

<<十月怀胎实用宝典>>

图书基本信息

书名：<<十月怀胎实用宝典>>

13位ISBN编号：9787802026469

10位ISBN编号：7802026466

出版时间：1970-1

出版时间：中国人口出版社

作者：张湖德

页数：334

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>

## <<十月怀胎实用宝典>>

### 内容概要

《十月怀胎实用宝典》全面科学地介绍了十月怀胎中一些必备的常识，分述了十月怀胎中必要的保健及一些常见问题的处理方法，内容包括孕前必知、孕期优生、孕期心理保健、孕妇日常保健、孕期用药、妊娠饮食保健和孕妇防病保健等，内容丰富详尽，选材新颖。

## &lt;&lt;十月怀胎实用宝典&gt;&gt;

## 书籍目录

PART 1 孕前必知什么是受孕只有少生才能优生还是“择优而生”好近亲不能结婚最好是适龄婚育不宜忘记婚前遗传咨询婚前检查不可少女性婚前检查的具体内容要避免性传播疾病孕前应做哪些准备孕前必须要肾气充沛优生的关键在于肾选择好受孕环境PART 2 受孕宜知宜对子宫有清楚了解受孕宜具备的基本条件宜了解妊娠时自身生殖系统的变化宜了解妊娠时全身各系统的变化宜了解妊娠时自身新陈代谢的变化宜掌握妊娠全过程的生理特点及易出现的问题宜了解妊娠十月每个月胎儿的发育宜了解妊娠十月每个月母体的变化宜早日确定自己是否妊娠PART 3 孕期优生宜与忌宜重视职业因素对女性生殖机能的影响孕期宜避免与狗接触孕妇不宜多做B超有些孕妇宜做产前染色体检查孕妇宜坚持写日记孕妇不宜久留厨房孕妇应高度注意“畸胎危险期”孕妇宜防电磁波孕早期照了X射线后宜采取的保健措施孕妇不宜久留半导体生产线孕妇婴儿居室忌放花草孕妇患乙肝时宜终止妊娠肥胖孕妇宜采取的保健措施血小板减少性紫癜患者怀孕后宜采取的措施农村妇女怀孕应格外注意的问题孕妇宜少接触铅孕妇宜应避免噪音的侵扰丈夫宜学会听胎心初胎不宜随便做人工流产人工流产多会促发乳腺癌PART 4 孕期心理保健宜与忌孕妇心理受创宜致畸胎孕期宜有好情绪孕妇宜经常进行胎教音乐胎教宜采用的方法孕早期心理保健PART 5 孕妇日常保健宜与忌孕妇宜选择的妊娠体操孕妇也宜穿时装孕妇在妊娠晚期不宜仰卧孕妇宜左侧卧位孕妇不宜穿高跟鞋孕妇着衣穿鞋宜讲究胎教包括孕妇打扮孕妇不宜迷恋麻将孕妇稍微多卧益胎儿孕妇宜劳逸结合孕妇宜走出小圈子宜注意气象变化和 environment 因素对优生的影响孕妇变得难看时宜采取的措施孕妇忌玩猫孕妇不宜坐浴孕妇进行水浴时温度不宜过高孕期保护胎儿牙胚宜采取的措施孕妇宜佩戴胸罩妊娠时宜关注体重增加的情况PART 6 孕期用药宜与忌孕妇忌盲目进补孕妇宜接种的疫苗孕妇用药时宜注意腹中的胎儿服避孕药时怀孕宜采取的措施易致胎儿畸形的药物要忌用孕妇忌服的中草药PART 7 妊娠饮食保健宜与忌孕妇营养宜采取的基本措施孕早期宜采用的营养保健法孕中期宜采用的营养保健法孕晚期宜采用的营养保健法孕妇临产时宜选用的营养法孕妇宜注意饮食多样化妊娠不宜烟酒孕妇忌吃火锅孕期更宜吃“粗粮”孕早期不宜多吃水果罐头孕妇优生不宜节食孕期宜多食的几种营养物质现代营养学对孕妇饮食的基本要求孕妇不宜乱吃酸孕中妇女宜补碘胎儿不宜缺铜孕妇宜注意摄入锰盛夏孕妇宜吃什么怀孕不要忘了补叶酸孕妇更宜补锌孕期忌贪食孕期营养过剩宜防糖尿孕妇不宜过多服鱼肝油动物肝脏孕期不宜多食孕妇忌吃久存土豆妊娠一月宜常食的佳肴妊娠二月宜常食的佳肴妊娠三月宜常食的佳肴妊娠四月宜常食的佳肴妊娠五月宜常食的佳肴妊娠六月宜常食的佳肴妊娠七月宜常食的佳肴妊娠八月宜常食的佳肴妊娠九月宜常食的佳肴妊娠十月宜常食的佳肴PART 8 孕期临产时的宜与忌分娩不宜过了预产期临产前宜为新生儿做好准备临产前后宜做的四件事临产八忌宜防难产宜了解临产前的迹象宜正常分娩宜了解分娩对孕妇的影响宜了解产程的经过和处理胎位不正宜采取的措施乳头凹陷宜在产前矫正助产宜食巧克力宜防早产胎儿宫内死亡宜早知早破水宜采取的保健治疗措施胎儿脑积水时宜采取的保健治疗方法PART 9 孕妇防病保健宜与忌孕早期要注意警惕宫外孕要在妊娠中预防佝偻病孕期宜警惕糖尿病预防流产宜用叶酸习惯性流产宜用参胶固胎饮治疗预防流产宜用固孕安胎药膳不宜盲目保胎妊娠期尿结石时宜采取的保健措施妊娠反应宜采取的保健治疗措施孕妇宜防感冒春季风疹发病多, 孕妇宜早预防患甲亢时妊娠宜采取的措施妊娠期缺铁性贫血宜采取的保健治疗措施妊娠期心脏病宜采取的治疗保健措施不宜自用流产药物孕妇患尿路感染宜采取的保健措施妊娠水肿宜采取的饮食疗法忌忽视孕妇体痒孕妇患恶性肿瘤宜采取的措施孕妇外阴静脉曲张宜采取的措施妊娠期乳汁自出宜采用的食疗方法宜警惕妊娠高血压综合征的发生宜防妊娠便秘羊水过多宜采取的保健医疗措施PART 10 产生养生宜与忌产褥期妇女的生理特点产褥期保健宜与忌产后防病宜与忌乳房保健要点产后性生活产后健美宜与忌妇女阴虚体质的调理妇女阳虚体质的调理妇女血虚体质的调理妇女气虚体质的调理妇女血淤体质的调理妇女痰湿体质的调理妇女气郁虚体质的调理

