

<<实用科学育儿百科全书>>

图书基本信息

书名：<<实用科学育儿百科全书>>

13位ISBN编号：9787546109619

10位ISBN编号：7546109612

出版时间：1970-1

出版时间：赵芳芳 时代出版传媒股份有限公司，黄山书社 (2010-03出版)

作者：赵芳芳 编

页数：488

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>

## 前言

做父母，您准备好了吗？

“十月怀胎，一朝分娩。

”等待成为父母的过程漫长而又甜蜜。

在280天的幸福孕期里，由于没有经验而导致的产前焦虑和不安却是许多女性共有的经历；产后如何重塑曼妙的身姿成为许多新妈妈共同关注的话题：要培育一个健康又聪明的宝宝并非仅仅拥有强烈的责任心就能胜任……在医学昌明的今天，孕育生命不再仅仅是简单的怀孕、分娩，它融入了更加广泛的科学性，优生优育成为全面提高民族素质的坚实基础。

“健康孕产育全程方案”丛书正是本着倡导科学孕育的理念，由全国十大著名妇幼保健中心的28位育婴专家共同指导编著的。

为了让大家能更好地理解科学的孕产育理论，我们摒弃枯燥难懂的医学术语，用通俗易懂的语言将最实用的知识传递给读者。

根据待孕期、孕产期、婴幼儿期各阶段的特点，我们为您制定了详细而科学的指导方案，力求让每一位女性轻松而愉快地度过这段美好的孕期，为人生留下幸福的记忆。

## <<实用科学育儿百科全书>>

### 内容概要

《实用科学育儿百科全书》由全国十大著名妇幼保健中心的28位育婴专家指导编著，从胎儿发育、孕妇保健，到婴幼儿的饮食喂养、疾病防治，以及父母们最关注的早教启蒙方案和智能开发训练，均由权威专家全程为您提供科学的指导。

书中的全新育儿方案将告诉您一些行之有效的好方法，助您更合理、更科学和更轻松地把宝宝培养成一个健康又聪明、人见人爱的小天使。

## 书籍目录

第一篇 宝宝出生前的准备第一章 准父母的心理准备一、树立自信,轻松面对新的生活二、想想自己的父母三、给宝宝起个合适的名字四、了解分娩知识五、住院前产妇的物质准备第二章 为宝宝准备好物质条件一、居住环境的设置二、婴儿床及床上用品的选择三、新生儿衣物等的选择四、婴儿尿布的选择五、新生儿护肤品的选择六、奶瓶等的选择七、户外用品的选择第二篇 胎儿发育及孕妇保健第一章 胎儿第1个月一、新生命的开始二、受精和受精卵的发育合子的形成性别的确定双胎和多胎的形成受精卵的发育三、孕妇保健准父母饮酒吸烟对胎儿有害孕妇的情绪和外界噪声可影响优生早孕期疾病、药物与优生妊娠的生物致畸因素孕妇做x射线检查对胎儿有害四、怀孕第1个月的食谱安排五、怎样科学地实施胎教六、胎教要点第二章 胎儿第2个月一、胎儿的发育情况二、母体的变化三、孕妇保健为什么早孕妇女需要补充叶酸孕妇能接受免疫接种吗黄体酮和维生素E能否保胎孕妇冬春应防感冒孕妇避免养猫狗等小宠物四、怀孕第2个月的食谱安排止吐食品安胎食谱营养食谱五、胎儿的听力训练与运动训练听力训练运动训练六、胎教要点第三章 胎儿第3个月一、胎儿的发育情况二、母体的变化三、孕妇保健妊娠早期要节制房事孕期要防肾结石O型血孕妇应注意什么妊娠期感冒了怎么办孕期用药与优生已知的致畸药物和对胎儿的有害药物四、怀孕第3个月的食谱安排五、家庭和谐与胎教六、胎教要点第四章 胎儿第4个月一、胎儿的发育情况二、母体的变化三、孕妇保健妊娠期应如何穿戴早孕妇女出现便秘了怎么办子宫肌瘤会影响胎儿吗孕妇不宜睡电热毯和使用手机水果蔬菜有利于胎儿发育四、怀孕第4个月的食谱安排要增加热能要摄入足够的蛋白质要保证适量脂肪的补充多吃矿物质和含微量元素的食品要增加维生素的摄入量几种营养食品的制作方法五、胎儿的行为训练与语言训练行为培养语言训练六、胎教要点第五章 胎儿第5个月一、胎儿的发育情况二、母体的变化三、孕妇保健保护皮肤适当进行体育锻炼哪些人需要做产前诊断妊娠与头发健康孕妇患了阑尾炎怎么办四、怀孕第5个月的食谱安排五、听觉训练与记忆训练听觉训练记忆训练六、胎教要点第六章 胎儿第6个月一、胎儿的发育情况二、母体的变化三、孕妇保健孕妇怎样添美感糖尿病与妊娠警惕高危妊娠妊娠期吃鱼的好处四、怀孕第6个月的食谱安排五、父母的情绪与胎教六、胎教要点第七章 胎儿第7个月一、胎儿的发育情况二、母体的变化三、孕妇保健及时治疗胎儿宫内发育迟缓为什么早产孕妇要防贫血什么是先兆子痫什么是子痫孕妇吃海带应注意什么四、怀孕第7个月的食谱安排第八章 胎儿第8个月第九章 胎儿第9个月第十章 胎儿第10个月第三篇 婴儿期育儿方案第四篇 幼儿期育儿方案

## 章节摘录

插图：虽然分娩是一个自然生理过程，可它对父母来说却是一件重大的事情。尤其是初产妇，非常容易出现复杂的心理变化，对分娩产生不良的影响。对于分娩的担心，甚至恐惧很大程度是由于孕妇不了解分娩知识而造成的。所以，在怀孕期间了解必要的分娩知识，可以减少孕妇和家人不必要的担忧，提高自然分娩的安全性。

分娩的方式可分为：阴道分娩和腹部分娩。

阴道分娩多为自然的，而腹部途径分娩（剖腹产分娩）是人为的。

阴道分娩又可分为自然分娩、胎头吸引器助产分娩或产钳助产分娩等。

在胎儿、产道和产力正常的情况下，分娩越趋自然，越符合产妇的生理状况，所以这一途径应为首选。

阴道自然分娩，虽然可能会经过十余个小时的产痛（目前产程中可以用各种方法减轻疼痛），但宝宝一出生，产妇立刻觉得十分轻松，很快就能下地活动，大小便自如，饮食、生活也能很快恢复正常，在正常情况下还是选择阴道自然分娩为好。

在阴道分娩的过程中，由于各种原因，如胎心不好、羊水异常等，都需要用产钳或吸引器帮助胎儿尽早地娩出。

目前，这两种分娩方式已多为剖腹产所取代了。

## <<实用科学育儿百科全书>>

### 编辑推荐

《实用科学育儿百科全书》：28位著名育婴专家权威奉献中国十大妇幼保健中心联合推荐全面实用、专业科学的孕育宝典孕产育全程指导，为您提供最前沿的孕产育信息，助您孕育一个健康活泼的宝宝。

。宝宝出生前的准备胎儿发育和孕妇保健婴幼儿身心发育特点婴幼儿饮食喂养方案婴幼儿智能训练婴幼儿日常护理和疾病防治婴幼儿良好生活习惯的培养

<<实用科学育儿百科全书>>

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>