

<<怎样当好新妈妈>>

图书基本信息

书名：<<怎样当好新妈妈>>

13位ISBN编号：9787538451603

10位ISBN编号：7538451609

出版时间：2011-7

出版时间：吉林科技

作者：张小飞 编

页数：320

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>

## <<怎样当好新妈妈>>

### 内容概要

张小飞主编的《怎样当好新妈妈》以科学讲解、轻松阅读为原则，为新妈妈提供全面的健康指导。本书还是一本全方位向新手父母提供具体喂养建议和实际护理指导的育儿全书。内容将涉及育儿的各个领域，希望可以为新妈妈提供科学的育儿指导，让新手父母可以更好地照顾宝宝，让宝宝健康聪明地成长。

## <<怎样当好新妈妈>>

### 书籍目录

#### 第一章 怀孕，你准备好了吗

- 夫妻健康胎儿才健康
- 怀孕计划，三大优孕知识
- 受孕
- 受孕几率与性生活频率
- 受孕需要哪些条件
- 如何做到优孕
- 优身受孕
- 优时受孕
- 优境受孕
- 在最佳生育年龄段受孕
- 夏末秋初时怀孕最佳
- 父母遗传与优孕
- 遗传基因如何起作用
- 寿命
- 体形
- 身高
- 肤色
- 眼睛
- 鼻子
- 耳朵
- 声音
- 智力
- 显性基因“优先权”
- 五种状况不宜怀孕
- 流产
- 戴避孕环
- 口服避孕药
- 慢性病长期服药
- X线检查后
- 孕前必查的遗传性疾病
- 染色体病
- X连锁遗传病
- 先天性代谢缺陷病
- 先天畸形
- 小心胎儿“房子”的威胁
- 子宫肌瘤
- 子宫的炎症感染
- 多次意外怀孕手术
- 健康爸爸的五项指标
- 年龄
- 心情
- 运动
- 饮食
- 性生活

## <<怎样当好新妈妈>>

丈夫营养充足有益妻子怀孕

蛋白质：充足不过量

锌、硒：合理补充

各种维生素：不可少

脂肪：有选择还要适量

烟、酒：严格戒禁

怀孕前要了解身体状况

是否患有长期的疾病

是否正在服用避孕药

是否有遗传疾病家族史

是否吸烟或饮酒

你有进行足够的运动吗

你的体重是多少

饮食是否有益健康

女性的、0种亚健康状态

腰疼

易怒

经常头晕

早上起来出现黑眼圈

晚上腿肿、没有知觉

手脚经常抽筋

比平时多汗

体重变化、经常口渴

大量脱发

健康隐患的面部特征

亚健康男性精子质量低

不良习惯易导致不育

不育男性有职业倾向

缺乏营养的6大信号

头发干燥、脱发

夜晚视力降低

舌炎、舌裂、舌水肿

嘴角干裂

牙龈出血

味觉减退

提升免疫力有助于优孕

科学的饮食

良好的习惯

亚健康综合征的表现

.....  
第二章 孕期，健康妊娠280天

第三章 分娩与产后坐月子

第四章 婴幼儿喂养常识

第五章 婴幼儿护理常识

第六章 婴幼儿早教

## <<怎样当好新妈妈>>

### 章节摘录

先天性代谢缺陷病的产前诊断主要是检查羊水或羊水细胞的生化异常或酶的改变，因此在做产前诊断时，必须对该病的生化本质有充分的认识。

只有生化本质完全明确的代谢病才能进行胎儿产前诊断，否则无法进行。

诊断代谢缺陷病的标本以往主要用经过培养的或未经培养的羊水细胞和羊水上清液，因此只有在羊水或羊水细胞中得到表现的代谢缺陷病才有可能进行产前诊断，这就使诊断的范围受到了一定的限制。近年来，基因诊断的兴起和发展，使遗传病有了更直接和有效的诊断手段，可对DNA进行直接分析，也需要取羊水检查。

另外在孕早期还可进行绒毛化验，在中晚期可行脐血穿刺做相应的检查。

.....

## <<怎样当好新妈妈>>

### 编辑推荐

《怎样当好新妈妈》收录全面的孕前准备、孕期健康指导、分娩与产后坐月子常识，及具体的婴幼儿喂养方法和实际护理指导。

孕期保健、安心分娩、产后恢复……让您轻松面对怀孕期间的种种担心。

教您如何避免育儿中的不安全因素，科学地养育宝宝，正确地教育宝宝。

以科学讲解、轻松阅读的原则，为新妈妈提供全面的健康指导。

全面的孕期生活指导，掌握科学的育儿方法。

孕前的充分准备，健康妊娠280天。

科学的喂养护理，让宝宝茁壮成长。

<<怎样当好新妈妈>>

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>