

《日本第一胎內記憶婦產科醫帶

图书基本信息

书名：《日本第一胎內記憶婦產科醫師寫給准媽媽的安產書》

13位ISBN编号：9789866097522

10位ISBN编号：9866097528

出版社：世茂

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

《日本第一胎內記憶婦產科醫帶》

內容概要

「會到媽媽的肚子裡，是我自己決定的喔！」——是寶寶選定妳作為最親愛的媽媽，你們一定會相遇、一切都會好好的，只要放輕鬆就好！——日本研究嬰兒胎內記憶的第一人池川明博士說，想要幸福生產，想要有個超好帶寶寶，從懷孕那一刻起就要經營妳與寶寶的關係。——本書從懷孕、生產、產後、育兒四個階段，分別提供各種照顧母子雙方任何狀況的詳細說明與建議。只要按照不同時期，好好注意各事項，超開心媽媽，天使般的寶寶就會出現在妳家！——和妳現在肚子裡的孩子一同度過的懷孕期僅此一次，請各位準媽媽們一定要開開心心地度過！——生產就是開始一個嶄新的人生——

事先了解懷孕、生產、育兒時可能出現的情況、疑問與各式解決、應對法，就能讓妳愉悅地度過懷孕時期，幸福地迎接寶寶的到來——

懷孕初期（1～4個月）——懷孕的徵兆是什麼？該怎麼挑選婦產科？初診的情況又是如何？——

懷孕中期（5～7個月）——胎動是什麼？怎麼探知寶寶的情況？該怎麼進行胎教？此時期媽咪的身體有何變化？——

懷孕後期（8～9個月）——告訴妳何謂妊娠毒血症？妊娠毒血症該怎麼治療？還有孕期中常見的相關問題如前置胎盤、胎位不正該怎麼矯正？——

臨盆當月（第10個月）——臨盆時身體會出現什麼變化？出現出血或破水症狀時該怎麼辦？最後這個月要怎麼度過？——

生產——生產前會有什麼徵兆？生產前該做些什麼準備？生產的大致流程為何？陣痛的出現方式是？——

產後——產後身體要如何恢復？住院生活怎麼過？寶寶該做些什麼身體檢查？如何餵哺母乳等——

育兒——該怎麼照顧剛出生不久的寶寶？要怎麼確知寶寶的身體狀況？哺乳跟抱抱的姿勢怎樣對寶寶來說才是舒適又安全的？——

產前、產後的運動——孕婦瑜珈、嬰兒按摩法要怎麼做？——

主要在講解從懷孕、生產到育兒的相關知識。包括懷孕前的準備、懷孕時的注意事項、懷孕時可能會產生的疾病與不適、生產法、以及育兒法等。對新手媽媽而言可說是懷孕、生產、育兒的完全指導手冊。另外書中還提及了胎內記憶，認為胎兒早在媽媽腹中就有意識、記憶，所以父母們可常常對之說話、互動，以實行胎教並早些與胎兒建立感情，如此一來，孩子在出生後也會比較好帶。

《日本第一胎內記憶婦產科醫帶

作者簡介

池川明 池川醫院院長。生於1945年。帝京大學醫學部研究所畢業，醫學博士。曾任上尾中央綜合醫院婦產科部長，於1987年開設池川診所至今。2001年9月，在全國保險醫療團體聯合醫療研究集會上發表有關「胎內記憶」的論文，經由報紙及電視節目介紹之後一時蔚為話題。著有（暫譯《選好媽媽的肚子》、（暫譯《全都記得喔，在媽媽肚子裡發生的事》）（二見書房）（暫譯《育兒從出生前開始》）（Sun Mark出版）及其他多冊書籍。譯者簡介江宓蓁 銘傳大學應用日語系畢業。熱愛日文，尤其偏愛日本動漫遊戲，立志成為台灣與日本各大文化資訊的往來橋梁。現為兼職譯者，正朝著專業譯者偷偷努力中。最喜歡的一句話是出自聖經路加福音 11:9「你們祈求，就給你們(Ask, and it will be given to you.)」。

