

# 《胎教圣经》

## 图书基本信息

书名：《胎教圣经》

13位ISBN编号：9787542754721

10位ISBN编号：7542754726

出版时间：2012-10

出版社：上海科学普及出版社

页数：351

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)

# 《胎教圣经》

## 内容概要

《胎教圣经(第3版)》内容包括：优生受孕、胎宝宝第1个月、胎宝宝第2个月、胎宝宝第3个月、胎宝宝第4个月等。胎教就是给孕妇创造优美的环境，通过母亲与胎儿正常的信息交换，使胎儿在生命伊始就受到良好的宫内教育，促使胎儿的身心得到健康的生长发育，凡在孕期给予胎儿的各种教育皆称之为“胎教”。

## 书籍目录

### Chapter 1 优身受孕

孕前检查预约健康宝宝

认识孕前健康检查

孕前健康检查的项目

孕前健康检查的对象

筛检出异常状况怎么办

解读胎儿染色体异常

为何宝宝会染色体异常

什么是基因

什么是染色体

认识染色体异常

染色体异常的分类

预防胜于治疗

第一胎有遗传病第二胎能生吗

全方位做好孕育准备

孕前做好经期保健

阴部卫生影响受孕概率

维生素A酸会导致胎儿畸形

有病需要孕前调理

不同体质的中医调理

什么是月经周期

什么是易受孕期

如何验孕

如何计算预产期

把握好最佳怀孕期

太胖或太瘦吗？当心不孕

孕育之前夫妻营养调整

怀孕前女性的营养储备

储备叶酸

体弱妇女孕前饮食选择

助孕食谱

### Chapter 2 胎宝宝第1个月

胎儿发育和母体变化

胎儿发育

母体变化

优境养胎

什么决定了胎宝宝的性别

孕期这样分阶段

药物致畸不可忽视

早孕饮酒、吸烟对胎宝宝有害

孕妇做x线检查对胎宝宝有害

孕期接受免疫接种的注意事项

传统中医的受孕保健

胎教课堂

什么是胎教

妊娠1月的中医胎教

我国古代的胎养内容

爱是胎教的基础

胎教产生的是潜移默化的影响

胎教并不神秘

胎教能促进胎儿智力发展

胎教能促进胎儿大脑健康发育

胎教有利于胎儿的心理健康

胎教有利于完善胎儿的人格

胎教故事

心理游戏

准爸爸必读

该为妻子做些什么

“丰裕笼”的鼠后代更

“聪明”

Chapter 3 胎宝宝第2个月

胎儿发育和母体变化

胎儿发育

母体变化

优境养胎

孕期冬春应防感冒

孕期服中药要小心

孕妇家中适合养宠物吗

孕期要注意外阴清洁

小心孕期出血

孕早期应立即去医院的情况

早期流产要不要保胎

黄体酮和维生素E能否保胎

致畸因素有哪些

电磁波无所不在

怀孕初期所需的营养素

孕吐强烈怎么办

妊娠呕吐的饮食

孕期食用调料须知

孕妇饮食禁忌

安胎食谱

胎教课堂

妊娠2月的中医胎教

中医论养胎儿之在胎与母同体

.....

Chapter 4 胎宝宝第3个月

Chapter 5 胎宝宝第4个月

Chapter 6 胎宝宝第5个月

Chapter 7 胎宝宝第6个月

Chapter 8 胎宝宝第7个月

Chapter 9 胎宝宝第8个月

Chapter 10 胎宝宝第9个月

Chapter 11 胎宝宝第10个月

Chapter 12 新宝宝养育是胎教的延续

## 章节摘录

版权页：插图： 很多人家中都养宠物，不过一旦发现自己怀孕后，宠物对自己及宝宝的健康是否有影响？尤其现今的宠物种类几乎是五花八门，到底需要注意哪些事项？无论是哪一类的宠物，都可能会有无法察觉的人畜共同的传染病或是病原体风险。因此，在怀孕初期，孕妇尽量避免与宠物近距离地亲密接触。对于养狗的家庭来说，假使孕妈妈并无对狗毛产生过敏，且狗定期清洁和按时打预防针，影响不大。但是，对于爱猫一族来说，孕妈妈最好避免与猫咪直接接触，清理猫沙、整理猫屋等尽量避免，以免遭受弓形虫感染，对胎儿产生影响。在接触宠物后，一定要记得洗手，降低细菌感染的风险。孕期要注意外阴清洁 妇女在妊娠期要特别注意个人卫生，应每日清洗外阴，防止发生各种生殖系统炎症性疾病。阴道是内生殖器与外界相通的地方，细菌易于侵入。它的位置十分不利，阴道的后方便是肛门，粪便里有大量细菌，极易污染阴道。特别是有些孕妇患有外痔，大便后如不清洗，更易弄脏内裤，污染阴道及泌尿道。健康妇女的阴道里有大量乳酸杆菌，这种细菌把阴道黏膜产生的糖原分解为乳酸，使阴道里的渗出液呈酸性，酸性环境可以有效地抑制致病菌和滴虫的生长，这是人的自然防卫功能。同时，阴道里有大肠杆菌、葡萄球菌、链球菌等在缺氧条件下才能生长繁殖的厌氧菌，以及需氧菌。这些细菌，在平时与人体和平相处，但是当人的抵抗力降低时，自然防卫功能遭到破坏，这些潜伏的致病菌便出来兴风作浪，造成感染。因而，医生总是告诫孕产妇，平时一定要注意阴部保洁：发现白带增多又有异味要及时检查治疗；妊娠期尽量避免性交；胎膜早破要及时住院，预防和治疗感染。小心孕期出血 孕期出血是许多孕妈妈非常关心的问题，这样的案例几乎每天在医院妇科都可以看到。一般而言，怀孕中出血大致可以区分为怀孕早期的出血和怀孕晚期的出血，各有其形成的原因。而在整个怀孕期都可能发生的出血，另有特别原因者，则归类于其他因素，以下作一些简单的介绍。

# 《胎教圣经》

## 编辑推荐

《胎教圣经(第3版)》是中国第一本真正关注母胎心灵沟通的胎教圣典。

# 《胎教圣经》

## 精彩短评

- 1、很棒的一本书，内容很实用，对个人帮助很大。
- 2、质量非常好 包装也很好
- 3、真好 真好真好呀
- 4、朋友都很喜欢，我也很喜欢。
- 5、孕6月的时候在图书馆里借来看看，胎教书因为理念常识通用，其实都大同小异，网上的信息也不必一本书少，不过总感觉多看书心里更有底气和安心。这本对普及科学常识也着了不少笔墨。BTW这本的紫罗兰色彩很宜人。

# 《胎教圣经》

## 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)