

# 《十月怀胎百科全书》

## 图书基本信息

书名：《十月怀胎百科全书》

13位ISBN编号：9787538871852

10位ISBN编号：7538871853

出版时间：2012-7

出版社：黑龙江科学技术出版社

作者：白丽梅 编

页数：255

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)

# 《十月怀胎百科全书》

## 内容概要

《十月怀胎百科全书》集录了各种孕期常识和最新的科学孕育方法，并由对孕前、孕中、分娩保健、护理等方面的知识进行了最直接的解答，以轻松的形式、呵护的口吻深入浅出且详尽地告诉那些准备怀孕或已经怀孕、待产分娩的女性朋友，在不同时期应具备什么样的心理、遇到紧急情况该怎样去应对、孕期如何进行优生胎教、孕妇该摄取哪些营养及生活上的宜与忌等等。

## 书籍目录

- 第一篇 孕前须知常识
  - 第一章 孕期与受孕
    - 第一节 孕期巧选择
    - 第二节 理想受孕环境
    - 第三节 不宜受孕因素多
  - 第二章 胎儿性别揭秘
    - 第一节 生男生女谁决定
    - 第二节 排卵日检测法
    - 第三节 人工助力胎儿性别
  - 第三章 孕前准备与受孕判定
    - 第一节 孕前注意事项
    - 第二节 受孕早知道
  - 第四章 遗传与健康
    - 第一节 了解遗传
    - 第二节 遗传性疾病概况
    - 第三节 切勿“亲上加亲”
    - 第四节 子女是否健康，多看父母
    - 第五节 遗传性疾病主要种类
  - 第五章 一切为了优生
    - 第一节 初识优生
    - 第二节 聪明宝宝孕育难
    - 第三节 孕前慎待这些病
  - 第六章 人工授精的知识
    - 第一节 人工授精是怎么一回事
    - 第二节 精液的采集与不孕症发生原因
- 第二篇 准妈妈胎教
  - 第一章 胎儿成长大环境
    - 第一节 孕妇的修养很重要
    - 第二节 胎教中的主角与配角
    - 第三节 胎教注重每一步细节
  - 第二章 胎教进行时
    - 第一节 熟识胎儿的生命活动
    - 第二节 你了解胎教吗
    - 第三节 你会和胎儿沟通吗
    - 第四节 胎教，莫忘了音乐
- 第三篇 孕期保健须注重
  - 第一章 产检与患病孕妇注意事项
    - 第一节 产期可推测，产前做检查
    - 第二节 患病孕妇注意啦
  - 第二章 准妈妈生活起居
    - 第一节 生活细节须谨慎
    - 第二节 孕期每个月该做些什么
    - 第三节 适时、适当运动
    - 第四节 不良习惯，危及胎儿
    - 第五节 谨防身旁的各种污染
    - 第六节 孕期药物勿乱服
    - 第七节 各种习惯，孕妇别以待之

## 第四篇 孕期常见病与防治

### 第一章 如何应对孕期所出现的各种病症

#### 第一节 怀孕后孕妇身体常见状况

#### 第二节 孕期有了这些病症怎么办

### 第二章 妊娠异常、胎位异常的防治

#### 第一节 各种妊娠异常症的防治

#### 第二节 纠正异常胎位防难产

## 第五篇 孕妇的营养饮食方案

### 第一章 孕妇的合理营养需求

#### 第一节 孕前及孕期的营养需求

#### 第二节 孕期各阶段的不同营养需求

#### 第三节 维生素与微量元素的作用

#### 第四节 孕妇营养饮食有讲究

### 第二章 孕妇适用的家庭营养食谱

#### 第一节 怀孕第1个月

#### 第二节 怀孕第2个月

#### 第三节 怀孕第3个月

#### 第四节 怀孕第4个月

#### 第五节 怀孕第5个月

#### 第六节 怀孕第6个月

#### 第七节 怀孕第7个月

#### 第八节 怀孕第8个月

#### 第九节 怀孕第9个月

#### 第十节 怀孕第10个月

## 第六篇 孕期最后阶段——待产与分娩

### 第一章 产前各项准备

#### 第一节 待产日子，你做好准备了吗？

#### 第二节 迎接新生宝宝，母亲要准备什么

#### 第三节 分娩前须掌握的一些常识

#### 第四节 分娩时怎样助力与呼吸

### 第二章 分娩常识

#### 第一节 临产预兆与分娩方式

#### 第二节 分娩方法因人而异

## 章节摘录

版权页：插图：第二节聪明宝宝孕育难

一、孩子的智力由什么决定 智力也是有一定的遗传基础。我们看到，有较高智商父母的子女往往比较聪明，反之亦然。统计资料表明，双亲智力正常者，其子女73%的智力正常；若双亲为一个智力低下一个智力正常者，其子女64%的智力正常；双亲均为智力低下时，其子女只有28%的智力正常；双亲一个智力低下一个智力缺陷时，子女只有10%的智力正常；两个智力都有缺陷的父母，其子女只有4%的智力正常。这说明智力与遗传有着密切的关系。但是，如果仅根据上述数字就认为“龙生龙，凤生凤”，孩子的聪明或愚笨完全是父母给的，那就未免失之偏颇了。在我们周围不乏有这样的例子，有些父母都是高级知识分子，而子女却连中学都只勉强毕业；而有的父母文化程度都比较低，孩子却得到了高等学位。这是因为产生智力的温床是大脑，而大脑的生长发育又受遗传和环境两方面因素的调节控制。

1.只有先天遗传素质较好的孩子，才有可能在后天的培养教育因素的影响下，获得较高的智能。而对那些先天素质较差，例如，有遗传缺陷等问题的孩子，施行同样的教育手段则收效甚微。同样道理，对那些天赋很好的孩子，如不适时进行教育，为其创造良好的生长环境，那么其先天具有的优越条件将随着时光的流逝而消失殆尽。历史上这样的例子并不少见。宋朝有个叫方仲永的神童，5岁即能吟诗作赋，曾名噪一时，但其后一生却很平庸，没有在文坛上留下只言片语。

2.某些有害因素的刺激也会影响胎儿的大脑发育，进而影响智力。比如孕妇在怀孕期间患了某些疾病、受到放射线照射、吸烟、酗酒、服药不当以及营养不良等等。可见，对孩子的智力来说，遗传与环境因素关系密切，缺一不可。我们既不能片面夸大遗传的作用，忽视环境的因素，也不能不顾遗传的影响，一味追求环境因素。只有二者兼顾，相辅相成，才能“外因通过内因而起作用”，使孩子的智能潜力得到最为充分的发挥。

二、先天愚型孩子的产生原因 “先天愚型”是一种常见的遗传性疾病。据估计，目前我国至少有120万人患有此类；突病。它是由于染色体的数目、结构或排列发生错误而引起的。

# 《十月怀胎百科全书》

## 编辑推荐

《十月怀胎百科全书》是一本集知识性、科学性、实用性于一体的书，它是每一位准妈妈的贴心朋友，相信有它的一路陪伴，你将孕育出最聪明、最健康的宝宝，快乐地度过一段幸福、难忘的待产之路

.....

## 精彩短评

- 1、挺好，很实用的，很喜欢

# 《十月怀胎百科全书》

## 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)