

# 《孕产妇保健百科》

## 图书基本信息

书名：《孕产妇保健百科》

13位ISBN编号：9787506470858

10位ISBN编号：7506470853

出版时间：2011-1

出版社：中国纺织出版社

作者：李淑娟

页数：518

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](http://www.tushu111.com)

# 《孕产妇保健百科》

## 内容概要

《孕产妇保健百科》内容简介：优生、优育、优教已经是孕龄夫妇关注的重点。《孕产妇保健百科》是一部实用的孕产妇实用保健指导用书，分为孕前保健、孕期保健、产后保健三大部分，从全新实用的角度讲解了准妈妈的生理心理特点、日常生活起居、饮食营养保健、疾病防治以及科学胎教等知识。全书用通俗易懂的语言和生动活泼的漫画，向准备怀孕和已经怀孕的准妈妈们提供最科学的指导。

## 书籍目录

- 上篇 孕前保健 第一章 优生计划 一、孕前体检 1.孕前体检最佳时间 2.女性重点体检项目 3.男性重点体检项目 4.孕前体检项目 5.孕前体检的原因及步骤 6.不孕女性需做哪些检查 7.男性不育需做哪些检查 二、孕前疾病治疗 1.孕前女性应治愈的疾病 2.孕前男性应治愈的疾病 3.哪些疾病传男不传女 4.五种症状预示怀孕困难 5.患有以下疾病的夫妇不宜生育 三、孕前身体调节 1.孕前调养要做到四个方面 2.何时进行孕前调养 3.孕前的营养准备 4.孕前减肥计划 5.孕前适当动一动 6.孕前容易忽视的小细节 7.孕前调养身体有哪些讲究 8.孕前身体调养决定宝宝一生 四、孕前心理调整 1.孕前心理准备的必要性 2.孕前心理准备的重要性 3.孕前心理准备是夫妻双方的事 4.孕前需做好哪些方面的心理准备 五、孕前知识储备 1.让宝宝遗传父母的优点 2.什么年龄的父母生出的宝宝最聪明 3.如何选择怀孕的最佳时机 4.怎样避免缺陷儿的出生 5.孕前为何要戒烟 6.减肥不当影响生育 7.孕前三个月做哪些准备 六、孕前禁忌以及注意事项 1.孕前20禁忌 2.孕前女性注意事项 3.孕前丈夫注意事项 4.孕前改掉一些坏习惯 第二章 生男生女有妙招 一、决定生男生女的因素 1.民间关于生男生女说法的6个真相 2.决定生男生女的男方因素 3.决定生男生女的女方因素 4.生男生女的饮食因素 5.生男生女的其他影响因素 二、生男孩的技巧 1.女性阴道呈碱性时生男孩概率高 2.性爱达到高潮更易生男孩 3.父母双方都年轻，健康强壮的身体 4.富裕的家境，拥有自信个性的女性易生男孩 5.想生男孩就关注基础体温 三、生女孩的方法 1.呈酸性的身体环境 2.孕前爸爸职业因素导致生女孩 3.吃素、吃甜食的孕前妈妈易生女孩 4.父母吸烟，多生女儿 5.想生女孩的孕前准备 四、生双胞胎的巧方 1.双胞胎的形成 2.双胞胎妊娠的因素 3.服用促排卵的药物 4.增加激素 5.试管婴儿 6.双胎妊娠的注意事项 第三章 受孕技巧 一、进行房事前准备 1.