

《完美胎教40周》

图书基本信息

书名：《完美胎教40周》

13位ISBN编号：9787538873580

10位ISBN编号：7538873589

出版时间：2013-1

出版社：黑龙江科学技术出版社

作者：韩国主妇生活编辑部

页数：367

译者：金哲

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

《完美胎教40周》

内容概要

在妊娠的40周里，妈妈的身体会发生什么样的变化？宝宝在妈妈肚子里营养够不够，发育得好不好？如何对宝宝进行胎教？妈妈的身体适合什么样的分娩方式？《完美胎教40周》为你解答这些疑惑。《完美胎教40周》内容涵盖一个新生命的孕育全程，还有孕妈咪的日常生活起居细节、饮食营养保健、疾病防治、分娩技巧等，对妊娠、分娩全程关注。《完美胎教40周》以孕周为单位，详细记录怀孕40周中每一周胎儿和孕妇的生理变化和注意事项，以及在本阶段最适合使用的胎教方法。

书籍目录

- 我们的宝宝长多大啦？
- 不计算也能知道的预产期日历
- PART 1 胎教为宝宝健康成长打下基础
- 胎教的现状及原因
- 胎教的科学依据
- 决定孩子一生健康的胎教
- IQ是遗传的，还是由胎教决定？
- 胎教不是孕妇一个人的事情
- PART 2 怀孕前胎教到怀孕后胎教
- 怀孕前的胎教
- 夫妻双方共同制订怀孕前的胎教计划
- 怀孕前必须接受的检查
- 怀孕计划的内容
- 精子与卵子相遇，终于怀孕啦
- PART 3 与丈夫一起进行的每周胎教
- 奠定大脑发育基础的孕1~4周胎教要点
- 注意妊娠反应和营养摄取的孕5~8周胎教要点
- 心脏发育的孕9~12周胎教要点
- 提高大脑发育的孕13~16周胎教要点
- 全面进行胎教的孕17~20周胎教要点
- 形成大脑皮质的孕21~24周胎教要点
- 加快自律神经活动的孕25~28周胎教要点
- 形成五感的孕29~32周胎教要点
- 敏感地反映妈妈感情状态的孕33~36周胎教要点
- 准备出生的孕37~40周胎教要点
- PART 4 不同主题的幸福胎教
- 交流情感的胎教
- 传统胎教
- 音乐胎教
- 童话胎教
- 美术胎教
- 史生狄克式胎教
- 旅行胎教
- 氧气胎教
- 运动胎教
- 气功胎教
- 日记胎教
- 英语胎教
- 体质胎教
- 世界各地的胎教趣谈
- PART 5 胎教实践
- 童话胎教
- 美术胎教
- 饮食胎教
- 运动胎教
- DIY胎教
- 冥想胎教

