

<<新编胎教一本通>>

图书基本信息

书名：<<新编胎教一本通>>

13位ISBN编号：9787807531371

10位ISBN编号：7807531371

出版时间：2008-5

出版时间：哈尔滨出版社

作者：任英梅 著

页数：278

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>

## <<新编胎教一本通>>

### 内容概要

就是这样一本提供科学胎教的专业书籍，它依照孕妈妈怀孕的时间顺序，从孕前准备到怀孕的每一个月，按照胎儿的发育程度，给予孕妈妈科学、严谨、方便、实用的胎教指导，使每一位孕妈妈准爸爸都能找到适合自己的胎教方法。

从怀孕到宝宝出生，是胎宝宝发育的关键时期。

在这段时间内，对胎儿实施定期定时的各种有益刺激，可以使胎儿各方面的潜在能力得到最大限度的开发，为出生后的全面发展奠定良好的基础，从而达到优生的目的。

如今，胎教的重要性获得了越来越多人的认可。

为了孩子的未来，越来越多的准父母们都在怀孕后实施胎教。

此外，《新编胎教一本通（图文双色版）》还为孕妈妈们提供最新的孕产信息，告诉准妈妈们自身的变化、胎儿生长发育的情况、准妈妈的日常饮食营养、在生活中应该注意的事项，告诉准妈妈在孕期不知道的、想知道的、应该知道的一切。

《新编胎教一本通（图文双色版）》配以插图详解，倡导以一种明智和负责的态度，帮助初为父母者学习。

希望《新编胎教一本通（图文双色版）》能伴随孕妈妈一起走过难忘的日日夜夜，度过一个健康快乐的妊娠期，孕育出一个健康、聪慧的小宝宝！

<<新编胎教一本通>>

作者简介

孔宪超，博士、硕士生导师。  
1987年毕业于哈尔滨医科大学，现任哈尔滨医科大学附属第二医院妇产科教授、主任医师。  
长期从事妇产科一线临床和教学研究工作，特别在试管婴儿，妇科肿瘤和产前诊断方面具有丰富的经验和较高的建树，在医疗实践中取得了丰硕的成果，曾得到该方面国内最高专家的指导和肯定，并且多次应邀参加国内外学术会议，先后在各种医学杂志和学术会议上发表论文数十篇。

## &lt;&lt;新编胎教一本通&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 胎教基础知识什么是胎教我国古代的胎教理论我国古代胎教的内容我国古代的胎教记载国内的胎教现状正确认识胎教胎教的好处胎教的重要性胎教应从什么时候开始掌握胎儿学习的最佳时机胎教人人能做到胎教的环境母爱是胎教的基础怎样做好胎教的主角准妈妈在胎教中的作用夫妻感情对胎儿的影响孕妇的求知欲对胎儿的影响适宜准妈妈阅读的读物母体与胎儿生理信息的传递母体与胎儿情感信息的传递母体与胎儿行为的沟通胎教与胎儿性格的关系母亲与胎儿情感相通培养胎儿的习惯受过胎教的孩子的特点胎教为什么能使孩子聪明胎儿应该学什么胎教成功的秘诀正确理解胎教效果寻找适合自己的胎教法

第二章 胎教的准备——怀孕遗传与优生优生从严格择偶开始什么是遗传遗传病及其种类遗传病的特点父母近视对子女的遗传影响色盲患者的遗传性状癫痫患者存在的遗传因素父母的智力对胎教的影响遗传、优生、胎教之间的关系母子血型与优生病患者的孕育怀孕前应彻底治好的疾病肺结核病患者可以怀孕吗心脏病患者可以怀孕吗高血压患者可以怀孕吗肾脏病人可以怀孕吗肝炎患者可以怀孕吗糖尿病患者可以怀孕吗甲亢病患者可以怀孕吗哮喘病患者可以怀孕吗附件炎患者能怀孕吗癫痫病患者可以怀孕吗精神病患者可以怀孕吗淋病患者可以怀孕吗尖锐湿疣患者可以怀孕吗系统性红斑狼疮患者能生育吗不宜怀孕的时间段婚后不宜立即怀孕旅游中不宜怀孕春节期间不宜怀孕避孕期间不宜怀孕早产及流产后不宜立即再孕长期服药的女子不宜立即怀孕受过 X 光照射的女子不宜立即怀孕身体疲劳时不宜怀孕孕前准备要有计划地受孕最佳受孕季节最佳受孕时机最佳受孕年龄优生宝宝的前提高质量的受孕利用好生物节律孕前锻炼孕前应作哪些检查孕前要戒烟孕前要戒酒孕前的心理准备肥胖女子的孕前准备偏瘦女子的孕前准备想做妈妈应远离毒品孕前用药要谨慎部分女子怀孕前应换工作怀孕前不能吃安眠药物物质准备要齐全孕前应作口腔检查孕前衣食住行怀孕前后不要接触动物如何预防遗传病不宜怀孕的情况准爸爸的孕前准备受孕瞬间的胎教