書籍目錄

15. 訂定一個生產計畫 生產方式 我的生產計畫 促進寶寶成長發育 懷孕前必須注意的飲食
營養均衡是每日飲食的重點 懷孕初期的飲食 懷孕中後期的飲食 控制鹽分攝取的飲食 哺育母
乳時的飲食 產前、產後的運動 孕婦瑜珈 嬰兒按摩法 懷孕初期（1~4個月）0~7週 44 懷孕
1~2個月 46 打算懷孕時 48 懷孕的徵兆 50 選擇婦產科診所的方法 52 初診的流程 53 定期產前
檢查的內容 54 懷孕週與預產期 56 媽媽手冊 57 全職媽媽的必要手續8~11週 58 懷孕3個月 60
害喜 62 懷孕初期需要注意的事項 64 懷孕初期的各種不安 65 媽咪若是患有疾病 66 異常懷孕
67 流產、先兆性流產12~15週 68 懷孕4個月 70 開始控制體重 72 子宮收縮、疼痛 73 懷孕期間
的性行為 74 感染症 76 高齡產婦 77 出生前的診斷 78 懷孕、生產的經濟概念 80 懷孕初期的孕
婦生活 81 孕婦專用內衣 82 小專欄2 懷孕中期（5~7個月）16~19週 84 懷孕5個月 86 胎動
87 寶寶的狀態 88 胎教 89 媽咪的身體變化 90 孕婦體操的建議 92 進入安定期後可以做的
事20~23週 94 懷孕6個月 96 妊娠紋與肌膚保養 98 頭髮的整理方法 99 牙齒保健 100 懷孕中期的
不舒服 101 便秘20~23週 102 貧血 103 出血 104 與寶寶的溝通 105 與爸爸的溝通 106 乳房保
養 108 媽媽教室、雙親教室 110 懷孕中期到後期的日常生活 111 重新選擇生產醫院、在家生產的
準備24~27週 112 懷孕七個月 114 水腫 116 腰痛 118 早產、迫切早產 120 雙胞胎 122 寶寶的性
別 123 孕婦服飾 124 小專欄3 懷孕後期（8~9個月）28~31週 126 懷孕8個月 128 妊娠毒血
症（妊娠高血壓症候群） 130 妊娠毒血症的治療法 131 前置胎盤 132 胎位不正 134 挺著大肚子時
的行動方法 135 對生產有益的運動、呼吸法 136 新生兒專用房間的準備 137 嬰兒用品32~35週
138 懷孕9個月 140 懷孕後期時的腹部緊繃、出血 142 懷孕後期的不舒服 144 羊水異常 146 臨
盆當月前的準備事項 148 小專欄4 臨盆當月（第10個月）36~39週 150 懷孕第10個月 152 臨
盆時身體會出現的變化 154 出血或破水症狀 156 如何度過臨月 158 舒壓法 159 住院前的注意事項
160 住院準備清單 生產 162 生產前的徵兆 163 生產前的步驟 164 生產的流程 166 陣痛的出現
方式 168 如何憋氣用力 169 無痛分娩 170 陣痛促進劑 171 胎盤娩出、產後腹痛 172 會陰切開術
173 剖腹產 174 生產時的異常症狀 175 超過預產期 176 小專欄5 產後 178 產後身體的恢復
180 住院生活 181 寶寶的身體檢查 182 母乳 183 乳房保養 184 產後的異常症狀 186 產後憂鬱
症 187 育嬰時的不安感 188 生產後的性行為 育兒 190 剛出生不久的寶寶 191 身體的狀況 192
哺乳 194 抱抱 195 沐浴 196 尿布 197 身體保健 198 1~2個月的寶寶 200 3~4個月的寶寶
202 5~6個月的寶寶 204 7~8個月的寶寶 206 9~10個月的寶寶 208 11~12個月的寶寶 210
嬰幼兒的健康檢查 211 提供給全職媽媽的情報 212 新的人際關係 213 省錢育兒術 214 1歲~1歲
6個月的寶寶 216 1歲7個月~2歲的寶寶 218 2歲幼兒 220 3歲幼兒 222 令人擔心的症狀及其
照顧方法 223 發燒時 224 嘔吐 225 腹瀉 226 小兒抽筋 227 鼻涕、鼻塞 228 咳嗽 229 起疹子
230 眼睛和耳朵的清潔 231 過敏 232 嬰幼兒的常見疾病 234 關於預防接種

《日本第一胎內記憶婦產科醫帶

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