性前戏 2.房事前不做这准备易得病 二、掌握绝佳的受孕姿势 1.男上女下 2.后位式 3.屈曲位 4.子宫后位怎样更容易怀孕 5.不孕症患者如何过性生活、提高受孕概率 三、提高受孕概率的房事后保养 1.保持腹部温热 2.房事后如何做“私处保养” 3.轻松受孕的几点提示 中篇 孕期保健 第一章 准妈妈生理保健 一、怀孕征兆 1.月经停止 2.乳房的变化 3.孕反应开始 4.皮肤的变化 5.肾脏和泌尿系统的变化 6.基础体温的变化 7.毛发的变化 8.眼睛的变化 9.脊柱的变化 10.腹部的变化 11.臀部的变化 12.手部的变化 13.腿部静脉曲张 14.口腔的变化 四、分娩前物质准备 1.分娩前宜吃哪些食品 2.分娩前的准备工作 3.产前入院准备 五、分娩征兆 1.见红 2.不规律阵痛 3.宝宝(子宫)下降 六、分娩过程中的问题 1.前置胎盘 2.胎盘早期剥离 3.宝宝缺氧窒息 4.妊娠高血压综合征 5.脐带脱垂 6.产中及产后大出血 7.子宫破裂 8.早期破水合并感染 9.难产 10.羊水栓塞 下篇 产后保健 第一章 产后心理健康保健 一、产后心理三大变化 1.产后郁闷 2.产后抑郁 3.产褥期精神病 二、产后心理障碍 1.导致产后抑郁症的几个因素 2.产后抑郁症的表现有哪些 三、产后心理调节 1.与宝宝建立积极的情感互动 2.特殊时期的特殊运动 3.走出家门，呼吸新鲜空气 4.丈夫的关爱必不可少 5.九种有助食物于消除产后抑郁症 第二章 新妈妈生理健康保健 一、新妈妈产后生理变化 1.生殖器官的变化与复旧 2.生殖器官以外的身体变化 二、产后月经的恢复 1.正常来经时间 2.常见的产后月经异常 3.产后月经不规律预防治疗办法 4.产后恶露并非是月经 5.没有月经也要避孕 第三章 新妈妈饮食营养保健 一、新妈妈需补营养多 1.产后饮食原则 2.多食高热量的饮食 3.多吃鸡和鸡蛋 4.产后补血食物 5.产后肢体酸痛、全身乏力 6.多吃蔬菜很重要 二、新妈妈饮食有禁忌 1.忌过早大量喝汤 2.忌给新妈妈喝浓汤 3.忌喝红糖水太久 4.忌剖宫产术前吃高级补品 5.忌剖宫产术后吃胀气食物 6.忌月子里饮用茶水 7.忌乳母吃巧克力 8.忌刚生完宝宝就节食减肥 9.忌吃硬，咸、生冷食物 10.忌产后服用鹿茸 三、催乳食物、食谱大搜查 1.优质母乳必需的营养物质 2.八种食物帮助产后妈妈催乳 3.催乳食谱 四、产后恢复食谱 1.板栗白菜汤 2.红枣黑木耳汤 3.板栗烧肉 4.参炖田鸡鹤鹑 5.大枣炖墨鱼 6.桃仁炒猪腰 7.番茄豌豆饭 8.海带炖肉片 第四章 新妈妈疾病防治保健 一、产后正常现象 1.发抖或寒战 2.体温升高 3.出汗 4.子宫收缩痛 5.会阴部疼痛 6.分泌乳汁 二、重视产后检查 1.新妈妈莫忘产后检查 2.产后检查量体重 3.血压检查 4.乳房检查 5.腹部检查 6.盆底检查 7.妇科检查 8.血、尿常规检查 三、产后常见疾病 1.产后排尿困难 2.产后淤血停滞致腹痛 3.产后痔疮 4.产褥热

