

<<健康怀孕百科专家指导版>>

图书基本信息

书名：<<健康怀孕百科专家指导版>>

13位ISBN编号：9787506457910

10位ISBN编号：7506457911

出版时间：2009-8

出版时间：中国纺织

作者：邢淑敏

页数：216

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>

## <<健康怀孕百科专家指导版>>

### 前言

《健康怀孕百科专家指导版》是由六位妇产科专家根据个人多年的临床工作经验，针对孕产妇最为关心和急于了解的诸多问题，参照围生医学的最新进展及以人为本的现代服务理念进行的科学诠释与系统整理。

该书共分为四章，从受孕知识与孕前准备、十月怀胎、平安分娩及产后康复四个方面分别作了详细介绍。

本书采用由浅入深的简易文字阐明了妊娠及分娩的科学知识，对孕期经常出现的问题进行了解答并给出了应对措施，对需要注意的事项又有醒目的提示，还配有相应的插图，内容丰富、通俗易懂、图文并茂、形式生动、科学实用可作为新婚夫妇、准爸爸和准妈妈及初为人父母者的基本读物，也可供家属及基层的医务人员参考。

随着社会经济的发展，人民生活水平不断提高，在物质生活得到满足的同时，就会对精神、文化生活及保障等方面提出更高的要求。

妊娠、分娩是妇女的特殊生理功能，承载着延续父母生命及种族繁衍的重任，因此，维护孕产妇的健康及胎儿的正常生长发育无论对一个家庭或对整个社会来说都是十分重要的。

希望该书能成为孕产妇们的知心朋友，通过了解妊娠、分娩的相关知识有助于解除不必要的困惑与疑虑，及时发现与纠正异常的情况，能够快乐、健康地渡过妊娠期，最终能平安分娩。

祝愿母子（女）健康，家庭幸福！

二 九年盛夏

## <<健康怀孕百科专家指导版>>

### 内容概要

本书是中日友好医院六位妇产科主任医师集多年临床经验编写而成，解答女性在怀孕、生产、产后过程中所产生的疑问，并将这些问题归纳，详细地介绍妇女受孕知识及孕前准备、顺利度过妊娠期、安全生产、产褥期恢复、新生儿保健等方面知识。内容丰富，科学实用，通俗易懂，是孕产妇必备的孕产期专家指导保健用书。

<<健康怀孕百科专家指导版>>

作者简介

邢淑敏，中日友好医院妇产科主任医师、硕士研究生导师。

毕业于北京协和医学院（八年制），曾公派赴瑞典卡罗林斯卡医学院生殖内分泌中心研修3年余。  
历任住院医师、总住院医师、主治医师及副主任医师。  
1987年晋升主任医师。  
曾任中日友好医院妇产科主任。

