

《孕前准备实用宝典》

图书基本信息

书名：《孕前准备实用宝典》

13位ISBN编号：9787534138676

10位ISBN编号：7534138671

出版时间：2010-9

出版社：浙江科技

作者：邓金涛

页数：342

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

《孕前准备实用宝典》

前言

人生最大的幸福莫过于结婚怀孕、生儿育女，尤其是现在独生子女家庭的增多，更使优生优孕的重要性提高到了一个新的水平。如果把未来的宝宝比作一粒等待勃发的种子，而小夫妻们则如辛勤的园丁，在孕前为宝宝创造出了肥沃的土壤，就能使其更加茁壮的成长。也许你正想要一个孩子，那么请从现在开始学会善待自己，因为这不仅直接影响你的生育能力和生殖系统，同时也会在很大程度上影响宝宝的健康。细细想来，小夫妻们在孕前还是有许多事情要做的，例如心理、工作、生理、遗传、营养、健身等方面的调适和准备，哪一项也不能少。怎样做好这不起眼的孕前准备工作，为孕育出聪明健康的宝宝奠定坚实的基础呢？面对孕前准备的诸多问题，准备做父母的小夫妻们必然需要一个科学的指导，鉴于此，我们编写了这本《孕前准备实用宝典》。本书共分九个章节：第一章对婚前择偶进行了介绍，第二章介绍了两性知识，第三章介绍了神奇的生命之旅，第四章对“好孕”知识进行了解答，第五章对孕前需做的心理和物质准备进行了指导，第六章对孕前身体保健进行了贴心指导，第七章对孕前的生活细节进行了科学详解，第八章介绍了孕前检查和疾病防治知识，第九章针对如愿受孕的知识进行了阐述。本书涵盖信息广泛，注重科学性、实用性、通俗性和可操作性，是小夫妻们轻松做好孕前准备的指南针。并对他们有可能遇到的问题进行答疑解惑，使其能够尽快掌握、从容应对，使他们能够充满信心地迎接人生的一大挑战——妊娠。

《孕前准备实用宝典》

内容概要

《孕前准备实用宝典》集科学性、实用性、通俗性和可操作性为一体，针对孕前所遇到的各个问题做了详尽的解答，可谓是小夫妻们轻松做好孕前准备的指南针。

《孕前准备实用宝典》

书籍目录

第一章 优生战略——从选择另一半开始第一节 完美婚姻的优选优配定律 1.现代优生新概念 2.优生应从择偶开始 3.优选佳偶要年龄相当 4.优选佳偶并非“亲上加亲” 5.优选佳偶要相互补充 6.优选佳偶要身体健康 7.你和配偶血型匹配吗第二节 直面婚检，把好优生第一关 1.婚前检查意义重大 2.优生优育，要重视婚检 3.婚前检查内容早知道 4.不应结婚的人群 5.暂缓结婚的人群 6.可结婚但不可生育的疾病 7.婚前检查时的注意事项 8.婚前自我做“心检”第三节 与遗传有关的几件事 1.揭开遗传的神秘面纱 2.遗传物质影响下一代 3.孩子会像爸，还是像妈 4.长寿也有遗传性 5.让宝宝遗传父母的聪明才智 6.注意，父母的性格将遗传给宝宝 7.遗传病的特点 8.遗传病的发生 9.遗传病有哪些遗传方式 10.常见的遗传疾病 11.能遗传的一些常见病 12.遗传病的防治 13.关于遗传咨询第二章 两性健康——优生优育必修课第三章 生命形成——探寻神奇的生命之旅第四章 好孕有约——何时怀孕有商量第五章 幸福好孕——你准备好了吗第六章 身体调适——为好孕提高身体机能第七章 生活调整——孕前细节无小事第八章 孕前保健——提前为宝宝健康加分第九章 万事俱备——好孕旅程开始了

章节摘录

插图：选择终身伴侣，单凭双方主观意愿和感情还不够，还应考虑双方的健康状况。男女青年健康，是婚后家庭生活幸福和子女健康的基本保证和重要因素之一。相爱的你们，在结婚登记之前，要全面检查双方的健康状况，以查明是否患有不宜结婚、生育的疾病和性器官缺陷。如果男女双方经检查患有疾病，那就需遵医嘱进行治疗，康复后再要孩子，以免发生不良后果，给自己也给后代造成终生的遗憾。关于婚检，几年前由强制改为自愿后，婚检率暴跌至6%，导致新生儿出生缺陷率增至4%。医学专家呼吁，应该重视婚检，这对男女双方的婚后生活和优生优育都有着非常重要的意义。无论法律对于婚前检查作出如何界定，对于婚前的双方来说，做一次全面的婚前检查，不论对自己，还是对子孙后代都很有必要。优选佳偶的条件之一即是血型匹配。如果血型匹配，则生出的宝宝一定聪慧健康，若不匹配则会影响宝宝的一生。人类血液的类型称血型。国际上通用英文字母来表示的ABO血型系统有A、B、O及AB四种血型。一般来说，血型相同的人可以互相输血，而血型不同的人不能互相输血，否则，就可能发生溶血反应。如果夫妻血型不合，所生的孩子容易患溶血病。

《孕前准备实用宝典》

编辑推荐

《孕前准备实用宝典》：完美婚姻的优选优配，探寻神秘的生命之旅，把握“黄金”怀孕时机。知名妇幼专家精心打造，孕育妈妈贴心指导方案。

《孕前准备实用宝典》

精彩短评

1、很好！要是彩色的就更好了。。。

《孕前准备实用宝典》

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:www.tushu000.com