

<<孕产全程有问必答>>

图书基本信息

书名：<<孕产全程有问必答>>

13位ISBN编号：9787509203019

10位ISBN编号：7509203015

出版时间：2008-4

出版时间：中国市场出版社

作者：陈维礼

页数：370

字数：330000

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>

## <<孕产全程有问必答>>

### 前言

人生最大的幸福莫过于当你结婚怀孕、生儿育女的时候。

这无疑是在一生中最宝贵也是最值得珍惜的日子。

当获知自己体内有一个小生命开始孕育的那个时刻起，一种由衷而生的激情，一种庄严神圣的感觉便会涌上心头。

从此，心头上有了一份牵挂，生活中有了一种希冀，身体的每一根神经都牵挂于那个在肚子里慢慢成长的神奇生命。

但是，随着时代的发展、科学的进步，特别是近十几年来，优生优育的要求越来越高。

宝宝既要平平安安地出生，还要健康聪明，这就使得准父母们面对因妊娠带来的各种身心改变，尤其是宝宝未出生前的猜测和想象，都会感到紧张焦虑与不知所措。

因此，妇产科医生每时每刻都会遇到准父母们提出的各式各样千奇百怪的问题，应该承认，医生在有限的门诊时间里是不能满足人们的需要的。

本书针对孕前和孕后可能产生的一系列疑问(生理学、病理学、心理学、遗传学、营养学、妇产科学等)，以问答的形式，用通俗的语言和科学的方法，为准父母们提供DIY(doityourself)式的自我学习。

希望借助这本书告诉准妈妈在产前和产后这一时期不知道的、想知道的、应该知道的一切；帮助准父母们能够更明白、更踏实地度过孕期。

愿每个家庭都能得到一个健康可爱的小宝宝，愿每位孕妇都能做一个健康靓丽而又有知识的准妈妈，这就是编书人的初衷。

## <<孕产全程有问必答>>

### 内容概要

当您准备做妈妈的时候，您和您的家人对孕育在子宫内的小小生命的关注和憧憬是无法用语言来表达的。

虽然孕育只有短短260多天，但个中奥秘却涉及甚广。

孕期、产期和哺育期会出现各种各样的生理现象和病理变化，生活中会遇到一连串疑问或难题，如怎样才能保障孕妇的安全？

怎样才能使胎儿顺利娩出？

婴儿怎样才能健壮成长？

这些都是孕妇及其家人迫切希望了解的知识。

基于这点，编者们在总结实践经验的基础上，参阅了国内外有关资料文献，以妊娠、胎教及哺育为中心，用问答形式做一深入浅出的介绍，期望对渴求解难释疑的人们有所裨益，能为母子健康提供必要的知识与信息。

本书针对孕前和孕后可能产生的一系列疑问（生理学、病理学、心理学、遗传学、营养学、妇产科学等），以问答的形式，用通俗的语言和科学的方法，为准父母们提供DIY式的自我学习。

