

<<孕产期保健大百科>>

图书基本信息

书名：<<孕产期保健大百科>>

13位ISBN编号：9787510107627

10位ISBN编号：7510107628

出版时间：2011-8

出版时间：中国人口出版社

作者：张秀丽

页数：445

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>

<<孕产期保健大百科>>

内容概要

《孕产期保健大百科》包括了：母体变化与保健、怀孕后身体会发生哪些明显变化、用怀孕试纸验孕准确吗、如何选择合适的产检医院、怀孕期间需要做哪些检查、如何避免胎宝宝发育畸形、孕期如何预防感冒、孕期感冒后能不能用药、怎样照顾好患感冒的准妈妈、准妈妈皮肤过敏了怎么办、营养跟进、孕早期的饮食原则是什么、孕期容易缺乏的营养素有哪些等内容。

<<孕产期保健大百科>>

书籍目录

- 第一章 孕1月指导
- 第二章 孕2月指导
- 第三章 孕3月指导
- 第四章 孕4月指导
- 第五章 孕5月指导
- 第六章 孕6月指导
- 第七章 孕7月指导
- 第八章 孕8月指导
- 第九章 孕9月指导
- 第十章 孕10月指导
- 第十一章 分娩细节全关注
- 第十二章 产后坐月子指导

章节摘录

版权页：插图：准妈妈既在自己的歌声中陶冶了情操，获得了良好的胎教心境；同时准妈妈唱歌时产生的物理振动，和谐而又愉快，使胎宝宝从中得到感情上和感觉上的双重满足，这一点，任何形式的音乐所无法取代的。

因此，准妈妈在工作之余，不妨经常哼唱一些自己喜爱的歌曲，把自己愉快的信息，通过歌声传给胎宝宝，使胎宝宝分享您喜悦的心情。

此外，准妈妈唱歌的时候尽量使声音往上肺部集中，把字咬清楚，唱得甜甜的，您的宝宝一定会十分欢迎。

在教胎宝宝唱音符时，室内应保持安静，尽量避免噪音干扰。

每天教唱1~2次，每次3~5分钟。

最好定时教，并拟定一个施教计划，由夫妻二人交替进行。

准妈妈是胎教过程中的主角，但准爸爸在整个胎教过程中的位置也是举足轻重，是胎教中最重要的配角。

准爸爸在创造良好的胎教环境、调节准妈妈的胎教情绪等方面发挥着重要作用。

更为主要的是，准爸爸在与胎宝宝对话、给胎宝宝唱歌等胎教手段的实施过程中，将发挥无可比拟的作用。

研究显示：胎宝宝对男性低频率的声音比对女性高频率的声音还敏感。

而且，准爸爸参与胎教能让准妈妈感觉受到重视与疼爱，胎宝宝也能感受到愉快的心情，使得胎宝宝日后成为一个快乐的孩子，因此准爸爸在胎教中所扮演的角色非常重要。

<<孕产期保健大百科>>

编辑推荐

《孕产期保健大百科(升级版)》：指导专家 / 黄醒华首都医科大学北京妇产医院主任医师，首都医科大学硕士生导师、教授，中华预防医学会妇女保健学会主任委员。

<<孕产期保健大百科>>

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>