第三章 了解胎儿胎儿大脑的发育胎儿有记忆力胎儿会发脾气胎儿的心理胎儿会做梦胎儿会啼哭胎儿的听觉胎儿的视觉胎儿的触觉胎儿有嗅觉胎儿有味觉胎儿的睡眠胎儿的性格胎儿会喝水胎儿会打嗝胎儿的运动胎儿会吸吮手指胎儿的意识胎儿的感觉胎儿的习惯胎儿的生活胎儿的“十怕”胎儿的学习能力胎儿能理解母亲的感情

第四章 创造良好的胎教环境家庭成员在胎教中的作用给胎儿一个温馨的“家”准妈妈的居室养花须知孕妇不宜穿着邋遢准妈妈着装要宽松准妈妈内衣的选择孕妇为什么不宜穿三角内裤孕妇为什么不宜穿化纤内衣孕妇要选择合适的鞋子准妈妈不宜戴隐形眼镜准妈妈夏季的生活调理准妈妈冬季的生活调理准妈妈应避免的家务劳动准妈妈做饭的注意事项准妈妈洗衣服时应注意的问题准妈妈应经常洗澡洗头孕妇洗澡有讲究孕妇禁用的化妆品准妈妈切莫浓妆艳抹准妈妈应适当安排自己的睡眠准妈妈睡眠以什么姿势好准妈妈为什么不宜仰卧位睡觉孕妇睡觉不宜开灯准妈妈如何提高睡眠质量准妈妈不宜睡席梦思床准妈妈不宜睡电热毯孕妇不宜忽视午睡准妈妈不宜去拥挤的场合准妈妈不宜多进行日光浴准妈妈应远离 X 线孕妇不宜长时间看电视准妈妈不宜经常操作电脑准妈妈不宜长时间使用电扇和空调远离电磁辐射的对策孕妇应避免噪声准妈妈要保持口腔卫生准妈妈要远离农药孕妇服用人参注意事项准妈妈不宜乱服药孕期是否禁服一切药物准妈妈用药的原则孕妇不宜服用的中草药准妈妈忌用的中成药对胎儿有影响的西药可致胎儿先天性耳聋的药物对准妈妈有影响的西药药物对不同时期胎儿的影响孕妇不宜使用利尿剂孕妇不宜服用驱虫药和泻药感冒药对胎儿的影响抗生素类药物对胎儿的危害服用镇静剂对胎儿的影响怀孕后不能服用安眠药多胎妊娠有哪些风险多胎妊娠的注意事项孕妇能不能参加体育运动运动前要检查身体锻炼前的安全措施运动时该穿的衣服实用孕妇伸展运动孕妇慎防煤气中毒准妈妈不宜使用手机准妈妈不宜打麻将空气污染对胎儿的危害孕妇要保持良好的情绪孕妇应预防感冒怀孕期间日常活动的注意事项孕妇忌活动太少孕妇宜多散步孕妇坐立和行走的正确姿势孕妇应注射哪些疫苗孕妇为什么会觉得头晕眼花准妈妈游泳须知孕妇应多用脑不良胎教会害了胎儿孕妇应多呼吸新鲜空气准妈妈要进行的身体测量准妈妈要进行产前检查为什么要进行产前检查产前检查的好处怎样选择产前检查的医院产前检查时的注意事项要重视孕早期检查孕早期准妈妈需做的常规化验准妈妈不宜做 CT 检查准妈妈要作 B 超检查孕妇应作弓形虫病检查准妈妈应作产前诊断哪些人需要做产前诊断学会记录妊娠日记