## &lt;&lt;十月怀胎实用宝典&gt;&gt;

## 章节摘录

要避免性传播疾病性传播疾病除了给患者带来痛苦外，对孕妇和胎儿又将带来什么样的灾难呢？

(1) 性传播疾病的母婴传播：高某是一家公司的采购员，出差时常和几个风流女子同房共枕。但每当他回来的时候，还是和妻子亲亲热热，并希望和妻子早日有个孩子。当盼望已久的孩子出世时，他们大吃一惊：孩子体形瘦小、皮肤松弛、面似老人，虽经精心喂养，仍是弱不禁风。

3个月时，孩子的手和脚掌出现了水泡，常有糜烂。

高某之妻抱着孩子到医院诊治，医生还发现这孩子有肺炎、肝脾肿大、骨髓炎等，内脏也有多种病变，经血清检查，确诊为先天性梅毒。

高某之妻听后，如雷轰顶，不敢相信这一切是真的。

她心想自己在婚前婚后，时时注意洁身自爱，怎么会感染上梅毒！

她主动让医生做了检查，结果自己也已受感染。

这场悲剧其实是高某在外追逐“风流”的恶果。

现在用“性传播疾病”的称谓，取代了从前习用的“性病”、“花柳病”。

以往“性病”，主要指梅毒、淋病、软性下疳和性病性肉芽肿4种；而性传播疾病除上面的4种之外，还包括非淋菌性尿道炎、生殖器疱疹、尖锐湿疣、疥疮、艾滋病等。

性传播疾病的患者，大多是正处于生育年龄的青年男女，一旦感染，就会将这种病传给配偶及下一代人。

由于在性传播疾病的早期症状比较轻微，加之病人又羞于启齿，迟迟不愿就医，或是没有自觉症状，遂可以经母体胎盘感染胎儿，也可经产道或其他途径使婴儿感染。

高某之妻，就是感染梅毒后怀孕的。

梅毒螺旋体侵入胎盘以后，胎盘绒毛上皮中的合体细胞逐渐退化，在此形成病灶，损坏的绒毛进入胎儿体内。

病原体还可沿着脐静脉及周围淋巴间隙，到达胎儿循环系统而发生梅毒病变。

受感染的胎盘常发生多发性小动脉炎，形成闭塞、坏死，使胎儿发育受到严重影响。

有的孕妇发生流产、早产或死胎，即使足月出生也是梅毒婴儿，而梅毒婴儿的命运是很可悲的，往往内脏已有多种病变，很难长久活在人世。

淋病和梅毒一样，是危害很大的一种性传播疾病。

这种病是由淋球菌感染引起的，通过性交传播，主要影响泌尿生殖器官，可累及输卵管，造成输卵管阻塞导致不孕。

如果输卵管阻塞不全发生狭窄，则可形成输卵管妊娠。

当胚胎长到一定程度，输卵管破裂引起腹腔内出血，可严重危及孕妇的生命。

对胎儿来说，如果母亲在孕期感染了淋病，在婴儿出生经过产道时，有可能感染婴儿的眼睛，会发展成淋菌性结膜炎，治疗不及时，可使婴儿失明。

目前发病较多的还有尖锐湿疣。

阴道尖锐湿疣是由人类乳头瘤病毒引起的一种常见的性传播疾病，患病者多有不洁性乱史。

20~40岁的人发病率最高，传染性很强。

与患有尖锐湿疣的人发生性关系后，约有2/3的性伴侣可受感染，两性的性伴侣均可发病。

这种病在性交后2周至8个月内受感染。

初期可无症状，仅见有阴道或外阴黏膜、皮肤处有少数微小淡红色丘疹，阴道分泌物增多，伴有痒感，以后病灶逐渐增大、增多。

