

《所有夫妻都想要的礼物》

图书基本信息

书名：《所有夫妻都想要的礼物》

13位ISBN编号：9787548104537

10位ISBN编号：7548104537

出版时间：2012-7

出版社：上海第二军医大学出版社

作者：上海长江医院组

页数：123

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

《所有夫妻都想要的礼物》

内容概要

上海长江医院编著的《所有夫妻都想要的礼物(宝贝计划)》内容提要：本书针对目前社会中所存在的生育困惑问题，进行了系统而全面的解读，内容取材于国内外的最新理论和技术，并以问答形式呈现给读者所需要的科学、实用和趣味的知识。

《所有夫妻都想要的礼物(宝贝计划)》适合渴望成功孕育健康宝宝的人士及相关的医护人员等阅读。

。

《所有夫妻都想要的礼物》

书籍目录

没有足够的性生活
哪些小细节会坏了你的大事
性生活不能过少也不能过频
性生活的“度”在哪儿
为什么会出现性生活不足
如何提高夫妻间的“性”趣
如何通过性生活提高生育力水平
温馨提示：不要单纯追求性生活的次数
过性生活的时间
排卵日与受孕的关系
根据测试纸来安排性生活时间
人体生理节律低潮时不宜受孕
有炎症别急着受孕
性生活不是想过就能过的
性生活须避开服药期
温馨提示：如何测定排卵日
你或你的伴侣吸烟或喝酒
尼古丁对人体有什么伤害
吸烟所付出的代价不仅仅是健康
吸烟对胎儿的危害
被动吸烟，孕妇、胎儿在“劫”难逃
对吸烟危害的防治
孕妇喝酒。是福还是祸
什么是“星期天婴儿”
胎儿酒精综合征是怎么回事
喝酒真的会误“事”
乙醇，胎儿健康的又一杀手
温馨提示1：吸烟孕妇所生的子女易染烟瘾
温馨提示2：如何预防婴儿弱智
饮食对孕育的影响
饮食可助孕育一臂之力
“吃”的不合理，身体伤害加倍
大补不如巧补。
能够帮助女性受孕的物质
男性生育前需要补充的营养
可为男性助性的食物
温馨提示：女性经期吃过凉食品易致不孕
超重或偏瘦对生育的影响
我们的体重是否达标了
过于肥胖会成为不孕的温床
针灸减肥。减出的是健康
推荐减肥汤五则
减肥的五大要素
警惕因过度减肥而“减掉”了孩子
偏瘦的代价，你承受得起吗
别让胎儿成为你体重不足的牺牲品。
体重不足怎么办

《所有夫妻都想要的礼物》

温馨提示：为何要建议不孕不育夫妻同时应诊

你或你的伴侣摄入大量的咖啡因

咖啡因影响受孕的原因

别让咖啡因伤害到您的孩子

咖啡可能增加流产风险

你摄入了多少咖啡因

哪些人不宜喝咖啡

喝咖啡也是一门学问

温馨提示1：按摩足后跟有助于。好孕”

温馨提示2：准妈妈。您可不能喝绿茶

运动对生育的影响

运动有什么好处

控制运动量才能趋利避害

运动何时“搭”上了流产

适合夫妻孕育前练习的运动

女性不孕症患者的运动疗法

男性不育症患者的运动疗法

温馨提示：女性头痛易出现性障碍

怀孕也需平常心

怀孕也要看“心情”

哪些心理阻碍了孩子的到来

是谁给了不孕不育症患者压力

不育症患者到底有几多愁

如何为不孕女性扫除心理障碍

男性不育症的心理疗法

面对怀孕，你准备就绪了吗

温馨提示：韩国单身女性流行冷冻卵子

多囊卵巢综合征与不孕

多囊卵巢综合征如何自诊

多囊卵巢综合征的家族遗传性

减肥——多囊卵巢综合征的有效治疗方法

中西医治疗多囊卵巢综合征

温馨提示：‘不孕女性新疗程实验证明可行性

是谁阻挡了卵子的去路

输卵管不通的检查方法

输卵管不仅要通还要畅

如何为卵子铺平前进的道路

最好采用体外受精这种辅助生育方法

温馨提示：卵巢缺氧也会导致不孕

习惯性流产知多少

习惯性流产知多少

习惯性流产为何会成“习惯”

