

《祝你好”孕”》

图书基本信息

书名：《祝你好”孕”》

13位ISBN编号：9787546401300

10位ISBN编号：7546401305

出版时间：2011-5

出版社：成都时代

作者：冯淑英

页数：247

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

《祝你好“孕”》

前言

孕育生命，是人类与生俱来的天性和本能，但孕育的过程并不简单。错误的孕育时机、不良的孕育方式，不但不能让你如愿以偿地收获一个聪明可爱的小宝贝，甚至可能失去孕育爱情结晶的机会。流产、不孕不育、胎儿健康、胎儿性别，甚至胎儿性格都由孕期的诸多因素决定，其中大部分都受人为因素的影响。许多夫妻都习惯在受孕后才去了解孕育知识，那时可能伤害已经形成，可采取的手段也有限。如果能够在怀孕前进行充分的了解，就能避免很多意外事故或伤害的发生。如，了解受孕的过程。准爸爸、准妈妈在生活中就能提高警惕，避免一些可能伤害到孕力和胎儿健康的事情出现：了解遗传对胎宝宝的影响，提前做好遗传咨询，就能有效降低胎儿畸形等的发生率，从而实现优生。此外，每对夫妻的身体状态、生活环境等情况都不同。应该根据自己的具体情况调整孕期生活。充足的准备是成功的开始。本书从制定科学的孕育计划、孕前心理及生理准备、孕期的健康呵护、避免流产等意外的发生、了解不孕不育的因素、探索生男生女的科学奥秘等方面，告诉准爸爸、准妈妈们完美的孕育应该注意什么，如何选择一个恰当的时机，安全孕育健康的小宝宝，体验人生最奇妙的历程，享受最完美的幸福人生。

《祝你好“孕”》

内容概要

充足的准备是成功的开始。《祝你好“孕” (附盘)》由冯淑英编著从制定科学的孕育计划、孕前心理及生理准备、孕期的健康呵护、避免流产等意外的发生、了解不孕不育的因素、探索生男生女的科学奥秘等方面，告诉准爸爸、准妈妈们完美的孕育应该注意什么，如何选择一个恰当的时机，安全孕育健康的小宝宝，体验人生最奇妙的历程，享受最完美的幸福人生。

《祝你好“孕”》

作者简介

冯淑英，医学博士。1991年毕业于中山医科大学，获临床医学学士学位，后一直在中山大学附属第二医院《孙逸仙纪念医院》妇产科从事临床、教学、科研工作。1993年起师从著名的计划生育专家陈学煌教授，主攻计划生育和妇科内分泌相关的临床研究，1996年获临床医学硕士学位；2001年至2004年攻读临床医学博士学位，师承著名的妇科内分泌学专家邝健全教授，主攻方向是妇科内分泌的基础和临床研究，2007年受聘为中山大学副教授、硕士生导师。擅长妇科内分泌疾病、不孕不育症、子宫肌瘤、子宫内膜息肉、宫颈疾病、子宫内膜异位症、子宫内膜不典型增生的诊治。曾多次在国内、国际微创会议上进行手术演示和专题讲座。曾获广东省自然科学基金2项。发表科研论文20余篇，参编《妇产科疾病鉴别诊断学》、《妇产科查房实录》、《妇产科大查房——病例选录》等专业论著5部。

《祝你好“孕”》

书籍目录

Part 1 孕育知识，准爸妈的必修课

- 一、准备——制定科学孕育计划
- 1. 家庭理财规划
- 2. 计算排卵期
- 二、认知——科学认识性器官
- 1. 女性生殖系统结构与功能
- 2. 男性生殖系统结构与功能
- 三、受孕——精王子与卵公主的相遇
- 1. 受精卵的形成
- 2. 受精卵的发育、运送和着床
- 3. 成胎与发育
- 四、遗传对胎儿的影响
- 1. 遗传咨询很重要
- 2. 不宜生育的遗传病人有哪些
- 3. 与性别相关的遗传疾病早知道
- 4. 孩子会遗传父母的哪些容貌特征
- 5. 孩子的寿命由爸爸的基因决定
- 6. 什么决定着孩子的身高
- 7. 宝宝的血型
- 五、影响宝宝性别的因素
- 1. 生男生女谁说了算
- 2. 饮食调节生男生女
- 3. 有助于生男孩的方法
- 4. 有助于生女孩的方法
- 5. 其他影响生男生女的因素

PART 2 备孕有方，列个计划迎“好孕”

- 一、科学性爱，怀上健康聪明宝宝
- 1. 性生活的环境
- 2. 科学选择受孕时间
- 3. 提升孕力的性交方法
- 二、日常调养，迎接优生宝宝
- 1. 备孕夫妻生活调适
- 2. 女性孕前注意事项
- 3. 丈夫需要做些什么
- 三、健康运动，提高孕妈妈免疫力
- 1. 保养练习
- 2. 其他运动方式
- 四、健康宝宝吃出来
- 1. 准妈妈中医营养调理
- 2. 准妈妈西医营养调理

