

《妇产科医生说备孕》

图书基本信息

书名：《妇产科医生说备孕》

13位ISBN编号：9787553755575

出版时间：2016-1-1

作者：王凌

页数：120

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

《妇产科医生说备孕》

内容概要

这是一本备孕“红宝书”，上海红房子妇产科医生经过多年经验总结，击破各种关于备孕的流言蜚语，揭开怀孕误区，破解怀得上的秘密！

快来看看你有没有这些误区：同房时倒立能生男孩、算好排卵期多同房就一定能怀孕、备孕千万不能养宠物、吃叶酸会让“大姨妈”来迟、有妇科小毛病就很难怀孕.....

细致的孕前身体调养方案。不管你是有月经不调、痛经的苦恼，还是宫寒、亚健康，甚至有过流产、宫外孕等经历的准妈妈，红房子医生都告诉如何将身体调养到最佳状态，信心饱满地迎接胎宝宝的降临。

助孕食物让精强卵壮。老公吃哪些食物能养出最强壮精子，老婆吃哪些食物能让生育能力更强，这本书里全都有。跟着本书吃，精强卵壮自然生出漂亮聪明宝宝。

解决怀孕路上的难题。红房子医生多年问诊经历帮你扫除怀孕路上的“拦路虎”，什么胚胎停育、多囊卵巢、甲状腺功能异常、排卵困难.....在医生的眼中这都不是问题。只要扫除这些障碍，你一样可以当妈妈！

《妇产科医生说备孕》

作者简介

王凌
中国中西医结合学会妇产科专业委员会常务委员
上海红房子妇产科医院副主任医师
70后美女医学博士、留日博士后
医师执业证书编码：110310000032289
她既是医生，又是妈妈，“医者仁心”四个字在她身上得到很好的诠释。作为妇产科医生，她严谨、专业，获复旦大学“十大医务青年”称号。作为两个萌宝的妈妈，她特别理解备孕妈妈的心情。在出诊时，她耐心细致地向患者解释，让备孕妈妈少了焦虑，多了信心。即使逢年过节，她也愿意抽出时间，通过电话、微信及微博的方式对孕妈妈们进行一对一地指导并给出宝贵的建议。
微博：<http://weibo.com/Drwangling>

书籍目录

目录：

Part1 关于备孕你听过的那些事儿

假的 算好排卵期，多同房就一定能怀孕

天天同房，精子也会“枯竭”/22

给精子3~5天的成熟期/22

排卵试纸呈强阳性时同房1次，隔天再同房1次/22

假的 怀孕前一定要把猫啊狗啊的送走

有了弓形虫抗体不用送走宠物/23

养狗不会影响怀孕/23

猫的粪便可能含有弓形虫/23

假的 每次同房后“倒立”更易受孕

月经正常，精子就能通过子宫颈/24

同房时流出的液体不是精子/24

子宫颈角度不好，同房后可以垫高或倒立/24

假的 吃叶酸会让“大姨妈”迟来

叶酸不会改变月经规律/27

孕前3个月就要补叶酸/27

过量服用叶酸有危害/27

真的 想怀时怀不上，不想怀时却有了

“体温控”“试纸狂”真会影响受孕/28

不要轻易给自己贴不孕标签/28

学会放松，好孕自然来/28

.....

Part2 孕前检查，只为怀上最棒一胎

就算身体健康，也得做孕前检查

不检查就怀孕，很多人都这样/34

怀上很重要，母婴健康更重要/34

普通体检并不能代替孕前检查/34

孕检挂什么科/35

孕检不是非得去大医院、名医院/35

关于免费孕检/35

孕前检查不只是女人的事

如果长时间不孕，先检查丈夫/36

男性孕前检查项目/36

女性孕前检查项目/37

受孕“雷区”不要踩

治好宫颈糜烂，更好做妈妈/38

孕前要治愈痔疮/38

蜜月旅行中不宜受孕/38

服用避孕药期间能怀孕吗/38

服用紧急避孕药后的宝宝能要吗/38

流产、宫外孕后半年内不宜受孕/39

.....

Part3 很多女性都不知道该怎么调身体

月经不调就怀不上宝宝吗

月经规律但周期过长或过短不影响受孕/52

月经不规律会影响受孕/53

甲状腺激素影响月经/53
胰岛素偏高导致卵巢功能低下/53
孕前要调养好痛经
要知道自己是哪种类型的痛经/54
原发痛经不影响受孕/54
治疗继发痛经取决于原发病型/54
中医对症调理宫寒
宫寒的女孩子怕冷、月经异常/55
寒邪是导致宫寒的罪魁祸首/55
暖宫——中医调理宫寒的原则/55
孕前贫血千万不要着急怀孕
怀孕期贫血害处大/56
缺铁性贫血先要药补/56
不贫血时可以食补铁/56
红枣补血效果并不好/56

.....

Part4 吃些助孕的食物和保健品
相信但不迷信豆浆的作用
多喝豆浆能延缓卵巢功能衰退/68
大豆异黄酮能双向调节体内雌激素/68
想怀孕不能仅依靠豆浆/68
男性不育的天敌——番茄红素
番茄红素能辅助治疗不育/69
番茄红素没有任何副作用/69
吃西红柿的注意事项/69
维生素E——天然“生育酚”
维生素E能促进生殖/70
富含维生素E的食物/70
警惕服用维生素E过量/70
酸奶很普通，备孕时饮用益处多
酸奶促排便、清毒素/71
分清酸奶和酸奶饮料/71
酸奶好喝但不能多喝/71
酸奶不能用来充饥/71

.....

Part5 不孕不可怕，排除问题就能怀孕
走在多囊卵巢备孕的路上
多囊卵巢综合征对自身的影响/78
多囊会遗传给下一代/78
引起多囊的病因/78
常见的多囊辅助检查手段/79
治疗多囊的关键是减轻体重/79
血脂代谢异常可用药物治疗/79
甲状腺是身体的“发动机”，孕前必须检查
关于甲状腺疾病/80
预防甲状腺肿瘤/80
甲亢怎么备孕/81
得了甲亢却意外怀孕怎么办/81
孕前必须做甲状腺检查/81

染色体异常离我们并不遥远

什么是染色体异常/82

染色体数目异常导致流产/83

畸形儿也有染色体异常所致/83

.....

专业医生谈输卵管

Part6 我真的怀上了吗？

听听医生说，早孕试纸也许你看不懂

早孕试纸为什么会呈现弱阳/106

看图读懂早孕试纸/106

什么时间测早孕最好/106

同房后18天检测怀孕最准确

同房后多少天能测出怀孕/107

同房后18天测能排除假阳性/107

提防生化妊娠/107

赶走先兆流产，别让宝宝来了又走

阴道出血是先兆流产的最直接症状/108

阴道出血伴腹部痉挛或腹痛可能是宫外孕/108

医生怎么诊疗孕早期阴道出血/108

.....

附录

孕期禁用、慎用药物一览表/116

孕妈妈慎用7类中成药/118

《妇产科医生说备孕》

精彩短评

- 1、基础而全面
- 2、很实用，会买。
- 3、还可以吧，做产检，不吃龙眼、西瓜和香蕉。多散步运动，亚健康不行，要改善呀！

《妇产科医生说备孕》

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