

<<孕产优生专家指南>>

图书基本信息

书名：<<孕产优生专家指南>>

13位ISBN编号：9787801746603

10位ISBN编号：7801746600

出版时间：2008-12

出版时间：中医古籍出版社

作者：赵彩英

页数：316

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>

## <<孕产优生专家指南>>

### 内容概要

《家庭健康实用手册：40周孕期专家指南》以图文并茂的形式，详细解读了孕前、孕期及分娩的相关知识。

重点介绍了40周孕期母体和胎儿的成长变化以及饮食、生活起居、胎教等内容，是准妈妈不可或缺的妊娠工具书。

## &lt;&lt;孕产优生专家指南&gt;&gt;

## 书籍目录

孕前保健——只为怀上最棒的一胎第一章 优生方案——命运掌握在自己手中第一节 遗传，人类不朽的永生什么叫遗传孩子长大后像谁哪些情况可能发生遗传病如何杜绝遗传病为什么要禁止近亲结婚遗传与优生环境有关吗长寿与遗传有关系吗智商可以遗传吗近视会遗传吗第二节 婚姻，为优生上一道保险科学择偶是优生的先决条件未婚先孕的危害莫忽视婚后宜马上怀孕吗女子性高潮有益优生把握最易受孕的时间你不可不知的最佳生育季节你不可不知的最佳生育年龄过度疲劳不宜优生择偶要取人之长补己之短第二章 专家解疑——孕前知识直通车第一节 龙子凤胎的孕前准备营养储备要提前孕前准妈妈应补充的营养物质孕前不宜过多食用的食物肥胖者孕前营养建议体重过轻女性孕前如何饮食高龄女性应注意哪些问题孕前应注射哪些疫苗孕前应治疗哪些疾病影响男性生育的药物有哪些暂时离开有害的工作环境怀孕前应改变的生活方式口服避孕药的女性如何怀孕X线照射后及长期服药的女性不宜立即怀孕当心手机影响生育不宜受孕的情况有哪些取环后的女性不宜立即怀孕做人工流产、剖宫产后或早产的女性如何怀孕怀孕时应禁忌的药物孕前调养好身体素质第二节 避孕中蕴藏的“大学问”要有计划地怀孕避孕有什么重要的现实意义新婚初夜如何避孕口服避孕药的不良反应外用避孕药不如口服避孕药安全期避孕法不安全性交中断法不宜采用如愿以偿——爱你，亲亲我的宝贝第一章 精致护身——蛛丝马迹早发现第一节 精王子与卵公主的美丽邂逅怀孕初期有哪些生理信号怀孕后有哪些症状多长时间可测出怀孕自测怀孕有方法早孕试纸一定准确吗怎样确诊有身孕第二节 妊娠变化，欢迎十月“孕”美人怀孕后生理变化有哪些怀孕后皮肤有哪些变化怀孕后乳房有什么变化怀孕后体重有什么变化怀孕后血液循环系统有哪些变化怀孕后心脏血管系统有哪些变化怀孕后骨骼系统有哪些变化怀孕后肠胃系统有哪些变化妊娠几个月时能看到孕妇腹部增大孕期正常的生理变化过程第三节 妊娠反应，妊娠的第一道难关为什么身体持续低热为什么引起眩晕和贫血妊娠期的孕吐反应妊娠反应和胎儿的关系体质和妊娠反应有关系吗妊娠反应与维生素有什么关系什么是病理性妊娠反应喜欢吃的食物可使反应减轻减轻妊娠剧吐的方法有哪些第二章 知己知彼——揭开妊娠十月的神秘面纱第一节 初孕时应注意的几个问题孕期阴道出血怎么办不知道怀孕吃了药怎么办不知道怀孕发生了同房有关系吗孕期感冒能服药吗轻松推算预产期孕妇应记住的时间第二节 胎儿生活的“宫殿”面面观新生命是怎样诞生的受精卵是如何发育成胎儿的胎儿的生长环境胎心……第三章 健康居家——行之有效的妊娠细节第四章 “运”筹帷幄——构建健康“防火墙”第五章 细嚼慢咽——味蕾需要你的讨好第六章 胎教加油站——让宝宝受用一生的财富第七章 医疗保健——只为孕育一个健康的宝宝拨云见日——迎接新生命的到来第一章 分娩进行时——打开幸福分娩的天窗第二章 健康七色光——新生宝宝贴心护理备忘录第三章 劳逸结合——新妈妈产后护理备忘录

## <<孕产优生专家指南>>

### 章节摘录

插图： 双眼皮。

眼形是遗传的，而且大眼睛相对小眼睛是显性遗传的。

这对小眼睛的人来讲，无疑是件高兴的事，不管自己怎样，只要配偶是大眼睛，生的孩子大眼睛的可能性大一些。

刚生下来是单眼皮的话，不用过分担心，说不定会变呢！

据统计，幼儿时双眼皮只不过20%，中学时有40%，到大学时约占到50%。

眼球的颜色。

黑色等深颜色相对浅颜色是显性遗传。

也就是说，假如你羡慕蓝眼睛的话，即使你选择了蓝眼睛的爱人，可因为你是黑眼睛，你生的孩子也不会是蓝眼睛的。

长睫毛。

是显性遗传的。

(2) 半数遗传 身高。

只有30%的主动权握在你的手里，因为决定身高的因素35%来自父亲，35%来自母亲。

假若父母双方个头不高，那只剩30%的后天身高因素，也决定了你力求长个的尝试不会有明显效果。

身材。

父母肥胖，使子女们有53%的机会成为大胖子，若一方肥胖，概率便下降到40%。

这说明，胖与不胖，大约有一半可以由人为因素决定，我们完全可以通过合理饮食、充分运动使自己体态匀称。

秃头。

父亲是秃头，遗传给儿子概率有50%，就连母亲的父亲，也会将自己秃头的25%的概率留给外孙们。

这种传男不传女的性别遗传倾向，让男士们无可奈何。

<<孕产优生专家指南>>

编辑推荐

《孕产优生专家指南(双色图文版)》：全国知名妇幼保健专家倾力打造怀孕初期的生理信号 睡高龄妊娠应注意的问题怎样提高胎教的效率 新生宝宝的贴心护理

<<孕产优生专家指南>>

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>