

# 《怀孕分娩育儿宝典》

## 书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2012年01月01日

开本：16开

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787550609198

## 编辑推荐

权威专家的育儿经  
金牌月嫂的护理经  
成功父母的养育经

## 内容简介

本书主要内容是妊娠、分娩、育儿知识。分为健康怀孕手册、分娩及产后须知、育儿生活百科等三部分。每部分都以月份为单位进行编排。书中详细介绍了怀孕时各个月份的不同状况，分娩及产后须知、新生儿生活百科等知识。

## 作者简介

华夏科学育婴研究中心主编

## 目录

### 第一章 怀孕第一个月

#### 第一节 你怀孕了吗？

- 1、哪些征兆告诉你“有喜”了
- 2、正确计算预产期的方法
- 3、轻松应对早孕反应的四大策略
- 4、缓解孕吐的好办法

#### 第二节 孕一月胎儿发育状况

- 1、第一周胎儿发育状况
- 2、第二周胎儿发育状况

3、第三周胎儿发育状况

4、第四周胎儿发育状况

第三节 孕一月妈妈身体变化

1、第一周身体在准备

2、第二周润物细无声

[显示全部信息](#)

媒体评论

最实用的家庭生活图书

在线试读部分章节

怀孕啦！当你获知自己的体内有一个小小的生命正在孕育着的时候，会是你一生中最难忘的惊喜。从现在开始，你就成为了一名名副其实的准妈妈啦！随之而来的幸福、企盼让你对于未来的日子充满了憧憬。这时的你会比任何时候更谨慎，就连基本的衣食住行都是满腹的疑问。不过别担心，在本章中每一个问题都给你最贴心的回答。

1、哪些征兆告诉你“有喜”了

每个女性在怀孕早期的征兆都有所不同。但有一些征兆可能在你停经之前就会出现。下面是最常见的九个怀孕的征兆能帮助准妈妈进行自我检测。

(1) 乳房胀大

在受孕后的一周或者两周后乳房会变得特别柔软。由于怀孕早期身体会产生许多雌激素和黄体酮，所以乳房的腺体会开始生长。而且这些荷尔蒙会使乳房能够保存更多的液体，所以会觉得乳房比以前重和酸痛，而且比经前综合症更加敏感。

(2) 阴道出血

当受精卵在受孕后的6-12天黏附到子宫后，可能会出现轻微的阴道出血但是不必担心，这是正常的，但是如果你怀疑自己怀孕的话要立刻看医生，因为如果出血是在你受孕的12天之后发生的话，你可能会怀疑是月经来临。

(3) 疲劳

在怀孕的开始几周，你的身体会连续工作24个小时来支持怀孕，而疲劳就是身体的反应。怀孕后产生的黄体酮会使你的基本体温升高，因此你会缺乏体力。而且你的心跳频率会变高来提供更多的氧气到子宫，因此你会觉得很疲劳。

(4) 小便次数增加

你可能会觉得这个征兆不会来得那么早，应该会在宝宝能够挤压到膀胱才会出现，但是其实这个征兆可能会在怀孕的早期就出现。不但膨胀的子宫会对膀胱造成压力，血流量

的增多也会对肾脏造成压力，因此尿液也会增加。

#### (5) 没有胃口或者恶心

这种征兆可能在你受孕后的两周就会出现。因为黄体酮的分泌会使身体的许多过程都减慢，这包括消化过程，所以有时可能会引起便秘和消化不良。而恶心是与体内绒毛膜促性腺素有关，这种激素的水平越高，就越容易感到恶心。

[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)