

# 《怀孕必读》

## 图书基本信息

书名：《怀孕必读》

13位ISBN编号：9787512700154

10位ISBN编号：7512700156

出版时间：2010-7

出版社：中国妇女

作者：陈静

页数：290

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)

# 《怀孕必读》

## 内容概要

《怀孕必读》内容简介：生育是人类的基本本能，在漫长的人类历史中，正是生育使我们的民族繁衍生息，绵绵不绝。对于生育，人类已经积累了丰富的实践经验和科学知识，这对于准父母来说，是一笔现成的财富。但是，胎儿的孕育过程和生育过程是十分复杂的，如果不掌握正确的知识和常识，就有可能使准父母良好的愿望付诸东流。因此，他们更需要系统、科学、准确的育儿指导。

# 《怀孕必读》

## 书籍目录

第一编 优生优育第二编 孕期生理保健第三编 孕期营养保健第四编 孕期日常生活指南第五编 胎教使  
你的宝宝更聪明第六编 产期保健主要参考文献

### 章节摘录

插图：女性过晚生育有许多不利，有些妇产科医生认为，女人建立家庭的最晚年龄为35岁。因为年龄大会增加不孕的可能性。如果女人怀孕过晚，就有可能遇到不孕及流产等问题。据统计，二十几岁的已婚妇女大约有10%的人在一年内无法怀孕；对于30岁出头的女性，这个数字为15%；接近40岁的女性则是28%。如果她的丈夫已经超过40岁，怀孕就会变得更加困难，因为40岁以后的男人生育能力已经开始减退。推迟怀孕的女性最担心的是流产。20岁出头的孕妇大约有15%的人会遭遇流产；对于40岁的孕妇来说，就有25%的人会遇到这种情况；而45岁以后，将有一半的孕妇有流产的危险。由于高龄产妇的宫颈一般比较坚韧，开宫口慢，自然生产困难，所以剖腹产在高龄产妇中更加普遍。随着医学技术的发展，剖腹产手术已比以前有了很大的提高。不但麻醉方法已从以前单一的全身麻醉发展到现在的联合麻醉，使病人减少了痛苦，而且手术时间也由以前的1~2小时缩短到现在的几十分钟。因此，进行剖腹产的高龄产妇不需要有太多顾虑。对于高龄产妇来说，最可怕的就是生育一个有残疾的婴儿。的确，母亲的高龄会增加婴儿先天性缺陷和无法存活的可能性。但幸运的是，胎儿期诊断的技术正在提高。现在医生们已经可以在怀孕前8个月及时发现许多引起先天性缺陷的遗传异常。有些情况下，可以在出生前或分娩后进行及时治疗。尽管推迟怀孕不像人们想象的那么危险，但高龄产妇要生下健康的小宝宝，必须比二十几岁的产妇更加精心地呵护自己和胎儿。就目前来讲，如果你想要早些成家，或者晚些要小孩的话，一定要注意身体的健康，最好定期去看妇产科医生，这样即使推迟怀孕时间，也不必担心。

# 《怀孕必读》

## 编辑推荐

《怀孕必读》传达科学的优生理念，给您幸福十月的全程关怀！科学、实用、亲切、贴心的孕期宝典，中国妇幼保健专家隆重推出。我想要宝宝了：人类能够选择婴儿性别吗 / 孕前需要检查的特殊病原体 / 女性的最佳生育年龄 / 高龄产妇生孩子有哪些担心 / 怀孕年龄与痴呆儿有何关系 / 哪些情况不宜怀孕我怀上了，一点不紧张：怎样对付妊娠反应 / 出现妊娠反应怎样调理饮食 / 产检检查包括哪些内容 / 怀孕期间如何对乳房进行保养 / 妊娠纹可以避免吗 / 孕妇感冒怎么办 / 怎样数胎动。我的宝宝我做主：怀孕期间如何保证孕妇营养 / 孕妇需要哪些特殊营养 / 肥胖孕妇怎样科学安排饮食 / 孕妇为什么爱吃酸 / 孕妇的饮食习惯对胎儿有影响吗 / 孕妇不能吃哪些鱼。为了宝宝，我必须这样做：怀孕期间能上班吗 / 孕妇应采取哪种睡眠姿势 / 怀孕期间还能化妆美容吗 / 生活电器对孕妇有没有影响 / 电脑是否会影响母婴健康 / 妊娠期间什么时候不能有性生活。如此这般教育肚肚内的宝宝：挖掘儿童潜力应从0岁开始 / 胎儿是怎样进行思维的 / 准妈妈怎样同胎儿交流 / 如何安排胎教时间 / 丈夫在胎教中可发挥哪些作用 / 怎样选择胎教音乐。耶！生出来了！我信心十足：分娩前的征兆是什么 / 分娩前容易忽视的征兆 / 妻子意外分娩时怎么办 / 剖腹产有什么利弊 / 无痛分娩是怎么回事 / 产妇应该怎样配合助产师 / 产后首次性生活应注意哪些问题。提供全面科学的怀孕、育儿知识，手把手教“准妈妈”顺利生下健康聪明宝宝，告诉准妈妈在早期不知道的、想知道的、应该知道的一切。恩爱网，亲子频道，拍摄宝贝每一步的成长足迹，高发价比，信息齐全，超赞口碑，零投诉，100家优质儿童摄影工作室促销联展。打造中国领先的结婚，生活网络互动资讯平台。孕产专家为准爸准妈量身定制的最完美的孕育计划。指导准妈妈孕育宝宝全过程的每一个细节。六次荣登全国畅销书排行榜。

# 《怀孕必读》

## 精彩短评

- 1、书不错得，纸张也挺好得
- 2、不错啊 值得买 孕妇必备

# 《怀孕必读》

## 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)