- 四、月子里防月子病 1.子宫脱垂 2.手腕和手指痛 3.腰背痛 4.奶痂及乳腺炎 5.月子病护理误区
- 五、产后出血防治 1.产后出血及其症状 2.产后出血的不适表现 3.产后出血的调理窍门 4.产后出血的推荐食材 5.产后出血营养食谱
- 六、哺乳期用药需谨慎 1.为什么哺乳期用药需谨慎 2.哺乳期禁用和慎用的药物 3.哺乳期如何用药才不会影响宝宝健康 4.哺乳期合理用药的原则
- 第五章 新妈妈运动保健 一、产后简单活动 1.产后运动的好处 2.产后何时开始运动 3.产后运动课程 二、产后运动注意事项 1.产后运动须知 2.产后运动的三个原则
- 第六章 新妈妈起居健康保健 一、新妈妈睡眠有讲究 1.新妈妈自身的睡眠问题 2.宝宝也会影响妈妈睡眠 3.睡眠不足的危害 4.解决新妈妈入睡困难方案 5.新妈妈睡眠不好的食疗法
- 二、新妈妈居室合理打造 1.居室忌关门闭窗 2.注意室内湿度 3.要清洁卫生 4.温度要适宜 三、产后穿衣要仔细 1.哺乳装选购要点 2.哺乳文胸选购要点 3.新妈妈产后需要的其他衣物用品 4.坐月子的衣着需注意 四、新妈妈清洁要注意 1.新妈妈清洁很重要 2.牙齿清洁 3.产后洗头的注意事项 4.产后妈妈清洗乳房 5.产后正确清洗外阴 五、产后性生活须注意 1.把握性生活恢复的最佳时机 2.切忌在产后过早进行性生活 3.产后第一次“亲密接触”要小心 4.产后开始性生活勿忘避孕 5.产后阴道松弛通过锻炼可恢复 6.产后女性性冷淡的原因
- 第七章 新妈妈美容美体保健 一、产后美发 1.产后落发的原因 2.产后护发妙方 3.尽量避免或减少烫发、染发次数 4.注意饮食 二、产后肌肤美容 1.产后美容护理 2.缓解产后皮肤干燥几点建议 3.产后肌肤保养——洗脸 三、产后瘦身须知 1.产后瘦身如何把握好时机 2.产后简易有效的瘦身法 3.产后满月塑身18招 4.预防生育性肥胖几点建议 四、美体保健操 五、美体瑜伽 1.产后瑜伽的好处 2.六式产后瑜伽让你恢复苗条身体 3.产后瑜伽注意事项 15.胃肠的变化 16.体重增加 二、孕期生理反应与应对 1.反应一：恶心呕吐 2.反应二：胃口改变 3.反应三：腹部不舒服 4.反应四：腰酸背痛 5.反应五：尿频 6.反应六：乳房胀痛 7.反应七：阴道黏液增多和外阴瘙痒 8.反应八：孕期出血
- 第二章 准妈妈心理保健 一、关注准妈妈孕期心理 1.关注准妈妈的心理变化的必要性 2.准妈妈的情绪和心理的变化 二、孕期情绪对宝宝的影响 1.孕期心态对宝宝很重要 2.准妈妈情绪差，宝宝问题大 3.准妈妈情绪不稳影响宝宝心理健康 4.准妈妈孕期焦虑宝宝易多动 三、保持舒畅的心情 1.准妈妈保持心情舒畅很重要 2.准妈妈坚持上班可保持好心情 3.六种方法帮准妈妈“调心” 4.如何缓解和消除精神压力 5.保持乐观 四、避免不良心理 1.孕早期，三种心态要不得 2.准妈妈会产生的不良心理 3.准妈妈如何进行心理保健 4.做“调节心理操”宝宝更健康 5.不良心理改善原则 五、准爸爸的心理支持 1.担当起做父亲的责任，包容准妈妈的不良情绪 2.调节准妈妈情绪，多陪准妈妈散步 3.和准妈妈一起学习孕产知识 4.做一些自我牺牲，尽量满足准妈妈心理需求
- 第三章 孕期科学胎教 一、胎教基础知识 1.科学理解胎教的含义 2.科学胎教的重要性 3.优生胎教的可能性 4.胎教存在的“误区” 5.孕期胎教的四个禁忌 6.正确认识胎教 7.妊娠期如何注意“胎教” 8.怎样胎教更有效果 二、抚摸胎教 1.抚摸胎教的定义，原理和好处 2.抚摸胎教要讲求科学 3.不宜进行抚摸胎教的几种情况 4.抚摸胎教中准爸爸的作用 三、音乐胎教 1.什么是音乐胎教 2.音乐胎教的理论依据 3.进行音乐胎教须知 4.如何进行正确的音乐胎教 5.怎样选择最合适的胎教音乐 6.胎教音乐的方法多种多样 7.音乐胎教分段进行 8.准妈妈的歌声是最好的胎教音乐 9.音乐胎教中准爸爸的作用 10.音乐胎教注意事项 四、语言胎教 1.准妈妈应定时与宝宝交流 2.宝宝闻声识母亲 3.和宝宝说话应该掌握三要点 4.如何进行语言胎教 5.语言胎教做到形象、声音、情感三结合 6.宝宝对爸爸的胎谈更加敏感 五、情绪胎教 1.胎教与孕期情绪的关联 2.准妈妈情绪胎教法 3.准爸爸“情绪胎教”让宝宝更聪明 六、运动胎教 1.认识运动胎教 2.深情款款的拍打运动 3.运动胎教的10大妙处 4.怎样进行运动胎教 5.不宜进行运动胎教的情况 七、艺术胎教 1.艺术胎教对宝宝的好处 2.国外的艺术胎教 3.如何做好艺术胎教 4.几种具体可行的艺术胎教方法 八、光照胎教 1.什么是光照胎教 2.光照胎教促进宝宝视力发育 3.光照胎教的实施时间和具体方法 4.光照胎教注意事项 九、胎教的不同时期和方法 1.孕1月准妈妈的胎教 2.孕2月准妈妈的胎教 3.孕3月准妈妈的胎教 4.孕4月准妈妈胎教 5.孕5月准妈妈的胎教 6.孕6月准妈妈的胎教 7.孕7月准妈妈的胎教 8.8月准妈妈的胎教 9.9月准妈妈的胎教 10.10月准妈妈的情绪调试
- 第四章 孕期饮食营养保健 一、孕期饮食营养很重要 1.为什么孕期准妈妈要补充营养 2.准妈妈饮食得当，宝宝更聪明 3.蔬菜可使宝宝聪敏 4.准妈妈在饮食上注意 二、孕期需多补