妊娠时容易发生本病。

因疣块增大较快，局部症状明显，可通过血行或分娩时经产道传染给胎儿。

更为甚者，大块湿疣还可阻挡阴道，影响胎儿分娩。

也有的新生儿因母婴传播，致使发生喉部的乳头状瘤，胎儿娩出后，可因喉疣阻塞呼吸道而发生窒息死亡。

## <<十月怀胎实用宝典>>

有尖锐湿疣的妇女如不治疗会给健康带来严重威胁。

有人统计，长期有尖锐湿疣的人可以发展成癌变，特别是巨大湿疣或久治不愈者发生癌变的比例较高。

（2）性传播疾病与婚育：有人担心，得了性病后会产生并发症或留下后遗症，使人致残、畸形和终生不育。

这种担心不是没有道理的。

但是，性传播疾病的病原体侵入人体之后，如果能及时进行彻底治疗，在炎症尚未扩散或刚开始扩散时即被控制，就可以防止其转为慢性及组织器官的堵塞、疤痕等后遗症。

生殖器官的生理功能不会受到侵害，结婚和生育自然也就没有妨碍了。

有人说：“性病治愈后也会带菌。

”这种说法不妥。

性病彻底治愈后，体内不会再有存活的病原体，也不会再有感染性。

如果说有的人经过“治愈”后仍将性病传染给他人，那是因为没有做彻底治疗，或虽然治愈而又再次感染的缘故。

一般说来，早期和初次感染的病人，经彻底治愈后，除梅毒患者要观察1年左右以外，其他性病观察数月无异常者，均可以结婚。

当然，性传播疾病还未彻底治愈时，不可草率结婚，不然，不只是有碍本人的健康，还会将疾病传给配偶及下一代人，其后果往往不好。

有一名男青年，婚前得了淋病，他与未婚妻发生了性关系。

而这位女性因无症状，并不知道自已染上了淋病。

结果，虽然男方治愈了淋病，但婚后又受到女方的传染，致使男方再次发病，并出现了并发症，给婚后的性生活和健康带来不幸。

因此，患性病的人与恋人有过性行为，除自己接受治疗外，还应动员对方也到医院检查，只有双方都经医生检查证明已治愈，方可结婚。

对患有性传播疾病的妇女，必须在怀孕以前完成治疗，避免殃及胎儿。

如在怀孕以后患病，应尽快做全程治疗，尽可能减少对胎儿的影响。

同时，根据不同情况，采取不同的处理方法。

如对患有尖锐湿疣的孕妇，足月妊娠时分娩方式以采取剖宫产为好。

婴儿出生后也应做检查和细心观察，看是否患有性传播疾病。

## <<十月怀胎实用宝典>>

### 编辑推荐

《十月怀胎实用宝典》“十月怀胎，一朝分娩”，是女性一生中最重要的时刻，尤其在提倡一对夫妇只生一个孩子，许多女性都没有第二次怀孕、分娩机会的情况下，顺利地怀上和生下一个健康聪明的孩子，便成了许多年轻夫妇梦寐以求的夙愿。

《十月怀胎实用宝典》对孕前到产后所涉及的一系列问题都作了详细介绍，有优生知识、孕前准备、孕期保健和饮食、胎教和养胎、怀孕期禁忌，以及分娩和产后的一些常识等。

想要个聪明、健康又可爱的宝宝的准妈妈们，快来看看吧。

<<十月怀胎实用宝典>>

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>