《完美胎教40周》

章节摘录

版权页：插图：胎儿的大脑细胞发育在妈妈的腹中最为活跃，而且不断地受到刺激，这样才能持续成长。一般情况下，怀孕2个月胎儿开始形成大脑形态，到怀孕5个月时，已完成80%的大脑，因此具有类似于成年人的大脑功能。人类的细胞有140亿个，其中100亿个在胎儿时期形成。由此可见，大部分大脑细胞在妈妈的腹中形成，因此需特别强调胎内的发育。刺激大脑细胞的最有效方法就是胎教。胎教不仅能刺激胎儿的大脑，而且能增加连接大脑细胞的神经回路。通过与妈妈的亲切对话，胎儿的大脑会受到刺激，并且继续成长。分娩以后，接受过胎教的婴儿与没有接受过胎教的婴儿在发育状况或行为方面存在明显的差异。接受过胎教的婴儿通过哭声明确地表达自己的意愿，而且不会无缘无故地哭闹，几乎没有在半夜哭闹的现象，因此比较容易看护。通过胎教不仅能稳定婴儿的情绪，还能培养出品行端正的婴儿，而且胎儿的社会性发育比较明显。通过妈妈讲述的各种故事，胎儿能间接地体验到世上的很多事情。接受过胎教的胎儿能提前了解与别人的关系，因此理解能力和亲和力都很强，也较容易适应社会。妈妈不仅能影响胎儿的身体发育，还能直接影响其情绪发育。如果经常跟胎儿说话，胎儿就能记忆妈妈的柔和声音，并且对妈妈的声音作。通过这个过程，妈妈与胎儿之间会形成更浓厚的亲密感。妈妈与胎儿之间的联系在出生后也能影响到婴儿的情绪，因此，要想产下情绪稳定的宝宝，就应该从胎儿时期开始积累与妈妈的亲密感。怀孕过程中，应该注意防止精神压力。如果受到强烈的精神压力，孕妇就会分泌出肾上腺素，而且肾上腺素会通过血液刺激胎儿，使胎儿也受到精神压力。调查结果表明，在战争中出生的婴儿中有很多低体重儿和焦虑、神经质的婴儿。在日常生活中，孕妇难免会受到一些精神压力，为了减轻孕妇的精神压力，更应该进行胎教。通过与胎儿的对话，同样也能稳定妈妈的情绪。在胎教过程中，妈妈应努力保持开朗的心态，用爱心对待胎儿，这样不但能培养母性，而且能使妈妈拥有自豪感。在这个时期，跟腹中的胎儿说话，有人会觉得不自在，但是只要有了可爱的昵称，对话就会显得很自然了。这种亲密的对话最能加强父母与胎儿之间的联系。最好取一个“小聪”、“宝宝”、“小爱”、“小苗”等容易叫的昵称，但不要选择能区分性别的名字。胎儿跟性别无关，其自身就很宝贵。不管你怎么说话，腹中的胎儿都不可能回答你，所以有些父母常轻轻地自言自语，其实进行胎教时不能含糊地说话，必须像跟朋友说话一样清清楚楚地与胎儿交谈。跟胎儿说话时，还应该注意音调，而且要正确地发音。另外，用亲切、柔和的声音对话能消除胎儿的紧张感。在胎教中，如果柔和地抚摸腹部，就完全可以给胎儿传递妈妈的情绪。

《完美胎教40周》

编辑推荐

作为一本专业、科学的胎教书，《完美胎教40周》将为准妈妈们带来真诚贴心的指导，给予宝宝温馨、充满爱意的照顾。

《完美胎教40周》

精彩短评

- 1、书本的彩页显示挺清晰，色彩协调！内容也顾及了方方面面，挺全面的！挺喜欢！
- 2、书挺厚的，讲的内容挺多
- 3、这本书不太喜欢 价格比较高 而且也没有讲的很详细 觉得没什么用
- 4、书不错，很有实用
- 5、早知道是韩国人写的，绝对不会买这本书。写的一些锻炼的动作基本用不上，注意事项也和我们的差异，也许是国外的孕妈都比较泼辣，对韩国人写的可信度和权威性也比较怀疑，反正觉得用处不大。
- 6、很好 很喜欢 很实用！
- 7、非常喜欢这本书，内容很丰富，色彩鲜艳，看起来感觉很好~
- 8、折扣后很便宜，彩页的，跟书店的一模一样，按周讲解饮食营养，是不错的胎教书，长点知识。
- 9、书的质量还行 就是书脚处好像被老鼠咬了 算了 也懒得换了 希望卖主下次发书的时候检查一下
- 10、出了胎教的内容，还有饮食、运动等内容，不需要买孕期饮食方面的书了。
- 11、送朋友的，还不错，希望宝宝妈咪都健康
- 12、书的内容很丰富，详细讲述了孕妇每个月会出现的状况，要注意的事项，还有BB的生长程度，还有很多体操，按摩的指导。可以令准妈妈轻松渡过怀孕期，不用被疼痛困扰。还制作了多个方面的胎教，有生活，有音乐，有美术的，有童话，很多姿多彩，相信BB也很开心的，还有爸爸胎教的重要性，最后还有实践，很实用
- 13、老公再看，他觉得还是不错的。

《完美胎教40周》

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