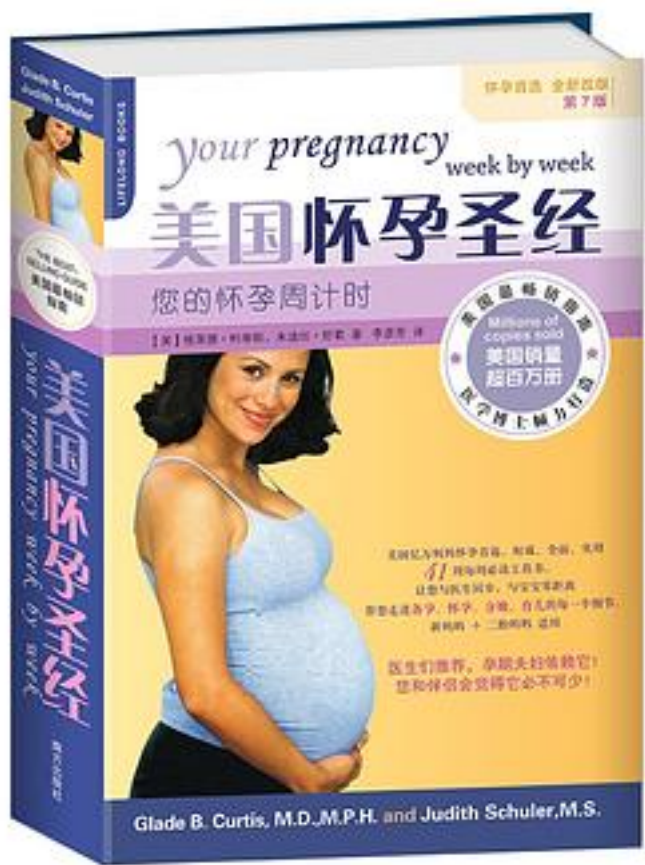


# 美国怀孕圣经—您的怀孕周计时



[美国怀孕圣经—您的怀孕周计时\\_下载链接1](#)

著者:[美]格莱德·柯蒂斯

出版者:南方出版社

出版时间:2016-9

装帧:平装

isbn:9787550132221

《美国怀孕圣经》由美国著名妇产科专家、医学博士柯蒂斯倾力写作，是美国受欢迎的、不断再版的综合性孕期指南。本书是第七版。

《美国怀孕圣经》突破常规，从准备怀孕写起，到产后结束，每一个环节都详细描述了

您应该做什么，不应该做什么，您可能经历的特殊问题，以及您应该如何处理这些问题，让您自始至终真正做到怀孕无忧。总之，您所关心的问题，在这里都能得到解答。

《美国怀孕圣经》最大的亮点是以周的形式描述孕期细节，并且图文并茂，让您能随时了解宝宝在体内发育到什么程度，他此刻正在子宫里做什么。不仅如此，本书还告诉您每周要做什么检查，要怎么吃才能满足宝宝的营养需求，您的活动如何影响宝宝发育，以及每周应该如何进行锻炼等。本书让您能准确、适度地掌控自己的怀孕历程。

《美国怀孕圣经》的另一个特色之处是附录，针对备孕、喂养方式、产后抑郁综合征、宝宝的第1年等重要问题，作者从其所著的其他怀孕书中精心摘录了相关内容。

作者介绍:

格莱德·柯蒂斯

Glade B. Curtis

美国著名妇产科专家，医学博士，公共卫生学硕士，美国妇产科学院成员（F.A.C.O.G.），美国妇产科委员会的认证妇产科医生。他有30多年的从业经验，著有十多本怀孕类畅销书。他是美国犹他州卫生部的一名医疗顾问，并且担任犹他州州立医院的副部长。

