

# 《怀孕产检分娩全程指导》

## 图书基本信息

书名：《怀孕产检分娩全程指导》

13位ISBN编号：9787553753998

出版时间：2015-10

作者：王琪

页数：204

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)

# 《怀孕产检分娩全程指导》

## 内容概要

这是一本超懂你需求的孕产全程指导，从产检报告单到生活、饮食，从情绪管理、胎教到分娩，告诉你需要的孕产信息，让你从备孕到分娩一路畅通。

看懂孕检、产检报告单不再难。除了告诉你什么时候该做什么孕检、产检项目外，更注重教你看懂孕检、产检报告单。TORCH的正常检查结果为阴性，如果检查呈阳性，应经治疗后再怀孕；NT检查的正常值小于3毫米为正常；血常规报告单中的“ ”和“ ”都表示不正常；胎心率检测值在110~160次/分钟为正常.....

提醒你每月的最需要关注的事情。孕1月找准排卵期受孕最重要，孕2月就要努力克服孕吐了，孕3月做第一次产检，建“小卡”，孕5月做唐氏筛查.....

解答你每月可能遇到的问题。酒后怀孕，宝宝还能要吗？先兆流产还能继续妊娠吗？手机的辐射有多大？怀孕后还能化妆吗.....你的疑问在书中会一一得到解答，让你做一个明明白白的准妈妈。

临近分娩了，提前备好待产包，了解些分娩知识，准爸爸的支持，都能缓解心理压力。让你无论选哪种分娩方式，都能满怀信心地迎接宝宝到来。

# 《怀孕产检分娩全程指导》

## 作者简介

王琪  
北京妇产医院主任医师、教授  
国家“十五”科研攻关项目负责人  
中华医学会、北京医学会专家库成员

她是一位拥有近30年临床实践的著名孕产专家，也是一位喜爱宝宝的外婆。她说：“看见一个个女性成为母亲是我生命中的幸福源泉，我爱母性的伟大。”

她擅长优生优育遗传咨询、孕期系统保健，对孕期各种合并症、并发症及高危妊娠的诊断、治疗有着极其丰富的临床经验。在几十年的职业生涯里，她以特有的亲和力，让几十万孕妇得到悉心的指导，迎来一个个健康的小生命。

她还是北京电视台、人民网健康论坛等媒体的特邀嘉宾，积极参与各种形式的大众普及健康教育工作，并且出版了多本孕产畅销书，让更多准妈妈怀得安心，生得放心。

## 书籍目录

### 第一章 孕检到产检，知道越多越安心

孕前检查，都查些什么

TORCH——优生五项检查

孕前3~5个月静脉抽血检查

IgM阳性为初次感染诊断指标

TORCH正常检查结果为阴性

预防感染重点在个人卫生及防护上

口腔检查，男女双方都要查

常见口腔问题

检查项目

牙齿问题早解决

妇科内分泌检查

主要看6项指标激素的分泌水平

月经干净后的3~7天内最适合

检查结果怎么看

检查前至少一个月不能用性激素类药物

解读精液检查报告

产前检查，让孕期更安心

血hCG和孕酮测定

B超检查

尿常规

.....

### 第二章 十月怀胎

孕1月（1~4周）

胎宝宝：新生命的开始

准妈妈：还没有什么感觉

体重管理

本月大事记

孕期好心情调适

快乐性生活，不把受孕当任务

坦然接受怀孕带来的一系列变化

本月最常见的问题

受孕后多久可以验孕

计划外的宝宝健康吗

不知道怀孕，吃药了怎么办

喝酒后怀孕，宝宝还能要吗

怀孕与感冒症状怎么区分

生活细节

生活起居规律

放松心情

孕1月的性生活

受孕信号早知道

关于防辐射服的那些事

如何决定宠物的去留

这样吃最营养

重点补充维生素

每天摄入60~80克蛋白质

能吃多少吃多少

继续补充叶酸

宜吃天然酸味食物

每天喝1杯牛奶

忌过量食用高糖食物

健康食谱推荐

胎教重点

提供一个良好的环境

胎教不是为了培养天才

胎教方式可以多样化

孕2月（5~8周）

孕3月（9~12周）

孕4月（13~16周）

孕5月（17~20周）

孕6月（21~24周）

孕7月（25~28周）

孕8月（29~32周）

孕9月（33~36周）

孕10月（37~40周）

第三章 分娩

预产期临近，这些知识提前学

选择适合你的分娩方式

顺产

剖宫产

水中分娩

无痛分娩

想顺产又怕疼怎么办

怕疼，那就选择无痛分娩吧

哪些情况不适合无痛分娩

无痛分娩真的一点都不痛吗

水中分娩时宝宝会呛水吗

了解分娩过程

确认待产包是否齐全

临产征兆有哪些

宫颈收缩间隔如何计算

羊水已破的征兆

.....

可能会用到的药

分娩时可能遇到的情况

二胎分娩不能照搬头胎经验

.....

宝宝就要来了

自然分娩

剖宫产

准爸爸能做什么

.....

附录：不能忽视的产后护理

版权页

# 《怀孕产检分娩全程指导》

# 《怀孕产检分娩全程指导》

## 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)