

<<婴幼儿营养百科全书>>

图书基本信息

书名：<<婴幼儿营养百科全书>>

13位ISBN编号：9787807077428

10位ISBN编号：7807077425

出版时间：2008-1

出版时间：黄山书社

作者：赵芳芳

页数：494

字数：358375

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>

前言

做父母，您准备好了吗？“十月怀胎，一朝分娩。

”等待成为父母的过程漫长而又甜蜜。

在280天的幸福孕期里，由于没有经验而导致的产前焦虑和不安却是许多女性共有的经历；产后如何重塑曼妙的身姿成为许多新妈妈共同关注的话题；要培育一个健康又聪明的宝宝并非仅仅拥有强烈的责任心就能胜任……在医学昌明的今天，孕育生命不再仅仅是简单的怀孕、分娩，它融入了更加广泛的科学性，优生优育成为全面提高民族素质的坚实基础。

“健康孕产育全程方案”丛书正是本着倡导科学孕育的理念，由全国十大著名妇幼保健中心的28位育婴专家共同指导编著的。

为了让大家能更好地理解科学的孕产育理论，我们摒弃枯燥难懂的医学术语，用通俗易懂的语言将最实用的知识传递给读者。

根据待孕期、孕产期、婴幼儿期各阶段的特点，我们为您制定了详细而科学的指导方案，力求让每一位女性轻松而愉快地度过这段美好的孕期，为人生留下幸福的记忆。

<<婴幼儿营养百科全书>>

内容概要

本书由全国著名的10大妇幼保健中心的28位孕产育专家共同编著。

从孕前的准备工作，孕期的生活百科到分娩的必备常识和产后的常见问题，提供给您全面、科学的信息和指导。

本书涵盖了您最需要的有关怀孕分娩的知识内容，将陪伴您和宝宝轻松、健康地度过孕期，顺利度过难关，成为最幸福的妈妈和最可爱的宝宝。

当孩子呱呱坠地，初为人母、初为人父的您面对这个幼小的生命也许会感到不知所措，宝宝什么时候该喂奶了？

宝宝生病了怎么办？

宝宝怎么吃才有营养？

宝宝需要怎样的早教……一连串的问题是否常常萦绕在您的脑海里？

毕竟，作为父母，谁不希望自己的宝宝健康聪明、人见人爱呢？

“健康孕产育全程方案”丛书悉心关怀您缔造生命的每一步，手把手教您科学的育儿方法，相信您的所有疑问都能在这里找到答案。

本书为丛书的其中一册，由全国著名的10大妇幼保健中心的28位孕产育专家共同编著。

本书涵盖了您最需要的有关怀孕分娩的知识内容，将陪伴您和宝宝轻松、健康地度过孕期，顺利度过难关，成为最幸福的妈妈和最可爱的宝宝。

<<婴幼儿营养百科全书>>

书籍目录

第一篇 孕前用心准备 第一章 孕前须知 一、优生常识 注意人体的生物节律 如何
 确定排卵期 正确选择配偶 优生的关键——肾 优生的必要条件——婚检 影响
 结婚和生育的疾病 影响结婚和生育的疾病 优生与智力及 优生与血型 二、优生
 时机 优生的最佳年龄 优生的最佳季节 孕早期不宜安排在冬季 优生的最佳时
 机 受孕十戒助你孕育优质宝宝 第二章 孕前准备 一、孕前的心理、生和物质准备
 孕前的心理准备 孕前的生理准备 孕前的物质准备 二、孕前的其他准备工作 改变
 避孕措施 治疗牙疾要趁早 接种疫苗要提前 三、不孕不育的原因及处理方法 夫妇之
 间的烦恼——不孕不育 男性不育的原因 男性如何预防不育症 如何治疗男性不育症
 女性不孕的原因 女性不孕的各种症状 治疗女性不孕症的方法 不孕女性需克服七种
 不良心理 美国专家给年轻夫妇的建议 四、孕前男性必读 男性应具备的优生知识
 影响男性生育功能的药物 孕前男性“护精”四大宝典 男性“护精”特别注意事项 关
 于精子健康的10条饮食建议 导致流产的男性方面的因素 第三章 孕前饮食与保健 一、孕前
 的饮食营养 孕前为什么要补充营养 孕前女性如何做好营养准备 孕前营养供给方案
 孕前宜吃的食物 致使男性性功能下降的饮食 男子多补锌可生精养肾 叶酸的补充
 二、调适孕前体质 健康与形体美 锻炼的作用 日常生活中的健美锻炼 养成良好的
 作息习惯 及时清除体内有害物质 三、孕前禁忌 孕前忌用的药物 饮酒、吸烟对胎儿
 的危害 孕前应禁食黑棉子油 让你的宠物先离开 第二篇 安度幸福孕程 第三篇 静待宝宝出
 生 第四篇 产后身体调养

章节摘录

第一章 认识胎教一、胎教的意义什么是胎教？

胎教就是在女性怀孕期间，通过科学地调节母体内外环境，防止不良的主观和客观因素对胎儿的影响，并且有意识地给予胎儿良好的教育，使胎儿身心健康地发育。

良好的胎教有利于宝宝出生后的智力发育和健壮成长。

社会的进步和生产的发展实际上就是科学技术的竞争、智力的竞争、人才的竞争。

人才的造就和培养必须从生命的最初开始，也就是说教育的起点要从胎儿期做起，这样才能从根本上提高人的素质。

根据有关报道，我国目前人口中，重度智力低下的人约有200万，轻度智力低下的人约有2500万。

因此我们要大力提倡优生优育，人人重视培养人才的早期教育，这都必须从胎教开始。

早期教育是人之初的启蒙教育，它是培养人才的奠基工程。

早期教育的起点应该是胎教。

现代科学证明，胎儿是一个有感觉的小生命，对外界的一些变化是有反应的。

胎儿对母亲子宫血管里的血流声、肠道气体的咕噜声、猛烈的雷响声都有反应，还特别爱听父母的讲话声、唱歌声、柔和的乐曲声……既然胎儿对母体内外部的刺激有反应，就可以在胎儿期给予胎儿有益的影响和教育，为儿童的早期教育打下良好的基础。

相反，如果丧失了胎教的机会，到孩子出生后再补做启蒙教育就为时已晚了。

<<婴幼儿营养百科全书>>

编辑推荐

《健康孕产育全程方案·0-4岁智力开发百科全书》由28位著名育婴专家权威奉献。
全面实用、专业科学的孕育宝典。
中国十大妇幼保健中心联合推荐。

<<婴幼儿营养百科全书>>

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>