

《同步胎教》

图书基本信息

书名：《同步胎教》

13位ISBN编号：9787538459883

10位ISBN编号：753845988X

出版时间：2012-7

出版社：吉林科学技术出版社

作者：陈琳娜

页数：255

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

《同步胎教》

内容概要

《零烦恼孕产-同步胎教》，本书按照孕周划分，讲述孕期胎教内容，分为你应该这样做，你不应该这样做以及经验之谈等固定栏目，让读者一幕了然，并配有大量插图，使读者赏心悦目。

书籍目录

- 第一章 孕0-4周同步胎教
- 第二章 孕5周同步胎教
- 第三章 孕6周同步胎教
- 第四章 孕7周同步胎教
- 第五章 孕8周同步胎教
- 第六章 孕9周同步胎教
- 第七章 孕10周同步胎教
- 第八章 孕11周同步胎教
- 第九章 孕12周同步胎教
- 第十章 孕13周同步胎教
- 第十一章 孕14周同步胎教
- 第十二章 孕15周同步胎教
- 第十三章 孕16周同步胎教
- 第十四章 孕17周同步胎教
- 第十五章 孕18周同步胎教
- 第十六章 孕19周同步胎教
- 第十七章 孕20周同步胎教
- 第十八章 孕21周同步胎教
- 第十九章 孕22周同步胎教
- 第二十章 孕23周同步胎教
- 第二十一章 孕24周同步胎教
- 第二十二章 孕25周同步胎教
- 第二十三章 孕26周同步胎教
- 第二十四章 孕27周同步胎教
- 第二十五章 孕28周同步胎教
- 第二十六章 孕29周同步胎教
- 第二十七章 孕30周同步胎教
- 第二十八章 孕31周同步胎教
- 第二十九章 孕32周同步胎教
- 第三十章 孕33周同步胎教
- 第三十一章 孕34周同步胎教
- 第三十二章 孕35周同步胎教
- 第三十三章 孕36周同步胎教
- 第三十四章 孕37周同步胎教
- 第三十五章 孕38周同步胎教
- 第三十六章 孕39周同步胎教
- 第三十七章 孕40周同步胎教
- 第三十八章 孕期检查
- 第三十九章 孕期症状与应对
- 第四十章 不可不知的孕期保健常识
- 第四十一章 分娩全攻略

章节摘录

抽烟饮酒 烟草中含有大量的有毒物质，除大家所熟知的尼古丁外，还有氢氰酸、氨、一氧化碳、二氧化碳、吡啶、芳香族化合物和焦油等。这些有毒物质可以随着烟雾进入到母体血液中，使母体内的血氧含量降低，胎盘中的血氧含量也随之减少，胎儿由于缺氧，可造成生长发育迟缓。

乙醇会妨碍胎儿营养物质的吸收，从而引起贫血、营养不良；饮酒可能导致呕吐，对肠胃造成很大负担；饮酒还能使呼吸道防御功能降低，从而增加孕妇患呼吸道疾病的风险。乙醇会使胎儿发育缓慢，智力低下，造成某些器官的畸形。所以如果你已经准备孕育宝宝了，就不能抽烟饮酒了。准爸爸也最好戒掉烟酒，孕育一个健康的宝宝。

作息时间不规律 有的孕妈妈在怀孕之前，经常晚上到了一两点钟才上床睡觉。这种不正常的作息对胎儿的生长发育非常不利。所以孕妈妈在准备孕育宝宝开始，就应该养成良好的作息习惯。如果是因为外在因素，如准爸爸要上夜班，则可以考虑分房间休息。若是因为孕育宝宝而失眠，就应该咨询医生。充足的休息才能保证胎儿的营养吸收，良好的生长发育。

是否需要给宝宝进行胎教 孕妈妈经常有这样的疑问，到底要不要进行胎教。因为有一些观念认为，胎教不仅不利胎儿的成长，反而对胎儿有害。其实，现在科学已经证明胎教对胎儿的发育是有利的。但胎教一定要讲究方式和方法。比如有的孕妈妈听说音乐对宝宝有好处，就经常用耳机对着肚子，让宝宝长时间听音乐；听说光照对宝宝的视觉发育有好处，就经常用手电筒强光照肚子。这些做法都是不对的，胎教应按照科学的方法来进行，不要自己盲目地道听途说。……

《同步胎教》

编辑推荐

这是一套专门针对年轻父母开发的、手册式的育儿书籍。本套书采用细分的方式来构架，每本书选择一个育儿主题，全面、细致地围绕这个主题说清说透。每个妈妈都希望自己的宝宝聪明健康，所以胎教非常重要，但是，胎教如果不科学，不仅不利于胎儿，还有可能对胎儿造成伤害。陈琳娜编著的《同步胎教》以时间为序，以每周为时间段，全面系统地讲解胎教知识。

《同步胎教》

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