

<<孕产妇保健全程指导>>

图书基本信息

书名：<<孕产妇保健全程指导>>

13位ISBN编号：9787802038875

10位ISBN编号：7802038871

出版时间：2010-2

出版时间：中国妇女出版社

作者：华苓 编

页数：276

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>

<<孕产妇保健全程指导>>

前言

对于女人而言，怀孕是件幸福的事，但是，在怀胎十月的日子里，准妈妈不仅要跟身体的各种变化和不适作斗争，同时还要为孕产期的健康问题担忧，生怕一不小心，给胎宝宝造成不良影响。

所以，如何科学、安全、轻松地度过孕期，怎样孕育一个健康、聪明的宝宝，成了每个女人的梦想，每个妈妈的心愿。

梦想要成真，心愿要实现，这样要求准妈妈们要了解必要的孕育知识，掌握好孕前、孕中、孕后的相关事宜。

这样，准妈妈才能科学、自信、轻松地孕育宝宝，胎宝宝才能健康、安全、快乐地成长。

为此，我们特意为准妈妈们打造了这本《孕产妇保健全程指导》，从孕前常识、孕期保健、临产策略、生产常识、分娩宜忌、产后护理等几个方面着手，对女性孕期及产后可能遇到的种种问题，进行了翔实的分析和介绍。

本书语言简洁，内容实用，是每一位孕产期女性手边必备的书籍，也是每一位孕产期女性真诚的朋友。

相信在本书的指导和关怀下，您和心爱的宝宝都能健康、快乐、幸福地生活。

<<孕产妇保健全程指导>>

内容概要

对于女人而言，怀孕是件幸福的事，但是在怀胎十月的日子里，准妈妈们可能要面临各种难题和不适，如何科学、安全、轻松地度过孕期，怎样孕育一个健康、聪明的宝宝，相信是每个女人关心的，也正是《孕产妇保健全程指导》要为您呈现的。

<<孕产妇保健全程指导>>

作者简介

华苓，首都医科大学附属北京中医医院妇科主任医师、教授，《国际妇产科杂志》妇产科分册编委，中国中西医学学会妇产科学会北京分会委员。

1984年毕业于北京中医药大学中医系，从事中医及中西医妇科临床、科研与教学工作25年。

近5年发表论文11篇，参与编写著作4部。

共获科研奖6项

<<孕产妇保健全程指导>>

书籍目录

第一章 孕前常识 提倡适龄结婚的意义 近亲结婚的危害 婚前检查的内容及意义 提倡优生的含义 遗传与优生的关系 妊娠的最佳年龄 怀孕应具备的条件 最佳受孕的10个时间段 最佳受孕的心理状态 不宜受孕的情况和时期 年龄过大不宜妊娠 年龄过小妊娠有害 正确认识月经 正确认识受精 正确认识妊娠 解读着床 解读不孕症 女性不孕的原因 男性不育的原因 男女双方不孕的原因 决定胎儿性别的性染色体 准确预测胎儿性别 孩子的遗传趋势及影响 父母血型与子女血型的关系 患有以下疾病者不能生育 怀孕前应做的12个准备 白领女性孕前必补的营养素 白领男性的四大护精原则

第二章 孕早期保健 怀孕1个月 胎儿与母体的变化 妊娠检查 超声波是一种什么检查 40岁初次怀孕需做的检查 确定孕妇和胎儿健康要做哪些检查 如何通过血检查胎儿缺陷 心理调适 饮食调养 怀孕早期需要补充哪些营养 为什么孕早期要补充叶酸 补充叶酸的食谱 身体异常及疾病防治 孕早期对先天性畸形的预防 怀孕早期出现便秘怎么办 怀孕早期肚子酸痛怎么办 早期感冒怎样防治 日常生活注意事项 孕早期应注意的事情 孕早期保胎应注意的事宜 春季孕早期如何保养 孕妇如何安度三伏天 孕妇如何安全过冬 孕妇不宜做哪些工作 孕妇应保持什么样的情绪 妊娠期间是否可以过性生活 妊娠期做家务应注意的事项 怀孕2个月 胎儿与母体的变化 妊娠检查 心理调适 饮食调养 呕吐食谱 安胎食谱 怀孕早期食欲不振的调养 身体异常及疾病防治 引起流产的原因有哪些 先兆性流产如何防治 职业女性易流产的原因及预防 怀畸形儿的原因是什么 日常生活注意事项 预防流产 孕妇的居室要求 孕早期适宜做哪些运动 孕早期要避免房事 孕早期尽量少使用手机 孕早期要远离电脑 孕早期避免长途旅行 怀孕3个月 胎儿与母体的变化 妊娠检查 心理调适 饮食调养 孕早期不要擅自进补 利于胎儿大脑发育的食品 孕早期饮食应注意的事项 身体异常及疾病防治 怀孕早期身体出现倦怠应如何处理 怀孕早期出现流涎怎么办 怀孕早期出现头痛怎么办 怀孕早期出现胃肠胀气该如何处理 日常生活注意事项 孕妇睡眠时间多少为宜 孕妇睡眠姿势有什么讲究 孕妇为什么应常洗头洗澡

第三章 孕中期保健 第四章 孕晚期保健 第五章 临产策略 第六章 生产常识 第七章 分娩忌宜 第八章 产后护理 第九章 新生儿的护理及疾病的防治附表

<<孕产妇保健全程指导>>

章节摘录

插图：从优生保护的角度出发，将不能生育的情况分为以下几类：1.先天或后天性生殖系统形态结构功能不全。

如无精症，先天性卵巢缺陷如无子宫、无阴道等。

患有此类疾病者失去生殖能力，故不能生育。

2.身体重要脏器功能不全。

如心、肝、肾、肺功能不全，此类疾病已使患者的全身健康状况受到严重影响，如果妊娠与分娩必然使患者重要脏器的负担加重，甚至危及患者生命，即便妊娠与分娩，所得后代质量必定不高，或者无能力为其后代的成长与教育尽责。

3.遗传性疾病。

有些遗传性疾病是终生难以治愈的，所以生育遗传性疾病的后代对家庭是不幸和痛苦的，还增加社会负担。

所以对患有遗传性疾病和遗传病遗传基因携带者，应作好咨询与婚育指导，凡一定能导致或有极大可能导致其后代发生先天性异常疾病或终生难以治愈性疾病者，比如先天愚型、白痴、遗传性精神病、白化病等，应避免生育。

有些伴性遗传病，在遗传过程中，后代性别不同，发病情况也不同。

如血友病、红绿色盲等，当后代为男性时发病，后代为女性时将成为遗传基因携带者。

所以对这类情况应进行遗传咨询和接受婚育指导，避免、控制和减少遗传病人口的出生。

4.恶性肿瘤病。

全身各个部位都有可能发生肿瘤，对于患有恶性肿瘤者来讲，妊娠与分娩对其生命将是雪上加霜，沉重的打击。

而且在肿瘤学上常有肿瘤家族史现象，即同一家族肿瘤的发病率高，虽不一定患相同肿瘤，但提示该家族对肿瘤易感，也可能与遗传有关。

<<孕产妇保健全程指导>>

编辑推荐

《孕产妇保健全程指导》：书中指南科学翔实，文中关怀无处不在。
孕前知识，怀孕条件应具备，孕期保健，妊娠检查要及时，改食调养，日常生活需注意，心理调适，
疾病异常早防治，临产策略，分娩过程全了解。
孕产指导全攻略母婴健康莫忽视，孕育好宝宝孕前、孕中、孕后大控视。

<<孕产妇保健全程指导>>

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>