PART 3 孕前检查，孕育健康优秀宝宝

- 一、女性孕前重点体检项目
- 1. 优生五项检查(TORCH检测)
- 2. ABO溶血检查
- 3. 生殖系统检查
- 4. 口腔检查
- 二、遗传检测
- 三、针对不孕不育的检查
- 1. 女性能否正常排卵
- 2. 男性是否有足够多的健康精子
- 3. 精子和卵子能否相遇
- 4. 受精卵能否自己成功着床
- 四、女性不孕不育的特殊检查项目
- 1. 子宫内膜活检
- 2. 子宫输卵管碘油造影
- 3. 阴道超声波检查
- 4. 经腹(盆腔)超声波检查
- 5. 腹腔镜检查
- 6. 宫腔镜检查
- 五、男性不育的特殊检查项目
- 1. 顶体反应试验
- 2. 阴囊活检
- 3. 激素检查
- 4. 血管造影术
- 5. 高分辨率阴囊超声术和静脉造影术
- 6. 超声成像术
- 7. 精子尾部低渗肿胀试验
- 8. 精子凝集试验
- 六、诊断决策

PART 4 坚持梦想，积极防治自然流产

- 一、为什么会发生流产
- 1. 什么是自然流产
- 2. 自然流产的类型
- 3. 引发自然流产的原因
- 4. 流产发生前的症状
- 二、安胎养身。应对不同类型流产
- 1. 先兆流产
- 2. 难免流产
- 3. 不完全流产
- 4. 完全流产
- 5. 稽留流产
- 6. 习惯性流产
- 7. 流产感染
- 三、积极预防习惯性流产
- 1. 远离有害因素
- 2. 性生活保健
- 3. 避免食用易致流产的食物
- 4. 孕期用药要谨遵医嘱

PART 5 中西医结合，治疗男女不孕不育症

- 一、中医治疗男女不孕不育症
- 1. 女性不孕不育症的中医诊断治疗
- 2. 男性不育症的中医诊断治疗
- 二、西医治疗男女不孕不育症
- 1. 女性不孕不育症的诊断与治疗
- 2. 男性不育症的诊断与治疗
- 三、科学手段帮助受孕
- 1. 人工授精
- 2. 体外受精
- 3. 胚胎移植技术
- 4. 胚胎植入前遗传学检测

章节摘录

在科学昌明的今天，大部分不孕不育都可通过现代医学手段查明诊治，而生男生女的奥秘，也已经随着生命科学的进步而逐渐揭开了神秘面纱。但无可否认，传统民俗文化依然有着巨大而深远的影响力，尤其生育观念更是根深蒂固。比如，从古至今，一个家族普遍最关心的还是传宗接代的问题，若是一个妇女嫁过去很久还没有怀孕，轻则背上思想包袱，身心都经受压力，重则影响夫妻关系和家庭和睦。在旧时代，还少不了各种歧视、虐待，甚至是休退、遗弃。所以，民间自古就有各种各样的祈子方式。例如，从婚嫁之初，就有很多寓意早生贵子的习俗，以赠送红枣、花生、莲子等方式，寓意“早生贵子”。婚后更是有多种祈子方式，如敬拜送子观音、临水夫人等生育之神，有些地区的百姓则求拜于妈祖。“送灯”也是民间常见的一种求子习俗。因为“灯”与“丁”谐音，每添设一灯，也就意寓着“添丁”。一般是在元宵灯节的前几天，娘家给已嫁未育的女儿送去“观音送子”或“天赐麟儿”灯，或送绣花灯、莲花灯各一对，预祝早日“添丁”。没有生育的妇女在婆家参加元宵灯节活动，以求生子。这种谐音赠物的方式，还有送南瓜，因为“南”“男”同音，所以将南瓜送给没有生男孩的妇女，祝愿她们早生男孩。此外，民间还有一些比较特殊的祈子方式。例如，在福建一些地方，有一种称为“抢佛子”的习俗。寺院的僧人书写好有佛号的小牌子，将其悬挂在竹竿的顶梢，然后择良时钩落，叩拜求子的人们就前去争抢，抢到的人一般要聘请鼓乐队伍，将小牌子迎回家里供奉起来，这被视为一种即将得子的兆头。在一些地区，不孕或未生男孩的妇女还常求助于巫师，按巫师的说法，生男育女取决于“生命树”所开之花，“白花”属男。“红花”为女。作为一种由来已久的风俗习惯和思想观念，它们也像遗传基因一样，植入在社会生活之中，至今仍然在不同层面产生着一定的影响。作为现代人，了解了生殖科学的知识，对风俗习惯及观念的影响力自然会形成自己的认识和判断。但有一点不可否认，无论是民间风俗还是现代生殖科学，它们至少在一个问题是殊途同归的，那就是——精神上的愉悦、放松和平静，有助于受孕，有助于培育健康宝宝。 P34-35

《祝你好”孕”》

精彩短评

1、质量很好，内容很科学

《祝你好”孕”》

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