

孕产妇保健大全书



[孕产妇保健大全书 下载链接1](#)

著者:艾可

出版者:黑龙江科技

出版时间:2011-6

装帧:

isbn:9787538866063

《孕产妇保健大全书》，本书集录了最新的科学孕育方法及生育养护手段，并由专家对

孕前、孕中、产中、产后护理等方面的知识进行了最直接的解答。

作者介绍:

目录: 上卷 孕妇保健全书第一篇 孕前知识第一章 新婚性生活第一节 婚期与初夜第二节 夫妻性生活常识第三节 性器官的卫生第二章 最佳孕龄与孕期的选择第一节 最佳生育年龄与受孕期第二节 受孕环境与不良影响第三节 影响受孕的各种不利因素第三章 生男生女的奥秘第一节 胎儿的性别是由什么决定的第二节 控制生男生女的几种人工办法第四章 孕前的准备与怀孕的判定第一节 孕前的注意事项第二节 怎样判断是否受孕第五章 遗传与子女的健康第一节 遗传的知识第二节 父母健康与遗传第三节 近亲结婚与遗传病第四节 哪些父母易产生遗传病后代第五节 遗传性疾病主要有哪些第六章 优生的知识第一节 怎样才能实现优生第二节 怎样才能孕育出聪明宝宝第三节 孕前需慎重对待的疾病第七章 有关人工授精的知识第一节 什么是人工授精及其过程第二节 精液的采集第二篇 孕期胎教第一章 影响胎儿成长的因素第一节 孕妇的修养对胎儿的影响第二节 家庭成员在胎教中应起的作用第三节 外部环境对胎儿发育的影响第二章 如何进行胎教第一节 胎儿在母体中的生长发育状态第二节 胎教对胎儿的作用第三节 和胎儿沟通的方法第四节 音乐在胎教中的作用第三篇 孕期的保健与卫生第一章 孕期应做的检查与各种注意事项第一节 预产期的推测及产前检查 D第二节 患病孕妇应注意什么第二章 孕期生活起居的注意事项第一节 日常生活应注意哪些事项第二节 各怀孕期的注意事项第三节 季节与日常运动第四节 对胎儿有危害的各种不良习惯第五节 环境污染对胎儿的影响第六节 孕期用药要注意什么第七节 生活中孕妇应坚持和改正的习惯第四篇 孕期的常见疾病与防治第一章 常见病的预防与治疗第一节 怀孕后孕妇身体经常会发生的情况第二节 一些常见病的防治第二章 流产、难产的预防与治疗第一节 孕期流产原因及保胎措施第二节 纠正异常胎位的办法第五篇 孕妇的营养与食谱第一章 孕妇的合理营养与摄入量第一节 孕前及孕期的营养要求第二节 孕期各阶段的不同营养要求第三节 维生素与微量元素第四节 孕妇补充营养应注意的问题第二章 家庭实用孕妇营养食谱第一节 怀孕第一个月第二节 怀孕第二个月第三节 怀孕第三个⽉第四节 怀孕第四个⽉第五节 怀孕第五个⽉第六节 怀孕第六个⽉第七节 怀孕第七个⽉第八节 怀孕第八个⽉第九节 怀孕第九个⽉第十节 怀孕第十个⽉下卷 产妇保健全书第一篇 待产与分娩第一章 产前的各项准备工作第一节 孕妇分娩前的身心准备第二节 母亲应给即将出生的宝宝准备什么C第三节 产妇分娩前须掌握的常识第四节 分娩中应掌握的助力与呼吸法第二章 分娩前后的卫生常识第一节 产前应了解的卫生知识第二节 须了解的几种分娩方法第二篇 月子中的护理与保健第一章 月子中的生活起居第一节 产妇月子中的身体调养第二节 月子期间的饮食第三节 产后体形的恢复第四节 月子中的个人卫生第二章 产后的常见疾病第一节 产后易出现哪些病症第二节 产后一些常见病痛的应对办法第三节 产后一些常见病的防治第三篇 新生儿的保健与喂养第一章 如何护理新生儿第一节 怎样判定新生儿的健康状况第二节 怎样保护好新生儿的重要器官第三节 新生儿的健康生活环境第四节 怎样养成新生儿的好习惯第五节 新生儿的护理第二章 新生儿的喂养常识第一节 母乳喂养应注意的事项第二节 人工喂养应注意的事项第三章 新生儿常见病症与防治第一节 怎样通过观察判断新生儿是否健康第二节 新生儿出现以下情况该怎么办第三节 新生儿常见病的预防第四篇 月子中的营养要求与食谱第一章 坐月子中的营养要求及合理饮食第一节 产妇所需营养素的主要来源与作用第二节 各种食物怎样加工才合理第三节 产妇应补充的营养与每天的营养量第四节 产妇主要需要哪几类营养素第五节 坐月子每天的饮食搭配第六节 产妇食物的选择与禁忌第二章 月子里可供选择的食谱第一节 产后一天饮食安排第二节 产后~天饮食安排第三节

产后～天饮食安排
.....(收起)

[孕产妇保健大全书](#) [下载链接1](#)

标签

孕妇

评论

[孕产妇保健大全书](#) [下载链接1](#)

书评

[孕产妇保健大全书](#) [下载链接1](#)