

<<大龄妈妈超级宝宝>>

图书基本信息

书名：<<大龄妈妈超级宝宝>>

13位ISBN编号：9787506458344

10位ISBN编号：7506458349

出版时间：2009-8

出版时间：丰沅 中国纺织出版社 (2009-08出版)

作者：丰沅 编

页数：120

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>

## <<大龄妈妈超级宝宝>>

### 内容概要

《大龄妈妈超级宝宝》将从怀孕前半年的身体调理说起，陪着准妈妈们一起走完怀胎十月、生产直至产后调养的历程，你可以从中了解到孕期的每个关键阶段，需要注意的问题、需要做的检查、饮食方面的建议以及心理情绪的调节等各个方面的实用解决方案和生活指南。

我们尽量从大龄妈妈孕期及生产后会遇到的实际情况出发，从生活的角度给予更多的关照和细节提示。

如果你已接近30岁，无论你是已经怀孕、正打算要孩子或者还想再等几年，那么你所关注的问题都可以在《大龄妈妈超级宝宝》中找到答案。

其实大龄怀孕与一般情况下的怀孕和分娩并没有什么本质上的不同，所有的女性都能从她们的怀孕和分娩历程中找到相似的生理和情感经历，而大龄妈妈需要更加小心和更多的关爱照顾——这也是《大龄妈妈超级宝宝》的目的和愿望。

《大龄妈妈超级宝宝》的部分内容承蒙宝洁（中国）有限公司（P&G）全球婴儿护理的权威“帮宝适”品牌提供部分有用的资料，并得到了宝洁公司的万向红女士和高嘉嗣先生的大力协助，北京协和医院鲍秀兰教授为《大龄妈妈超级宝宝》进行了审定和补充，在此一并表示谢意。

祝所有看到《大龄妈妈超级宝宝》的准妈妈们一切顺利，母子平安！

## <<大龄妈妈超级宝宝>>

### 书籍目录

第一章 孕前半年，和未准爸爸一起为妊娠订计划本阶段需要做的检查大龄妈妈必须知道的六大妊娠风险——大龄妈妈不可不知远离大龄妊娠危险的方法——孕前必须了解孕前准备采购舒适的孕期服饰

第二章 妊娠1~3个月，宝宝真的来了，生活会改变吗本阶段需要做的检查关于B超 如何得知怀孕了大龄准妈妈孕早期的生理及心理变化 这是全新的一页，重新规划你的生活 如何对付恼人的孕吐 大龄妈妈怀孕早期可能出现的其他不适与解决方案大龄妈妈怀孕早期应该补充的营养素超级宝宝人生第一步\_胎教带给宝宝安全感关于你的样子——宝宝成长变化（6~12周）

第三章 妊娠4~6个月，生活已经有了变化，我还能做些什么本阶段需要做的检查怀孕了，现在我还能工作吗如何避免辐射危害感受胎动——母胎之间的神秘互动旅游出行篇工作妈妈营养方便餐不可忽视的孕期牙健康孕期的皮肤护理孕中期保养——运动篇大龄妈妈怀孕中期可能出现的问题孕中期——难得的黄金时间，享受性生活的快乐这时，开始和宝宝更多的交流关于你的样子——宝宝成长变化（16~24周）

第四章 妊娠7~9个月，已经触摸到宝宝的心跳本阶段需要做的检查就快了：临产期需要特别注意的妊娠糖尿病大龄妈妈孕期怎样控制体重怀孕末期大龄妈妈可能会遇到的各种不适准爸爸可以做些什么——夫妻按摩操分娩呼吸法简要介绍关于你的样子——宝宝成长变化（28~34周）

第五章 妊娠10个月，时刻准备着大龄孕妇怎样选择分娩医院产兆及入院时机大龄妈妈应该了解的分娩知识孕后期及产后的心理调适关于你的样子——宝宝成长变化（36~40周）

第六章 产后3个月，新的生活，新的开始剖宫产伤口的复原与照料大龄妈妈产后均衡饮食大龄妈妈爱中医——产后中医调养大龄妈妈母乳喂养与产后乳房护理人工喂养大龄妈妈哺乳期可能会遇到的问题如何恢复性生活大龄妈妈产后瘦身

## <<大龄妈妈超级宝宝>>

### 章节摘录

插图：第一章 孕前半年，和未准爸爸一起为妊娠订计划本阶段需要做的检查大龄妈妈必须知道的怀孕的女人最美丽，怀孕的女人最不安。

在高龄生育已经很常见的今天，越来越多的人因为各种各样的原因在30岁甚至35岁以后才生小孩。她们一边和年轻妈妈一样憧憬着新生命的来临，一边又有着挥之不去的担心和忧虑。

你已经怀孕了吗？

计划过几年再生小孩？

当高龄产妇安全吗？

你错过了最佳生育年龄吗都说年纪大的人生小孩更聪明，这虽然没有完全准确的科学依据，但是站在非医学的角度看，大多数大龄妈妈往往经济情况更稳定、心理更成熟，而且她们对孩子的投入会更大，对生小孩的计划考虑得更周全，所以她们的孩子更聪明也是合情合理的。

但是，从生理角度却不能否认，无论是男性还是女性，过了30岁以后，身体生理状况在走下坡路，女性卵子数目将逐渐减少，卵子虽可不断更新，但活力也会有所下降。

那么过了30岁再生育，是不是就错过了最佳生育年龄呢？

大部分医生认为，女性最适当的生育年龄，应该是20~35岁，对于年过35岁的高龄孕妇，她们胎儿发生染色体异常的危险性较高。

但实际上，36岁怀孕与34岁怀孕能有什么特别大的差别呢？

而且，在现代医学中，年龄大小早已不再是怀孕生产的主要问题了，有些欧洲国家将38岁或40岁以上的产妇称为高龄产妇。

## <<大龄妈妈超级宝宝>>

### 编辑推荐

《大龄妈妈超级宝宝》：准备好了就不晚，超过30岁也能生个健康的超级宝宝！

<<大龄妈妈超级宝宝>>

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>