丈夫“献血”，妻子“保胎”

黄体酮不是“万灵丹”

“流产”不只是女人的错

血型不合是否是胎儿的。隐形杀手”

染色体异常的夫妻也有生育的可能

面对习惯性流产不能坐视不管

如何成功度过流产关 10

《所有夫妻都想要的礼物》

温馨提示：把异位妊娠造成的不幸降到最低点

辅助生殖技术

人工授精(AI)

体外受精—胚胎移植(IVF—ET)

辅助生殖技术实施过程中患者需要了解的常识问题

温馨提示：找出不孕不育症原因必须到医院检查

《所有夫妻都想要的礼物》

章节摘录

我们知道，吸烟时所产生的烟雾是影响人类健康的主要污染源。人们曾做过吸烟后产生烟雾分布的有关试验，观察证实这种有害的烟雾有90%直接释放到周围的空气中，这种烟雾医学上叫做边流烟雾；只有10%被吸烟者本人吸取，这叫做主流烟雾。这90%的边流烟雾危害是非常严重的，很容易引发一系列疾病。这种被动吸烟的环境，是非常普遍的，吸烟的丈夫、同居室吸烟的家庭成员、同科室吸烟的同事，以及公共场所的烟民，都是污染环境的肇事者。烟雾对孕妇造成伤害或许不难理解，但是胎儿在孕妇的肚子里，隔着一层肚皮，怎么也会被烟雾所毒害呢？烟草中含有4000种以上的化合物，其中的颗粒物（焦油）、尼古丁酸、一氧化碳、氢氰酸、酚类苯葱、多环芳香烃等都是对人体十分有害的物质。大量的医学研究结果证实，吸烟所排出的烟雾中，同样存在着许多对人体有害的物质，这些有害物质可通过母体吸入，再经过胎盘危害胎儿。胎儿的抗病能力是微弱的，对烟雾造成的危害非常敏感。有报道介绍说，此时烟雾吸入可使胎儿成年后增加患癌症的概率。资料显示，孕妇长期、大量接触有害的烟雾，发生胎儿畸形的可能性会明显增加。有资料证实，烟雾吸入还容易引起胎儿先天性心脏病等疾病。瑞典的医学家系统地观察了110多万例妊娠前3个月时有吸烟嗜好的产妇所生的婴儿，结果肢体短小的发生率为每万人6例，比正常不受烟雾污染的产妇所生的婴儿高得多，研究结论认为这与吸烟有关。为了证实这一结论的准确性，医学家又进行了动物试验，结果也支持这一观点。孕妇被动吸烟还会导致微量元素锌、镉代谢障碍，出现“低锌高镉”的不良局面。微量元素锌是一种对胎儿有益的元素，其参与体内许多酶的组成，甚至还影响染色质结构和基因的表达。缺乏锌元素往往会引发诸多的疾病，而适当补充锌元素可改善胎儿宫内生长迟缓的症状，促进胎儿正常的生长发育。可想而知，被动吸烟引起的低锌问题是严重的。而烟雾中的镉对孕妇、胎儿极其不利，它可改变胎盘内各种代谢酸的功能，从而使胚胎死亡、畸形、宫内发育迟缓、胚胎功能不全的发生率上升。经孕妇被动吸烟吸入的镉，还有明显的积蓄特点，对人体造成的伤害会长达10~30年。

.....

《所有夫妻都想要的礼物》

编辑推荐

上海长江医院编著的《所有夫妻都想要的礼物(宝贝计划)》内容介绍：不孕不育，说是病，只是相对于繁衍后代而言，很多情况下并不影响患者本人的身体健康和夫妻生活。但长达数千年的中华传统文化，使得人们把“不孝有三，无后为大”看成了非常严重的事情，因此不孕不育症比其他疾病更折磨他们。在丧失了生育能力的同时，不孕不育症人群又被迫丧失了心理健康。一旦你不能生育，那么，等待你的就是异样的目光，众人的言论，使你难以抬头，神经紧张。本书在编写过程中，取材立足于国内，并引入国际上最新的理论知识和最新的技术成果；问答力求科学、重点突出、深入浅出、通俗易懂、实用趣味。

《所有夫妻都想要的礼物》

精彩短评

1、一般般，随便翻翻。

《所有夫妻都想要的礼物》

版权说明

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.tushu111.com