

《轻松孕产一本通》

书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2006年01月01日

开本：

纸张：铜版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787509100097

编辑推荐

谨以本书献给 散发着迷人魅力并渴望科学孕产的新时代准妈妈
特别关心太太与宝宝并决心付诸行动的未来爸爸。

权威专家讲解国际先进孕产理念“围产保健之母”严仁英教授作序推荐。

解答妊娠期糖尿病、无痛分娩等诸多疑惑 科学指导孕期营养、孕产期运动、产后保健
令您整个孕产过程轻松愉快 伴您度过人生*奇妙的旅程。

附赠食品营养与热量等值交换卡 随身携带随时指导孕产期配餐。

内容简介

顺利、愉快地度过孕产期，生育一个健康、聪明的宝宝是每一个家庭的愿望。本书为产科资深教授的倾情之作，她们以科学的视角、通俗的语言、活泼的形式介绍了孕前、孕中、分娩、产后会遇到的营养、情绪、运动、胎教、感染、哺乳等各种问题，尤其是介绍了产科的一些新技术、新观点，回答了当代孕产妇普遍关注的很多疑问。全书共分11章，内容详细实用，图文并茂，是即将为人父母的年轻夫妇的理想读物。

作者简介

杨慧霞，女，北京大学第一医院妇产科副主任、主任医师、副教授，硕士生导师。1986年毕业于北京医科大学获医学博士学位。现任北京大学第一医院妇产副主任。专业特长：优生咨询和妊娠合并症及并发症的诊断处理，尤其妊娠合并糖尿病等的诊治以及女性生殖道感染性疾病的诊

目录

第1章 生育健康聪明的孩子

- 一、优生学的基本知识
- 二、生育的最佳时机
- 三、遗传病
- 四、染色体疾病的筛查
- 五、产前诊断
- 六、怀孕期用药
- 七、孕妇用药的选择
- 八、口服避孕药

- 九、孕期能否接受防疫接种
- 十、毒品、咖啡、糖精及烟酒
- 十一、射线和高热
- 十二、电脑、电视、微波炉及电磁炉

第2章 妊娠期保健(I)

- 一、怀孕的确定
- 二、预产期推算
- 三、妊娠期母体变化
- 四、妊娠反应及对策
- 五、尿频，胃部不适和眩晕
- 六、孕晚期的症状
- 七、牙龈炎和孕期拔牙
- 八、妊娠纹和蝴蝶斑
- 九、缺钙与腿抽筋
- 十、皮肤瘙痒
- 十一、痔疮
- 十二、肥胖
- 十三、产前检查
- 十四、哪些孕妇是高危孕妇
- 十五、自我监护
- 十六、胎儿电子监测
- 十七、孕期精神健康
- 十八、怀孕期的性生活
- 十九、乳房的变化与清洁护理
- 二十、乳房按摩
- 二十一、孕期注意事项
- 二十二、那些孕妇需要调换工作
- 二十三、出现那些情况要立刻去医院

第3章 孕期的营养和运动

- 一、均衡的营养
- 二、孕妇食谱
- 三、钙、铁、叶酸及维生素的补充
- 四、预防神经管畸形
- 五、给孕妇做的运动
- 六、放松按摩
- 七、产前运动

第4章 胎教《耄》

- 一、胎教的基础
- 二、国外胎教实践

第5章 妊娠并发症

- 一、妊娠合并甲状腺功能亢进
- 二、妊娠合并心脏病

- 三、妊娠合并肝炎
- 四、妊娠期肝内胆汁淤积症
- 五、妊娠合并肾炎
- 六、妊娠高血压综合征
- 七、妊娠合并子宫肌瘤
- 八、流产和保胎
- 九、早产与早产儿
- 十、产前出血
- 十一、多胎妊娠
- 十二、母子血型不合
- 十三、胎儿生长受限
- 十四、羊水多少与胎儿畸形
- 十五、脐带异常
- 十六、胎儿宫内窘迫
- 十七、臀先露
- 十八、胎死宫内
- 十九、瓜熟蒂不落——过期妊娠

第6章 妊娠合并糖代谢异常 ”

- 一、糖尿病合并妊娠及对母儿的影响
- 二、妊娠期糖尿病
- 三、妊娠期糖耐量减低是怎么回事
- 四、妊娠期糖尿病的治疗
- 饮食治疗
- 运动治疗
- 胰岛素治疗(I)
- 五、饮食误区与妊娠期糖代谢异常
- 六、糖尿病孕妇的健康指导

第7章 妊娠期感染疾病 ” =i》

- 一、性传播疾病
- 二、淋病
- 三、沙眼衣原体感染
- 四、尖锐湿疣
- 五、生殖器疱疹
- 六、梅毒
- 七、获得性免疫缺陷综合征(艾滋病)
- 八、滴虫性阴道炎
- 九、外阴阴道念珠菌病
- 十、孕妇养猫和弓形虫病
- 十一、风疹病毒感染和风疹块
- 十二、巨细胞病毒感染
- 十三、人微小病毒感染

第8章 关于分娩 ” 》

- 一、分娩先兆和临产
- 二、分娩前应准备些什么
- 三、分娩前运动
- 四、在产房待产
- 五、肛门检查和阴道检查
- 六、引产
- 七、产妇分娩期的心理变化
- 八、产程中的注意事项
- 九、无痛分娩
- 十、产时按摩
- 十一、分娩呼吸法
- 十二、导乐式分娩
- 十三、常用阴道助产手术
- 十四、剖宫产术

第9章 产后保健《 》

- 一、产后身体变化及表现
- 二、产后经过
- 三、产后排便困难
- 四、产后锻炼
- 五、月经恢复与避孕

第10章 产褥期疾病

- 一、产后出血和产褥晚期出血
- 二、产褥期感染
- 三、乳腺炎的防治
- 四、产后中暑
- 五、产后抑郁症
- 六、膀胱膨出、直肠膨出
- 七、子宫脱垂

第11章 母乳喂养

- 一、哺喂婴儿和护理乳房
- 二、怎样喂母乳才是最好
- 三、母乳喂养中的问题

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)