第五章 胎教与饮食营养母体的营养对胎儿的发育极为重要怎样安排孕妇的食物孕期并非吃得越多越好孕妇一天的合理膳食安排孕妇的合理营养组合促进胎儿大脑发育的食物使胎儿增长智力的食物孕妇最易忽视的营养素孕妇吃饭宜细嚼慢咽蛋白质对孕妇与胎儿的作用准妈妈要多摄入“脑黄金”孕妇需要摄入的维生素孕

## &lt;&lt;新编胎教一本通&gt;&gt;

妇需要摄入的矿物质烹调时宜用植物油补充脂肪孕妇素食对胎儿有害孕妇要每天吃早餐准妈妈不宜多吃菠菜准妈妈要少吃山楂及其制品准妈妈不宜多吃方便食品孕妇不宜多吃鸡蛋孕妇要多喝牛奶孕妇吃鱼好处多准妈妈应多吃瘦肉准妈妈摄入热量应适量准妈妈不宜多吃酸性食品准妈妈不宜多吃罐头食品孕妇不宜多吃冷饮准妈妈如何选择饮料孕妇不宜用饮料代替白开水孕妇饮水应适量准妈妈不宜喝浓茶准妈妈喝酸奶好处多准妈妈不宜喝长时间熬制的骨头汤准妈妈应多吃核桃准妈妈宜吃蜂王浆准妈妈不宜多吃桂圆准妈妈不宜过分滋补孕妇忌吃火锅准妈妈宜吃粗粮准妈妈不宜喝咖啡准妈妈不宜多食动物肝脏准妈妈吃豆类食品的好处怀孕期宜少食盐有益胎儿健脑的食物孕妇不要滥服鱼肝油顺其自然增加食欲培养胎儿良好的饮食习惯第六章 胎教方法环境胎教环境胎教的含义环境胎教怎样进行新鲜空气与胎教阳光与胎教噪声对胎儿的影响准妈妈可以作短途旅行音乐胎教什么是音乐胎教音乐胎教怎样进行胎教音乐的不同作用音乐胎教的方法胎教音乐的选择音乐胎教对胎儿的影响谢特勒的胎教实验营养胎教何谓营养胎教胎儿的饮食倾向与妈妈有关妈妈健康, 宝宝才会健康准妈妈要有良好的饮食习惯怀孕不同时期的饮食要求情绪胎教什么是情绪胎教情绪胎教的重要性情绪胎教怎样进行准妈妈在情绪胎教中的责任夫妻感情与胎教的关系怎样摆脱不良情绪语言胎教什么是语言胎教语言胎教的重要性语言胎教怎样实施实施语言胎教须知神奇的语言胎教喜欢听英文的法国孩子行为胎教什么是行为胎教孕妇要提高自己的修养孕妇应养成良好的日常习惯准妈妈应该阅读什么书“无心插柳”造就神童意念胎教什么是意念胎教意念胎教的可行性意念胎教怎样进行视觉胎教什么是视觉胎教视觉胎教的可行性视觉胎教怎样进行视觉胎教应从什么时候开始抚摸胎教什么是抚摸胎教抚摸胎儿的重要性抚摸胎教怎样进行抚摸胎教的注意事项“转动刺激”促进胎儿大脑发育运动胎教什么是运动胎教运动胎教应适度实用运动胎教孕妇运动不宜过于剧烈不宜进行运动胎教的孕妇第七章 十个月胎教过程一个月胎儿胎教孕妇的身体状况日常注意事项胎儿发育程度适用的胎教方法准爸爸的参与产前检查及注意事项胎教食谱二个月胎儿胎教孕妇的身体状况日常注意事项胎儿的发育程度适用的胎教方法准爸爸的参与早孕反应与胎儿智力胎教食谱三个月胎儿胎教孕妇的身体状况日常注意事项胎儿的发育程度适用的胎教方法准爸爸的参与胎教食谱四个月胎儿胎教孕妇的身体状况日常注意事项胎儿的发育程度适用的胎教方法准爸爸的参与胎教食谱五个月胎儿胎教孕妇的身体状况日常注意事项胎儿的发育程度适用的胎教方法胎教趣事准爸爸的参与胎教食谱六个月胎儿胎教孕妇的身体状况日常注意事项胎儿的发育程度适用的胎教方法胎教趣事准爸爸的参与胎教食谱七个月胎儿胎教孕妇的身体状况日常注意事项胎儿的发育程度适用的胎教方法准爸爸的参与胎教食谱八个月胎儿胎教孕妇的身体状况日常注意事项胎儿的发育程度适用的胎教方法准爸爸的参与胎教食谱九个月胎儿胎教孕妇的身体状况日常注意事项胎儿的发育程度适用的胎教方法准爸爸的参与作好分娩的心理准备胎教食谱第八章 分娩知识须知了解分娩知识什么叫分娩分娩经历的过程阵缩是怎么回事宫缩是对胎儿的良好刺激分娩需要多长时间生产过程中胎儿怎么运动分娩的方式分娩方式的分类自然分娩剖宫产无痛分娩水中分娩分娩与胎教分娩前的胎教分娩与胎教胎教与早教的衔接