朱迪丝·舒勒

Judith Schuler

理学硕士，在加利福尼亚与亚利桑那的大学任教，和格雷德·柯蒂斯博士共同写作并担任编辑超过20年。他们共同创作了近20本关于怀孕、妇女健康和儿童健康的书籍。

目录: 准备怀孕 . . . . . 1

怀孕第1~2周 孕期开始了 . . . . . 21

怀孕第3周 胎龄——1周 . . . . . 37

怀孕第4周 胎龄——2周 . . . . . 48

怀孕第5周 胎龄——3周 . . . . . 58

怀孕第6周 胎龄——4周 . . . . . 71

怀孕第7周 胎龄——5周 . . . . . 86

怀孕第8周 胎龄——6周 . . . . . 98

怀孕第9周 胎龄——7周 . . . . . 110

怀孕第10周 胎龄——8周 . . . . . 122

怀孕第11周 胎龄——9周 . . . . . 137

怀孕第12周 胎龄——10周 . . . . . 149

怀孕第13周 胎龄——11周 . . . . . 161

怀孕第14周 胎龄——12周 . . . . . 171

怀孕第15周 胎龄——13周 . . . . . 182

怀孕第16周 胎龄——14周 . . . . . 196

怀孕第17周 胎龄——15周 . . . . . 209

怀孕第18周 胎龄——16周 . . . . . 222

怀孕第19周 胎龄——17周 . . . . . 236

怀孕第20周 胎龄——18周 . . . . . 251

怀孕第21周 胎龄——19周 . . . . . 263

怀孕第22周 胎龄——20周 . . . . . 277

怀孕第23周 胎龄——21周 . . . . . 290

怀孕第24周 胎龄——22周 . . . . . 305

怀孕第25周 胎龄——23周 . . . . . 318

怀孕第26周 胎龄——24周 . . . . . 331

怀孕第27周 胎龄——25周 . . . . . 345

怀孕第28周 胎龄——26周 . . . . . 358

怀孕第29周 胎龄——27周 . . . . . 371

怀孕第30周 胎龄——28周 . . . . . 383

怀孕第31周 胎龄——29周 . . . . . 394

怀孕第32周 胎龄——30周 . . . . . 407

怀孕第33周 胎龄——31周 . . . . . 421

怀孕第34周 胎龄——32周 . . . . . 434

怀孕第35周 胎龄——33周 . . . . . 447

怀孕第36周 胎龄——34周 . . . . . 457

怀孕第37周 胎龄——35周 . . . . . 470

怀孕第38周 胎龄——36周 . . . . . 482

怀孕第39周 胎龄——37周 . . . . . 491

怀孕第40周 胎龄——38周 . . . . . 503

怀孕第41周 过期妊娠 . . . . . 516

产后会发生什么? . . . . . 522

附录A 备孕期 . . . . . 530

附录B 母乳喂养 . . . . . 538

附录C 奶瓶喂养 . . . . . 547

附录D 如果宝宝早产 . . . . . 552

附录E 为宝宝选择看护 . . . . . 557

附录F 产后抑郁综合征 . . . . . 561

附录G 宝宝的第1周 . . . . . 565

术语表: 与医生沟通无障碍 . . . . . 583

. . . . . [\(收起\)](#)

[美国怀孕圣经—您的怀孕周计时 下载链接1](#)

标签

孕期指南

怀孕

我想读这本书

孕期科普

大而全的怀孕书

科学备孕

孕期，41周，权威，真实，贴心，怀孕指南，饮食、产检、锻炼

美国

## 评论

非常好的一本书，权威，科学，细致。

-----  
一本读过了之后会觉得自己懂太多的书，41周实时跟进，好似专业医师全程陪护，真的是孕妇的好帮手，家人的好选择。

-----  
这本书真的有你想知道的所有东西，不像别的，只是说作为孕妇的你要如何去做，而是准确的告诉你宝宝在肚子里的生长情况，有图有真相。

-----  
早期比较焦虑没有读，因为里面写了很多可能发生的疾病。后来情绪稳定了，每周读，很好的指导书，非常全面，还有孕妇运动指导。还是把疾病部分全部略过了。孕期也就读了西尔斯这两本，感觉足够了。

-----  
翻完了，记住的不多，等真怀了再细看吧。怎么说呢，这种形式挺好的，就一直有人告诉你每个时间段会发生什么，最糟糕是怎样，概率是多少。

-----  
还不错，对怀孕常识有个基本认识

-----  
可以说二分之一的内容是“怀孕每周可能得什么病”全书。。。跳着看完了。。。容易焦虑的建议换一本。

-----  
非常好的一本孕期指南 根据孕周每周读几页 虽然很厚 读起来毫无压力  
会把孩子发育情况 近期可能出现的问题一一列举出来 还会附上可适合做的运动  
确实能get到不少知识 唯一的弊端 这是美国人出的 举的一些案例也都是美国的  
除此以外值得阅读

