

# 《嘿，小伙子，你要当爸爸了！》

## 图书基本信息

书名：《嘿，小伙子，你要当爸爸了！》

13位ISBN编号：978755602699X

出版时间：2015-7-1

作者：[美]约翰·费弗

页数：224

译者：周莎

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《嘿，小伙子，你要当爸爸了！》

## 内容概要

美国亚马逊超级畅销书！好妈妈送给准好爸爸的超棒礼物！

她孕育着一个新生命，而你同样责任重大！

她怀孕了，是你这个大男人大显身手的时候了！

妻子怀孕期间，一个丈夫可能会做出3712种愚蠢行为……这本书就是要帮助你避免所有这些（绝大部分）愚蠢行为的发生。为你提出的第一个建议是：要将精力放在你为妻子做了什么上，而不是整天关注她发生了哪些变化。

她怀孕了。她很清楚，你也很清楚。而且，她会买上无数本育儿书籍来了解接下来要发生的事情，并充满期待。你的工作，就是要仔细想想，在妻子检测怀孕到分娩这段时间里，你能做点儿什么，并尽最大的努力陪伴她顺利度过这九个多月的时间。同时，你还能保持乐观、态度积极，在需要的时候会对妻子说“你真漂亮！”（这本书会告诉你怎么做到这些）。

# 《嘿，小伙子，你要当爸爸了！》

## 作者简介

# 《嘿，小伙子，你要当爸爸了！》

## 书籍目录

- 致谢
- 前言
- 第一部分
- 第一章 我们出发吧
- 当受孕不是小菜一碟的时候
- 发现结果
- 什么时候竹筒倒豆子——把好消息散播出去
- 谈话的时机：战胜恐惧，支持妻子，知道什么时候不说话
- 爸爸们要团结起来
- 陷入束缚之中——不，不完全是
- 第二章 好好照顾怀孕的妻子
- 应付荷尔蒙
- 与荷尔蒙做斗争
- 孕吐：有点阴魂不散
- 爸爸们处理家务的风格
- 让妻子也赞赏自己怀孕后的体型（爱她凸起的大肚子）
- 关于体重增加的问题
- 泡菜和冰激凌
- 孕期按摩
- 孕期性生活
- 孕期体育锻炼
- 孕妇装
- 第三章 从你家到医院
- 妻子想要哪种健康专家
- 孕妇到医生诊所检查的详细情况
- 哪几次检查我要陪妻子去
- 检查项目：1、2、3.....
- 如果怀孕期间出了什么事儿，我该怎么办？
- 第二部分
- 第四章 变，变，变，变化.....
- 更多的变化
- 各个阶段的变化
- 如何应对布拉克斯顿希克斯子宫收缩情况
- 胎儿这时候在做什么
- 第五章 婴儿用品
- 为孩子准备小窝
- 需要安装的用品
- 起名
- 怎么称呼祖父母外祖父母
- 第六章 为分娩做好准备
- 为妻子去医院做好后勤
- 学习婴儿安全知识
- 生育课程
- 考察整个医院
- 分娩计划
- 脐带血
- 第三部分

# 《嘿，小伙子，你要当爸爸了！》

## 第七章 孩子出生前要抓紧做的事情

度个假

想方设法请产假

把每一分钱都花在刀刃上

提前了解日托机构

将喜讯通知大家

丈夫是否需要给妻子买个新妈妈礼物

## 第八章 密切关注胎儿情况

对当爸爸的恐慌

打包

给爸爸们献上久经斟酌的建议

早产

我看到了要分娩的迹象，她的子宫打开了

加快宝宝出生的措施

## 第九章 分娩——特殊的过程

不同的分娩方式

糗事，男同胞，还有很多糗事

对胎儿进行监测

你在分娩过程中扮演的角色

产后，医院要做和不会做的事情

开始将喜讯告知大家

爸爸们开始了全新的生活

## 第四部分

## 第十章 把宝宝带回家

真实世界中建立紧密关系

该如何融入？

应付各种拜访的对策

奶粉与母乳之争

爸爸们，请避免出现这些错误……

让爷爷奶奶（外公外婆）帮助你们

常见的育儿错误做法

新的作息时间

现在还不是开始性生活的时候？

找个保姆

儿童防护措施

结束语给爸爸的“油炸饼”

附录内容一个真实的分娩故事

# 《嘿，小伙子，你要当爸爸了！》

## 精彩短评

- 1、你大概不会找到第二本如此搞笑、如此轻松，又如此有用的准爸爸专用育儿书
- 2、徐凯没看完我却看完了哈哈 也算侧面了解男生想法吧 确实男女差异呀 小猴子你觉得呢。书本身一般，但是题目可以吸引女生买回家。
- 3、当爸爸
- 4、封面不错。内容充实实用而又不失风趣，值得一读。

