

《育儿书》

书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2009年01月01日

开本：16开

纸张：胶版纸

包装：线装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787543649811

编辑推荐

在孕期保持健康舒适，心情愉快，大大减轻心理压力。
做好分娩的计划安排，使生产更加安全顺利。
学习更多育儿知识，信心十足地护理宝宝。

内容简介

在妊娠最初三个月内，虽然你感觉不到任何胎动，但成长中的胎儿越来越好动了，他拳打脚踢，一边吞咽羊水，一边在羊水里撒尿。羊水每天多次更新保持清洁。

目录

第一章 怀孕

开始怀孕

胎儿什么时间出生？

孕期发生哪些变化？

孕期间答

准爸爸应注意的事项

第二章 孕期保健

产前保健很重要

什么时间应该给医生或助产士打电话？

孕期常见问题

第三章 孕期健康

孕期健康食谱

锻炼保健

健康的生活方式

远离其他有害物质

常见孕期不适怎么办？

第四章 产前准备

参加产前培训班

产前准备

提前看医院或生产中心的产房

填写医院或生产中心的入住表格

备好衣物，准备入住医院或生产中心

生产计划

第五章 生育宝宝：分娩

分娩开始

与分娩相关的医疗用词

宫缩是何种感觉？

辨别分娩期

分娩：第一产程

分娩：第二产程

娩出胎盘：第三产程

产后几个小时

第六章 分娩过程中，产痛怎么办？

产痛的原因

克服产痛的技巧

减轻背部疼痛的办法

分娩中的镇痛药

分娩中减少使用药物的方法

克服产痛小贴士

第七章 分娩和剖腹产

在自然分娩开始前，进行分娩

急产

慢产

剖腹产

结语

第八章 与宝宝相处：你是妈妈了

第九章 婴儿喂养

第十章 婴儿护理

在线试读部分章节

第一章 怀孕

怀孕是一次奇妙的体验！你会很好奇自己孕期有什么反应，好奇胎儿如何长大，好奇自己怎样生产以及初为人父母的感觉。这一部分详细描述了孕期的变化，包括：

孕期体形变化。

孕期反应。

胎儿的成长过程。

珍妮的故事

我们平常都很注意避孕，当我发现自己怀孕时很吃惊。过了一段时间，我才慢慢接受了这个现实。凯尔刚听到这个消息时很慌乱，他还没有准备好做一个父亲。忽然间我开始注意身边可爱的宝宝，关注很多漂亮的宝宝衣服和玩具。为人父母很不容易，但很值得。虽然他还未出生，我已经爱上他了！

开始怀孕

女性在卵巢（腹部性腺器官）排卵期间性交就可以怀孕。男性精液进入女性阴道后，精子细胞（由男性性腺睾丸产生）向卵子移动。当精子细胞进入卵子时，女性便怀孕了。参考女性孕前身体剖面图，了解身体内部结构。

怀孕时，你会了解很多这方面的常识，包括身体各器官的变化和工作情况。本章节你会看到很多新词汇，当医生和助产士来检查时，如果熟知这些词汇，他们的话就容易理解了；同样，了解一些医疗词汇和术语，这本书读起来也轻松多了。

.....

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)