从事妇产

## 书籍目录

- 第一章 生命的真谛——受孕知识与孕前准备 一、人类繁衍的奥秘 1.女性生殖器官 2.女性排卵时间 3.基础体温 4.男性生殖器官 5.精液 6.受孕与婴儿性别 二、孕前准备 1.有准备地怀孕 2.怀孕的必备条件 3.妊娠及分娩的理想季节 4.妊娠及分娩的最佳年龄 5.少女妊娠、分娩的危害 6.高龄孕妇 7.孕前检查 8.引起胎儿发育异常的因素 9.优生优育 10.放射线对胎儿的影响 三、病患与优生 1.遗传对生育的影响 2.遗传性疾病 3.慢性疾病 4.肺结核 5.心脏病 6.高血压病 7.肾炎 8.肝炎 9.糖尿病 10.多囊卵巢综合征 11.子宫内膜异位症 12.子宫肌瘤 13.子宫畸形 14.子宫颈癌前病变 15.卵巢肿瘤 16.梅毒、淋病和外阴尖锐湿疣 四、专家热线——孕产妇常见问题 1.妇女取出宫内节育器后多久才可以怀孕 2.妇女停止使用口服避孕药多久才可以怀孕 第二章 女人,见证伟大的幸“孕”时光——十月怀胎 一、经历怀孕 1.基础体温的变化 2.计算预产期 3.妊娠期胎儿的生长发育过程 4.妊娠期母体内的变化 5.早孕反应 6.妊娠早期孕妇的乳房变化 7.胎动初感 8.腹部增大 9.妊娠后子宫的变化 10.妊娠妇女的体重变化 二、孕期生活 1.睡眠 2.孕妇的着装 3.孕妇居住环境的注意事项 4.孕妇应避免的家务劳动 5.夏季,孕妇在生活上的注意事项 6.空调的使用 7.冬季,孕妇在生活上的注意事项 8.洗澡时的注意事项 9.应回避的工作及环境 10.看电视 11.旅游、出差 12.体育运动 13.站立、坐和行走的姿势 14.孕期性生活 三、健康饮食 1.孕妇需要加强营养的原因 2.加强营养的具体方法 3.早孕阶段女性的饮食 4.适合孕妇的食物 5.肥胖对妊娠的影响 6.不适合孕妇的饮食 7.偏食的害处 8.增加钙的摄入量 9.增加铁的摄入量 10.咖啡与茶 四、孕妇的忧虑 1.白带增多 2.尿频 3.腹胀 4.便秘 5.小腿抽筋 6.晕厥 7.偏头痛 8.鼻出血 9.妊娠斑与皮肤色素沉着 10.妊娠纹 11.静脉曲张 12.手部麻木及疼痛 13.头晕、眼花 14.小腿水肿 15.心慌、气短 16.腰背疼痛 17.坐骨神经痛 18.情绪不稳定 五、异常妊娠 1.流产 2.异位妊娠 3.葡萄胎 六、高危妊娠 1.高危妊娠 2.羊水过多 3.羊水过少 4.妊娠期高血压疾病 5.妊娠期糖尿病 6.胎膜早破 7.早产 8.过期妊娠 9.妊娠晚期阴道出血 10.臀位 11.横位 12.胎儿生长受限 13.巨大胎儿 14.双胎妊娠 15.母、儿血型不合 16.母、儿血型不合的危害 17.贫血 18.肝内胆汁淤积症 19.泌尿系统感染 20.急腹症 21.急性阑尾炎 七、孕期保健 1.早孕检查的重要性 2.妇科检查 3.初诊检查 4.孕妇尿糖阳性 5.胎儿性别预测 6.探测胎儿心跳 7.宫高与腹围 8.产前定期测量血压的意义与要求 9.产前定期测量体重的意义与要求 10.骨盆的测量 11.检验血型 12.孕期乳房保健 13.孕期的自我监护与家庭监护 14.电子胎心监护 15.远程胎心监护 16.唐氏综合征 17.胎教 18.孕妇用药的注意事项 19.B超检查 20.X线检查 21.免疫接种 22.风疹 23.弓形虫 24.围生期和围生期保健 八、专家热线——孕产妇常见问题 1.孕妇是否需要使用腹带 2.孕妇需要吃补品吗 3.如何控制体重 4.孕妇身体太瘦对母、儿有什么影响 5.什么是围生期病毒感染 6.什么是巨细胞病毒感染 7.什么是生殖器疱疹 8.孕早期妇女患感冒有什么危害 9.放置宫内节育器后怀孕了怎么办 10.服紧急避孕药失败者可以继续妊娠吗 11.妊娠足月胎头仍不入盆的原因及注意事项 12.妊娠晚期出现类早孕反应怎么办 13.孕妇定期产前检查有何重要性 14.如何更准确地了解胎儿在子宫内的情况 第三章 刻骨铭心的痛并快乐着——平安分娩 一、分娩相关知识 1.确定住院分娩的时间 2.住院分娩前后的准备 3.产力、产道和胎儿 4.正常胎位 5.异常胎位 6.头位 7.陪产 8.分娩辅助动作 9.自然分娩 10.剖宫产 11.储存新生儿脐带血的意义 二、经历分娩 1.临产 2.入室试产 3.产程护理及观察的新进展 4.无痛分娩法 5.镇痛、麻醉药 6.分娩镇痛的新进展 7.水中分娩 8.分娩全过程 9.分娩过程中,产妇的配合方法 10.会阴切开 11.胎头吸引术和产钳助产 12.双胎妊娠的分娩 13.臀位分娩 三、异常分娩 1.宫缩乏力 2.滞产 3.宫缩过强 4.剧烈腹痛 5.难产 6.胎肩难产 7.脐带绕颈 8.脐带脱垂 9.产道裂伤 10.子宫破裂 11.产后出血 12.胎盘滞留 13.子宫翻出 四、专家热线——孕产妇常见问题 1.到预产期就一定分娩吗 2.产妇在产程中大喊大叫有什么危害 3.产妇在产程中还要注意胎动吗 4.产程中,医师为什么要经常听

<<健康怀孕百科专家指导版>>

胎心音 5.胎儿娩出前,产妇发生阴道多量出血是正常现象吗第四章 爱宝宝,也要爱自己——产后康复 一、产褥期的相关知识 1.产褥期 2.褥汗 3.便秘 4.产后宫缩痛 5.恶露 6.外阴卫生 7.早期活动 8.居室通风 9.洗脸、刷牙和梳头 10.沐浴 11.读书、看报 12.产妇的饮食 13.产褥期的康复体操 14.产后42天做妇科检查的重要性 15.产后性生活 16.哺乳期避孕 二、母乳喂养 1.产褥期女性乳房的变化 2.产妇下奶的时间 3.乳房胀痛 4.开奶时间 5.正确的哺乳方法 6.母乳喂养的好处 7.哺乳前、后的乳房护理 8.每日哺乳次数 9.哺乳期妇女用药对婴儿的影响 10.下奶方法 11.断奶 12.退奶方法 三、产后的常见疾病与防治 1.尿潴留 2.腰腿痛 3.脱肛和痔疮 4.会阴伤口剧痛 5.子宫复旧不全 6.乳汁淤积症 7.乳头皲裂 8.乳腺炎 9.胎盘、胎膜残留 10.产褥期发热 11.产褥感染 12.晚期产后出血 13.产后抑郁症 14.子宫脱垂 四、专家热线——孕产妇常见问题 1.产妇什么时候可以像正常人一样劳动和工作 2.产后什么时候开始来月经 3.哺乳期妇女用什么避孕方法较为合适 4.患妊娠期高血压疾病的妇女产后还要定期检查吗

章节摘录

插图：

<<健康怀孕百科专家指导版>>

媒体关注与评论

之宝贝网热情网络推荐 搜狐母婴独家推荐阅读



编辑推荐

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>