# 《嘿，小伙子，你要当爸爸了！》

精彩书评

# 《嘿，小伙子，你要当爸爸了！》

## 章节试读

### 1、《嘿，小伙子，你要当爸爸了！》的笔记-第40页

所以，请关爱妻子的身体，无论她的身材变成什么样，都要鼓励她支持她。要像之前一样，时不时抚摸妻子的脖子或者在逛超市的时候牵着她的手。你要让妻子知道，无论她现在的身材怎样，你对她的感觉从未改变，对她的感情也从未动摇。你肯定也希望自己身材逐渐臃肿，头发掉光，耳聋眼花的时候，妻子也对你矢志不渝。

### 2、《嘿，小伙子，你要当爸爸了！》的笔记-第171页

我们家的这个新成员将竭尽所能来考验你，检验你为了她/他能牺牲多少睡眠时间，还要考验你对某些气味的忍耐程度。因为你会全心全意地努力，也会爱这个你为之付出全部的人。

### 3、《嘿，小伙子，你要当爸爸了！》的笔记-第36页

老婆吐得很厉害，你该怎么办？

- 1.和妻子一起少食多餐，做好饮食计划。
- 2.避免食用味道比较浓重的食物（印度菜属于其一，还有呢？）以及刺激性食物。
- 3.备好柠檬和生姜。闻一下柠檬能减轻恶心，吃点儿生姜也可以（可以尝试食用结晶的姜或姜糖）。备好咸薯片或饼干，这些食物可能会压住恶心呕吐的症状，让妻子能吃点儿东西。
- 4.要确保床边有饼干以及姜片。用什么工具把这些盛起来。是的，你要开始收拾家了。
- 5.家里储备些鸡肉，做容易消化的鸡汤面或者鸡肉炖土豆之类的食物。
- 6.尽管妻子非常不愿意运动，你还是要鼓励妻子多运动。散步总是好的，许多医生建议游泳对孕妇最好，因为游泳不会压迫关节。
- 7.提醒妻子饭后不要立即躺下，这会加重恶心呕吐。
- 8.鼓励妻子要每顿饭都吃一点，尽管她不想吃饭，因为空腹会加重恶心呕吐。
- 9.不要突然挠妻子的痒痒，她可能会因此把你打成肉酱或者吐你一身，这或许会影响你们双方的长期关系。
- 10.妻子暂时不恶心呕吐的时候，不要让妻子暴饮暴食或者狼吞虎咽地吃东西。

### 4、《嘿，小伙子，你要当爸爸了！》的笔记-第23页

男士们也有产前抑郁：新的研究表明，百分之十五的爸爸们会遭受产前抑郁症，而且这个数字还不包括很多不愿意承认有产前抑郁症的人。受到精神和经济双方面的压力，加上亲朋好友都把注意力集中在肚子越来越大的妻子和即将出生的婴儿身上，谁也注意不到消失在聚光灯外的准爸爸们了。他就像一条老狗，只需要给它一点点关注，他就会俯首帖耳地去一边休息了。但是，不仅仅将他作为“精子捐献者”，需要艰难的改变。

### 5、《嘿，小伙子，你要当爸爸了！》的笔记-第36页

孕吐不一定就是个“小事儿”：250个孕妇中大约有一个孕妇会出现剧烈恶心呕吐的情况，叫做妊娠剧吐，这时候需要采取一定的治疗措施。这种情况下，孕妇恶心呕吐的情况非常严重，无法进食或饮水，导致体重下降。可能的症状还包括脱水——严重的嘴唇干裂——体内持续缺水。

### 6、《嘿，小伙子，你要当爸爸了！》的笔记-第8页

孕期头三个月是你和妻子为当父母做好心理准备的好时候，要开始为当好父母调整生活状态了。在怀孕荷尔蒙激素的作用下，妻子的身体会发生相应变化。子宫会逐渐变大——这期间会成长葡萄大小



## 《嘿，小伙子，你要当爸爸了！》

，为胎儿的形成做好准备。胎儿携带着爸爸或妈妈部分或全部的DNA信息，从头到脚都会有父母的遗传因子。

胎儿成长速度很快：从怀孕开始到9个星期，这个小胎儿大约能长3厘米。每个孕妇的身体状况及妊娠反应各有不同，有的可能会出现烧心、头疼、情绪多变以及害喜呕吐等状况。

爸爸们，可能你感觉很好。要知道这可是一心奉献、积极主动的你表现自我的机会。最好的方法是多了解相关信息，多支持妻子，尤其是要有耐心。哦，如果妻子出现害喜呕吐的情况，记得在她吐的时候把她的长头发撩起来。

### 7、《嘿，小伙子，你要当爸爸了！》的笔记-第161页

为人父母不是件简单的事情。无论你是否注意到那篇有关分娩和养育子女的文章——位列最受欢迎的文章排行榜第三名呢，或者你漏掉了超模泰拉主持的“吸食大麻的足球妈妈”特辑节目，你很快会发现，和其他许多男人们一样，你们会对自己如此差劲的表现感到非常吃惊。

# 《嘿，小伙子，你要当爸爸了！》

## 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：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)