

<<完美孕前准备大百科>>

图书基本信息

书名：<<完美孕前准备大百科>>

13位ISBN编号：9787537539593

10位ISBN编号：7537539596

出版时间：2010-7

出版时间：河北科技出版社

作者：杨雅琴

页数：357

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>

## <<完美孕前准备大百科>>

### 内容概要

优生专家+妇幼保健专家，为你指点迷津。

你想知道的+你不知道的，尽在书中。

通俗易懂的语言+精美的图片，让你一目了然。

科学的优生方法，让你一学就会。

超前一步，步步领先，充分的孕前准备才能预约一个完美的宝宝，全新的孕育理念，为你踏上幸孕历程提供一个良好的开端。

## <<完美孕前准备大百科>>

### 书籍目录

Part 01 孕前知识准备——优生怀孕常识大盘点 优生的基本条件 条件 ——男女生殖系统健康 女性生殖系统 男性生殖系统 条件 ——体内激素正常分泌 条件 ——卵子品质优良 孕前基本要求要了解 遗传对优生的影响 环境对优生的影响 生活方式与优生 性生活与优生 优生怀孕禁忌Part 02 孕前6个月——预约一个健康聪明的宝宝Part 03 孕前3个月——将身心状态调整至最佳Part 04 孕前1个月——为怀孕做好细节准备Part 05 孕前1周——喜迎“幸孕”的降临Part 06 解除心中的难言之隐——不孕不育专家指导

## <<完美孕前准备大百科>>

### 章节摘录

一天为排卵后安全期。

排卵后安全期比排卵前安全期更安全。

这是因为有些女性有时受环境变化和情绪波动等影响使排卵提前，这样排卵前安全期就会缩短，而自己并不知道，这样排卵前安全期就不大安全了。

卵巢在一个月经周期中先后排两次卵的机会是极少的，即排卵后到下次月经来潮前这段时间一般不会再发生第二次排卵，所以，排卵后安全期就比较安全。

2实用对象 安全期避孕是指根据妇女的性周期变化，选择适当的性交时间来避孕，因此又称为月经周期避孕法或自然避孕法。

目前认为，安全期避孕只适用于月经周期规则，夫妻生活在一起，能熟练地掌握和严格遵照安全期性交的人使用。

对于月经周期不规则、新婚夫妇、不经常生活在一起的夫妇、生产和流产后的妇女，以及精神情绪、生活环境和健康状况有变化的妇女，由于排卵情况不稳定，一般不宜使用安全期避孕。

体外排精避孕法又称性中断法，是在性生活进入高潮，男方于射精前将阴茎从阴道抽出，将精液排在阴道外面，这样精子就不能进入子宫腔，没有和卵子相遇的机会，从而达到避孕的目的。

这种方法看起来简单易行，但其实却是弊多利少，容易导致避孕失败。

会阴尿道压迫避孕法，是指射精前立即用手指强力压迫阴囊后面的会阴部尿道，迫使精液逆行射入膀胱而不进入阴道，以达到避孕目的的方法。

要使压迫会阴尿道避孕法获得成功，要注意3个环节。

一是要掌握好射精的时间，一定要在正式射精前将尿道压住；二是压迫部位要准确；三是压迫要完全。然而这3个环节很难为一般人所掌握，尽管其虽有一定的避孕效果，但也和体外排精避孕法一样容易失败。

这是因为：射精前已有少量精液进入阴道；压迫尿道不完全、部分精液射入阴道；在阴茎抽出阴道前稍不注意，放松了对尿道的压迫，尿道内残留精液仍然会进入阴道等。

这些都有可能引起怀孕，造成避孕失败。

<<完美孕前准备大百科>>

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>