版)》是准爸爸准妈妈“好孕”的贴心小帮手。

## <<十月怀胎百事通>>

### 书籍目录

- 第一章 壮苗出沃土——孕育大事重在准备
- 第二章 孕1期——怀孕开启女人神圣的使命
- 第三章 孕2期——小种子开始发芽扎根
- 第四章 孕3期——腹中的“幸福”需要小心呵护
- 第五章 孕4期——孕妈妈的心情，胎宝宝最了解
- 第六章 孕5期——孕妈妈的饮食，胎宝宝一起分享
- 第七章 孕6期——孕太明显，处处需小心翼翼
- 第八章 孕7期——和胎宝宝一起的日子永远难忘
- 第九章 孕8期——流下的每一滴汗水都是幸福的
- 第十章 孕9期——日夜期盼的幸福越来越近
- 第十一章 孕10期——宝宝诞生时刻即将来临
- 第十二章 宝宝出世啦——美丽新生活重新开始

## &lt;&lt;十月怀胎百事通&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：插图：水中分娩，是在孕妈妈进入第一产程时进行的，当宫颈口扩张到7~8厘米时，产妇就可以下水。

水的浮力能使孕妈妈紧张的肌肉得以放松。

分娩时用水的温度略高于人体，孕妈妈被温暖的水包围着，对孕妈妈来说就如同镇静剂，可舒缓身心，缓解产痛，有助于产程顺利进展，使母亲尽快见到孩子。

选择水中分娩，孕妈妈除应当具备阴道分娩的条件外，必须保证胎位正常，还要求孕妈妈对正常的自然分娩过程有足够的了解，有充分的思想准备，在产程中能很好地与医生配合，才有可能使水中分娩获得成功。

理想的分娩镇痛，要求镇痛起效快，可控性强，运动神经阻滞轻微，母婴毒性低，对宫缩无明显干扰，且不影响产程。

(1) 硬膜外阻滞镇痛这是目前各大医院运用最广泛、效果比较理想的一种。

它可以阻断分娩的妈妈的感觉神经，但不影响其子宫收缩及运动神经，而且，分娩的妈妈头脑清醒，能积极配合参与整个分娩过程。

(2) 笑气镇痛笑气即氧化亚氮，是一种吸入性麻醉剂。

分娩的新妈妈可开始自控吸入笑气，不需要特殊设备，也不需要麻醉医生的帮助。

笑气镇痛效果比较好，也不影响分娩过程，又能使分娩的妈妈保持清醒状态，可以很好地配合医生，还能缩短产程。

无痛分娩的无痛也不是绝对“无痛”，不管用什么方法都很难做到绝对不痛，只是设法减轻疼痛，让疼痛变得容易忍受。

导乐分娩导乐(Dula)是希腊语的译音。

表示一位妇女照顾另一位妇女。

导乐式分娩是指一个有爱心、有分娩经历的妇女，在整个产程中给新妈妈以持续的生理、心理及感情上的科学支持。

在导乐式分娩中，新妈妈由有分娩经验的助产士陪伴，实行一对一的服务，使产程在无焦虑、充满热情、关怀和鼓励的气氛中进行。

导乐式分娩是一种经济节约、符合人类生殖生理的精神镇痛分娩方式。

人类分娩过程中的疼痛严重程度与精神因素有密切关系。

新妈妈的思想可以直接影响子宫收缩，如恐惧或精神紧张等，会使子宫收缩失去协调。

子宫收缩失去协调后，新妈妈就会感到下腹疼痛，同时又影响子宫颈扩张，难产随之发生。

而导乐作为有同情心、有分娩经验的医务人员，能给新妈妈以主动、热情的关心、安慰和指导，这样，新妈妈在充分理解分娩过程中应该发生的问题后，就有了足够的精神准备和信心，分娩就会顺利完成。

阵痛是来自胎儿的信息，仿佛告诉母亲：“妈妈，我已准备好要出来了。

”孕妈妈要用努力和爱帮助胎儿诞生。

## <<十月怀胎百事通>>

### 编辑推荐

《十月怀胎百事通(修订版)》由陕西科学技术出版社出版。

<<十月怀胎百事通>>

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>