希望借助这本书告诉准妈妈在产前和产后这一时期不知道的、想知道的、应该知道的一切；帮助准父母们能够更明白、更踏实地度过孕期。

愿每个家庭都能得到一个健康可爱的小宝宝，愿每位孕妇都能做一个健康靓丽而又有知识的准妈妈。

## <<孕产全程有问必答>>

### 书籍目录

#### 第一章 孕前准备 第一节 孕前心理准备 为什么要作好孕前心理准备？

孕前应具备怎样的心理？

为什么孕前要调适夫妻关系？

如何正确把握孕前的心绪、情绪及心境？

#### 第二节 孕前营养储备 怀孕前需作好哪些营养准备？

孕前怎样饮食才合理？

怀孕前宜吃的食物有哪些？

孕前子宫内膜的营养状况是怎样的？

普通体型的人，孕前饮食有哪些原则？

肥胖型的人，孕前饮食有哪些基本原则？

消化不良型的人，孕前饮食有哪些基本原则？

素食型的人，孕前饮食有哪些基本原则？

孕前能否食用棉子油？

与宝宝智能关系密切的维生素有哪些？

#### 第三节 孕前疾病防治 孕前须注意哪些药物？

孕前疾病的治疗有何意义？

孕前贫血患者何时怀孕较好？

孕前结核病患者能怀孕吗？

患艾滋病的妇女可以妊娠吗？

高血压病患者可以怀孕吗？

患心脏病的妇女可以妊娠吗？

吸烟为什么不利于孕育宝宝？

不久前做X光照射的妇女不宜立即怀孕吗？

孕前要去医院作优生咨询吗？

怎样做才能避免生出“缺陷宝宝”？

为什么长期服用药物的妇女不宜立即怀孕？

#### 第四节 孕前必备的妊娠知识 如何判断真孕、假孕？

如何判断已经怀孕了？

什么是妊娠试验？

如何以验孕试条进行妊娠试验？

验尿阳性能确定正常怀孕吗？

何谓宫外孕？

哪些妇女易发生宫外孕呢？

易发宫外孕的妇女，应注意哪些问题？

宫外孕防治要点有哪些？

什么是流产？

流产的征象及原因有哪些？

何谓习惯性流产？

生男生女的因素有哪些？

何谓法国式塞尔纳斯妊娠法？

科学预测胎儿性别的方法有哪些？

胎膜中的羊水是怎样形成的？

胎膜中的羊水有哪些作用？

羊水可能出现的症状有哪些？

胎盘是怎样构成的？

## <<孕产全程有问必答>>

为什么说脐带是胎儿的生命带？  
脐带可能出现的症状有哪些？  
生物钟与优生有什么关系？  
胎动有规律吗？  
什么是骨盆，有何作用？  
“胎教”之说有科学道理吗？  
如何进行胎教？  
什么是胎教中的“音乐浴”？  
音乐在胎教中有什么作用？  
准爸爸在胎教中的地位重要吗？  
胎儿有记忆能力吗？  
胎儿具有哪些感觉功能？  
胎儿的大脑是怎样发育的？  
情绪在胎教中有什么作用？  
怀孕期间父母为什么要与胎儿进行语言对话？  
怎样进行运动胎教？  
为什么家庭其他成员也须参与胎教？  
影响孩子智力的因素有哪些？  
胎教成功的秘诀是什么？  
孕前女方需作哪些准备？  
孕前男方需要作好哪些准备？  
选好受孕时机有哪几种方法？  
有必要作孕前健康检查吗？  
哪些职业岗位的妇女在怀孕前需调换工作？  
什么是人工流产及其危害？  
哪些夫妻生育前需作“遗传咨询”？  
哪些夫妇不宜生育？  
意外怀孕而孕育的孩子健康吗？  
停止避孕后的最佳怀孕时间的间隔为多少？  
哪些疾病传男不传女？  
哪个阶段是最佳生育年龄？  
为什么要加强孕前锻炼？

### 第五节 孕前药膳食谱 适合普通型孕前妇女的食谱有哪些？

肥胖妇女的孕前食谱有哪些？  
消化不良型妇女的孕前食谱有哪些？  
不易受孕型人的饮食，有哪些基本原则？  
适宜素食型妇女的孕前食谱有哪些？

### 第二章 妊娠早期 第一节 怀孕早期心理保健 怎样消除心理负担？

什么是早孕反应？  
为什么会出现早孕反应？  
如何克服早孕反应？  
孕早期为什么要保持良好的情绪？  
保持良好心态，应注意什么？  
准妈妈如何化解不佳情绪？  
孕期十三忌是指什么？  
在什么情况下使用胎头吸引器或产钳以助产？  
如何给新生儿的发育水平进行评分？

<<孕产全程有问必答>>

怎样划分新生儿发育状况？

产妇怎样配合接生？

为什么要给孕妇注射破伤风类毒素？

什么是水中分娩？

分娩前应该有什么样的思想、精神准备？

临产前有哪些禁忌？

临产前会出现哪些预兆？

孕妇在哪些情况下应提前入院待产？

产妇临产时有必要克服恐惧感吗？

产妇在分娩时为何不宜大声喊叫？

第六章 产后保健第七章 婴儿养护

## <<孕产全程有问必答>>

### 章节摘录

第一章 孕前准备第一节 孕前心理准备我们应该知道：受孕之后，妻子会在身体上和心理上产生较大的变化，因此，为了能够很好地适应变化，就应该在怀孕前作好必要的心理准备。

婴儿的诞生会带来家庭生活的转变，原本自由自在的日子便要终止。

随之而来的即是要为孩子的孕育、出生、成长等付出各自的时间和精力。

因此，有些夫妻面对这些压力而作出不要孩子的选择是可以理解的。

另外，亦有许多夫妻一想到将为人父母，很自然地便会引起忧虑，比如面对子女的教育、健康及安全等问题而焦虑是很自然的；还有经济的压力、母亲对事业与孩子间的权衡取舍、将会为孩子失去自由的失落感等问题，都要妥善地加以解决。

不过，即使压力如此众多，也只有到你为人父母时，才会明白你将要付出多少。

在孩子出生后到幼年期间，你会觉得他不断占用你的时间，需要花很大的心血。

但我们所得到的经验是：孩子会给你带来无法替代的欣喜及乐趣，而且当孩子逐渐长大后，你便会知道你为孩子付出的越多，所得到的回报也越多。

鉴于此，下面我们就来谈谈有关怀孕前的心理准备问题。

Q为什么要作为好孕前心理准备？

A所谓孕前心理准备，是指夫妻双方应在心理状态良好的情况下完成受孕。

凡是双方或一方受到较强的劣性精神刺激，如心绪不佳、忧郁、苦闷，或夫妻之间关系紧张、闹矛盾等时间段，都不宜受孕。

应该等到双方关系融洽、心情愉快时再完成受孕。

研究表明，在心理状态不佳时受孕，可能对胎儿产生有害的影响。

## <<孕产全程有问必答>>

### 编辑推荐

《孕产全程有问必答》由中国市场出版社出版。

父母的充分准备可以影响宝宝的一生。

孕前心理与生理准备，孕期分阶段饮食调理，实用的分娩知识与指导，坐月子常识与新生儿护理。

怀上最棒的一胎，让孩子赢在生命的起点！

从怀孕的第一天起，让专家告诉您：如何制定自己的怀孕计划怀孕后需做的第一件事是什么孕期营养的均衡与疾病的防治孕期心理的调整与胎教的实施从宝宝出生的第一天起，让专家指导您：如何恢复产前的身材如何尽快转换自己的人生角色新生儿的最佳护理方法宝宝各类突发状况的处置母乳喂养的正确方法及好处请翻阅《孕产全程有问必答》，这是您安心孕产的第一步！



<<孕产全程有问必答>>

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>