

《如何孕育健康宝宝》

书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2010年09月01日

开本：大32开

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787543867154

编辑推荐

要孕育健康、聪明的宝宝，对每个准爸爸和准妈妈来说，首先必须从思想上高度重视，有强烈的责任感，要尊重科学，接受医生的指导。比如说做好围婚期保健，接受婚前检查。医生根据检查结果会给出一些建议，您一定要遵照执行。此外，还需要了解妊娠的一些基本知识，比如说选择怀孕的**时机，孕前应做哪些检查？哪些疾病必须在孕前治愈？孕前应该做些什么准备？如何做好孕期保健？……待您认真读了这本《如何孕育健康宝宝》后，一定会深有感触，因为这本书对您孕育健康、聪明的宝宝大有裨益。本书由刘筱英、舒芬华主编。

内容简介

按照中国人的传统，绝大多数人特别是上了年纪的人认为，没有孩子的家庭是不完美的，若不能做母亲或者父亲就好像人生还缺少了点什么。因此，作者认为，无论是维持生态平衡，还是为让我们伟大的中华民族世代延续，每对年轻夫妇都有孕育健康、聪明宝宝的责任和义务。

要孕育健康、聪明的宝宝，对每个准爸爸和准妈妈来说，首先必须从思想上高度重视，有强烈的责任感，要尊重科学，接受医生的指导。比如说做好围婚期保健，接受婚前检查。医生根据检查结果会给出一些建议，您一定要遵照执行。此外，还需要了解妊娠的一些基本知识，比如说选择怀孕的*时机，孕前应做哪些检查？哪些疾病必须在孕前治愈？孕前应该做些什么准备？如何做好孕期保健？……待您认真读了这本《如何孕育健康宝宝》后，一定会深有感触，因为这本《如何孕育健康宝宝》对您孕育健康、聪明的宝宝大有裨益。本书由刘筱英、舒芬华主编。

作者简介

刘筱英（1964--），医学学士、副主任护师、高级营养师、科普作家、湖南省科普作家协会理事、湖南省科普作家协会护理专业学组常务副主任委员，现就职于湖南省儿童医院。主编出版了《婴幼儿喂养ABC》、《护士应聘面试通关》、《护士操作技巧》、《谁在危害孩子的健康》、《阻击甲流的智慧》等著作，参编著作13部，发表科普文章100余篇、专业论文30余篇。其中《告别口臭时代》获湖南省第二届优秀科普作品二等奖，《婴幼儿喂养ABC》获湖南省第二届优秀科普著作三等奖。

目录

围婚期保健

- 一、婚前检查
- 二、婚前异常情况
- 三、婚育知识与保健
- 四、经期保健
- 五、乳房保健

孕前须知

- 一、男女生殖基础
- 二、孕前须知

孕期保健

- 一、孕期检查
- 二、孕期营养
- 三、孕期性生活
- 四、孕期保健

[显示全部信息](#)

在线试读部分章节

围婚期保健是围绕婚前、新婚和孕前这三个阶段所进行的一系列保健工作。

1.婚前保健。包括婚前检查(详见本章第一部分)和性保健指导。新婚蜜月是人生的一个特殊时期，应该多学习一些生理卫生知识，增强自我保健意识，养成良好的卫生习惯，使婚后生活更加和谐、美满。有的人很看重女性的处女膜，如果发现女方的处女膜已经破裂，就认为女方有过性生活，在心理上留下阴影，从而影响到今后的两性关系乃至婚姻生活。

男女双方应该了解一些生理解剖知识，正确看待处女膜问题。有的少女天生处女膜坚韧或肥厚，有的则无处女膜，还有的在运动过程中如骑马、骑单车、跨栏等时都可能发生处女膜损伤，造成处女膜破裂。有些男性则很看重初夜是否成功，有的男人觉得性生活中的性快感和自己想象的不一样。如果初夜失败，就会影响到今后的性生活，甚至造成性功能障碍。而女性的心理状态更复杂，处于紧张、恐惧、羞怯中，往往是被动的。男性应克制自己，给女性以爱抚和安慰，帮助女性消除胆怯心理。如果男性只顾满足自己生理需要，而忽略女性的心理需要，往往会引起女性对性生活的厌恶和惧怕。性生活是夫妻双方的事，应该相互配合。女方也不要完全处于被动地位，要消除紧张心理，保持肌肉放松，以便避免或减轻由于处女膜损伤所致的疼痛和不适。

2.新婚保健。

(1)新婚期疾病的预防。新婚期由于性活动频繁，男女双方都更应该注意卫生，保持外阴部的清洁卫生，每次性生活的前后都应该将外阴清洗干净，以预防疾病的发生。

泌尿系统感染。蜜月期间，由于性生活频繁，加之女性泌尿系统的解剖特点，如果不注意性生活的卫生，容易发生泌尿系统的感染，表现为尿频、尿急、尿痛甚至血尿等。这时应该停止性生活，立即到医院诊治。

预防：注意休息，不要太劳累，平时保持外阴的清洁，性生活之前清洗外阴，性生活以后排尿1次，蜜月期间多饮开水等。

女阴损伤。蜜月期间，尤其是新婚之夜，由于男子的性冲动过分强烈，动作过于粗暴，在性交时可造成女阴损伤。外阴损伤有会阴部损伤、阴道撕裂、阴道穹隆损伤等等。如诊治不及时或治疗不当会造成严重后果，甚至会危及生命。预防：为避免发生外阴损伤，男子的动作不应过于粗暴，女方亦应主动配合，防止体位不适宜的性交。

包皮嵌顿。患有包茎或包皮过长的男子在蜜月期间，尤其是新婚之夜，可能发生包皮嵌顿。其症状是性生活以后，男子的包皮嵌顿在冠状沟部分，且不能活动，局部出现水肿，有剧烈的疼痛。发生这种情况后，应停止性交，直至阴茎肿胀消除，包皮不再嵌顿为止。一般只要保持外阴清洁，定时用凉开水清洗阴茎，防止擦伤，可以自行恢复。如嵌顿严重，肿胀日渐加剧，应及时去医院诊治，否则可能会出现出血、坏死的情况，造成严重后果。

[显示全部信息](#)

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.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)