

《快乐怀孕280天/孕育宝典》

书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2005年05月01日

开本：

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787533139728

丛书名：孕育宝典

编辑推荐

关于你和宝宝的一切知识——这里都能找到！

这套《孕育宝典》是目前美国市场上*受欢迎、*值得依赖的图书之一。本书以它信息的可靠性和权威性著称，解决准妈妈和新妈妈们*关心的所有问题。

《孕育宝典》系列的《快乐怀孕280天》第二版经修订后更新、充实了原有内容。专门写健康题材的作家和产科医生为读者提供专业指导，给做妈妈的智慧，帮你减轻忧虑，帮助准妈妈度过一个快乐、健康的孕期。

本书全面地向你讲解以下知识：

怎样面对孕期心理和生理上的变化；

孕期保持积极乐观的态度，坚持锻炼；

了解必要的检查和诊断；

为分娩做好准备；

为宝宝做好财政预算。

内容简介

本书不仅向你提供基本的孕期知识，而且还帮助你制订一份完美的生育计划，可谓是你孕期的私人顾问。

在整个怀孕过程中，你会做出许多关键性的决定，从坚持进行身体检查到基因咨询，再到使用何种方式分娩。丰富自己这方面的知识，可以帮你做出明智的选择，并有助于医生和助产士更好地为你服务。大部分医生都非常愿意回答你的问题；认真学习知识的产妇才能——一个健康的孕期。从长远看，这些知识可以使你今后的生活变得轻松。要牢记沟通是关键，如果你提不出问题，那么你的问题就得不到解决。

享受这段特别的时期吧，神奇的“母亲直觉”并非天生的，而是在慢慢了解胎儿、了解奇妙的怀孕以及为人父母的过程中逐渐培养出来的。

目录

起跑线

你怀上宝宝了

别样的家谱

挑选医生

戒烟

戒酒

合理饮食

健身

孕期怎样服用药物和补充剂

注意

基因咨询

慢性病

怀孕第1个月

本月的宝宝

本月的妈妈

看医生

注意事项

晨吐

给准爸爸的建议

家庭琐事

给宝宝的空间

婴儿与汽车

生宝宝需要一笔不小的费用

做好理财计划

生活方式的变化

和准爸爸分享孕期的一切

展望未来

怀孕第2个月

本月的宝宝

本月的妈妈

看医生

注意事项

准妈妈的服饰

给准爸爸的建议

诊断和检查

基本检查

尿液检查

血液检查

涂片检查

超声波检查

甲胎蛋白检查

羊膜穿刺术

绒毛膜检查

胎儿监控

胎儿生活活动评估

怀孕第3个月

本月的宝宝

本月的妈妈

看医生

注意事项

分享喜讯

给准爸爸的建议

多胞胎

分裂的卵子和共用的囊

什么情况下易生多胞胎

多胞胎妈妈的身体状况

看医生

怀多胞胎容易出现的问题

多胞胎的分娩

产生第1个月

怀孕第4个月

孕期工作问题

怀孕第5个月

怀孕第6个月

怀孕中需特别注意的问题

怀孕第7个月

生育蓝图：写下分娩计划

怀孕第8个月

怀孕第9个月

待产和分娩

母乳喂养的基本准则

带宝宝回家

恢复往日的的生活节奏

附录A 分娩计划一览表

附录B 预产期表

附录C 孕期面临的实际问题一览表

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)