-----  
觉得很不错的一本孕期阅读，给了很多有用的建议。

-----  
实时关注身体变化，提前规避未知隐患。让怀孕像生活中的每个日常一样，你能做到心中有数

-----  
除了有一些种族歧视之外，还是很不错的

-----  
美国怀孕圣经》最大的亮点是以周的形式描述孕期细节，并且图文并茂，让您能随时了解宝宝在体内发育到什么程度，他此刻正在子宫里做什么。不仅如此，本书还告诉您每周要做什么检查，要怎么吃才能满足宝宝的营养需求，您的活动如何影响宝宝发育，以及每周应该如何进行锻炼等。本书让您能准确、适度地掌控自己的怀孕历程。

-----  
以“周”的形式详细的记录了宝宝在体内的发育、成长过程。内容详尽、细致。

-----  
突破常规，从准备怀孕写起，到产后结束，每一个环节都详细描述了您应该做什么，不应该做什么，您可能经历的特殊问题，以及您应该如何处理这些问题，自始至终真正做到怀孕无忧。

-----  
解决了怀孕中的大小问题，已成为枕边书，可以随时对照着自己的怀孕周期随手翻阅

-----  
本书最大的亮点是以周的形式描述孕期细节，并且图文并茂，让您能随时了解宝宝在体内发育到什么程度

-----  
贴心 实用

-----  
内容翔实、科学，按照时间顺序编排，具体到周，全面关注孕妈妈孕期健康及可能出现的各类问题。作为一本科普类孕育书籍，值得孕妈妈人手一本。

-----  
[美国怀孕圣经—您的怀孕周计时\\_下载链接1](#)

## 书评

《美国怀孕圣经》最大的亮点是以周的形式描述孕期细节，并且图文并茂，让您能随时了解宝宝在体内发育到什么程度，他此刻正在子宫里做什么。不仅如此，本书还告诉您每周要做什么检查，要怎么吃才能满足宝宝的营养需求，您的活动如何影响宝宝发育，以及每周应该如何进行锻炼等。...

-----  
看目录，确实是本大而全的科学孕期读物。  
虽然市场上也有不少打着怀孕每一周的旗号，可是真的能做到每周都这么详细的，还真是没发现。  
还原真实的孕期生活，让怀孕中的准妈妈放心，掌控自己的怀孕历程，强力推荐。

-----  
准备送给怀孕7个月的闺蜜，闺蜜的第一胎，小心翼翼由紧张不安，她谨慎过度的坏情绪我都能感觉的到，可是作为单身女生对怀孕的事情完全不懂，和她完全没有话题，也安慰不到她，还好有这本书。之前就看过关于这么本书的介绍，只不过是英文版的，作为俩学渣看起来多少有些吃...

-----  
怀孕是充满奇迹和魔力的事情，能够创造一个生命是作为一个妈妈最大的幸运。  
令人兴奋的时刻来啦——体内孕育着一个小生命，这是多么令人难以置信的人生经历！  
我们的目标是让您了解并享受您的孕期历程。在本书中，您会了解到自己体内的变化以及宝贝在体内是如何生...

-----

很多过来人说，怀孕的时候只要看一本书就够了。但是作为一个正在孕育第二胎的妈妈编辑来说，怀孕类的书其实已经读了不下六七本了。这些书大部分着眼于缓解孕期的综合征，也有个别书侧重孕期9个月对体内胎儿未来40年的影响。可以说各有各的特点，说不上哪本好哪本不好，只要能解...

全面、权威、时尚。这是市面上目前为止不可多得的怀孕必备书。

这本书带你走进备孕、孕期、育儿的每一个细节，更科学、全面、人性化，让怀孕像生活中的每个日常一样，你能做到心中有数。新准妈妈，二胎妈妈适用。41周每周都详细告诉你，宝宝长得有多大、您的肚子有多大、您的宝宝如何生长发育、您体内的变化、您的活动如何影响宝宝发育、您...

如今多半的年轻人，在一开始准备“造人”之前，肯定会去买一本关于怀孕的书。这是值得鼓励的优生优育的好习惯。但满大街关于怀孕的书却是琳琅满目，个个也都号称独一无二。这种情况下，你会信哪个？有经验的人，第一眼肯定会留心看一看出版社是哪一个。但凡大牌的出版社...

近年来，各种以“圣经”命名的专门技能、专业知识的书籍不断问世，但是不是真的“既圣且经”，很难有个评判标准，只能靠读者看过后的使用体会来掂量了。何为“圣、经”？专门做了查询，大意如下：圣者，旧时称人格最高尚、智慧最高超的人，如圣人、圣哲，今时是对学问、技术有...

[美国怀孕圣经—您的怀孕周计时\\_下载链接1](#)