## &lt;&lt;新编胎教一本通&gt;&gt;

## 章节摘录

第一章 胎教基础知识 我国古代的胎教理论 胎教的思想起源于我国，早在两千多年前，《黄帝内经》中就有了关于胎教的记载。

胎教理论最早萌发于古代的人们祈盼得到好孩子的美好愿望。

中国的古人发现母亲的情绪、个性和修养、生活起居、生活环境与孩子的身体素质、智力、品格之间有密切的关系。

为了将来的孩子能够身体健康、品格健全、智力超人，古人经过观察、实践，积累了很多宝贵的经验，这些经验是中华智慧中的一部分，到现在仍有很重要的参考价值。

最早提出“胎教”这个词的，是唐朝以前成书的《洞玄子》。

书中记载：“凡女怀孕之后，须行善事；勿视恶色，勿听恶语；省淫欲，勿咒诅，勿骂詈，勿惊恐，勿劳倦，勿妄语，勿忧愁；勿食生、冷、醋、滑、热食；勿乘车马，勿登高，勿临深，勿下坂，勿急行，勿服饵，勿针灸；皆须端心正念，常听经书，遂令男女如是，聪明智慧，忠真贞良，所谓胎教也。”

就是说，胎儿在母体中能够感受孕妇情绪、言行的感化，所以孕妇必须谨守礼仪，给胎儿以良好的影响。

这里是从各个方面对孕妇加以约束，认为这样才可能孕育出聪明、贤孝的子女。

传说后稷的母亲姜源氏怀孕后，十分注重胎教，怀孕期间，“性情恬静，为人和善，喜好稼穡，常涉足郊野，观赏植物，细听虫鸣，迺云遐思，背风而倚。

贾谊在《新书·胎教》中记载道：“周妃后妊成王于身，立而不跛，坐而不差，笑而不渲，独处不倨，虽怒不骂，胎教之谓也。”

两汉的刘向在他所著的《列女传·周室三母》中讲述了周朝时女子怀孕时的讲究：“寝不侧、坐不边、立不跛、食不邪味、耳不闻于淫声，夜则令瞽人诵诗、道正事”。意思是睡觉的时候不侧着身睡，坐下的时候不坐在席子的边上，不只用一只脚站立，不吃味道不正的食品，不听淫荡的声音，晚上让盲人背诵优美的诗篇、讲解正义的事情。

隋代巢元方在《诸病源候总论·妊娠候》中记有“子欲端正庄严，常口谈正言，身行正事”，提出外象内感的胎教理论。

唐代大医学家孙思邈在《备急千金要方·养胎》中提出孕妇应该“调心神，和情性，节嗜欲，庶事清静”。



<<新编胎教一本通>>

编辑推荐

分别从怀孕时期的不同阶段，为准爸爸准妈妈提供科学指导，最大限度地发展胎儿的潜能，最大程度优化宝宝的情操和身体素质，让宝宝在爸爸妈妈的细致呵护下，从容地迈出人生的第一步！

一个新生命孕育的过程，也是准爸爸准妈妈和胎宝宝约会的过程。

十月怀胎，在宝宝探索和成就完整生命的神奇旅行中，如何为胎宝宝创造最好的生存环境？如何让宝宝的潜质得到最好的培养？如何和胎宝宝共度这段美妙的时光？在280天的甜蜜约会期里，您送给宝宝最好的礼物是什么？答案是：父母携手，每天向胎儿传递智慧信息！

在280天的甜蜜约会期里，送给胎宝宝最好的礼物是什么？《新编胎教一本通（图文双色版）》告诉您的答案是：父母携手，每天向胎儿传递智慧信息！

<<新编胎教一本通>>

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>