- 充营养的食物
- 1.孕期的主要食品
- 2.最适合准妈妈的水果
- 3.孕期吃水果讲究多
- 4.准妈妈益智健脑的食物
- 5.及时补充钙和铁
- 6.鸡蛋，一个都不能少
- 7.吃粗粮，有益健康
- 8.多吃嫩玉米，宝宝长智力
- 9.常备干果
- 10.孕期宜多吃植物油
- 11.利于优生的饮食
- 12.各阶段对宝宝有益的食物
- 13.准妈妈抗辐射营养套餐
- 三、孕期饮食有禁忌
- 1.孕期饮食的五大误区
- 2.准妈妈不宜的食物
- 3.准妈妈忌多吃罐头食品
- 4.准妈妈不宜过多食用酸性食物
- 5.准妈妈不宜多吃冷饮
- 6.孕期危害宝宝的食物
- 7.准妈妈吃这些食物宝宝易性早熟
- 四、特殊情况特殊饮食
- 1.肥胖准妈妈的特别饮食计划
- 2.准妈妈便秘的饮食调理办法
- 3.准妈妈腹泻的饮食调理办法
- 4.准妈妈水肿的饮食调理办法
- 五、孕期食谱举例
- 1.孕期安胎食谱
- 2.预防孕期贫血症食谱
- 3.治疗孕期水肿食谱
- 4.适宜孕晚期准妈妈的健康食谱
- 5.抗辐射推荐餐单
- 第五章 孕期疾病防治保健
- 一、孕期易发疾病
- 1.水肿
- 2.腹痛、腹泻
- 3.感冒
- 4.产前抑郁
- 5.皮肤过敏痒难忍
- 二、孕期妇科疾病
- 1.念珠菌性阴道炎(又称霉菌性阴道炎)
- 2.细菌性阴道病
- 3.滴虫性阴道炎
- 4.淋病(包括沙眼衣原体感染)
- 5.尖锐湿疣
- 6.衣原体、支原体感染
- 7.生殖器疱疹
- 三、孕期呼吸疾病
- 1.流行性感冒
- 2.准妈妈感冒的预防方法
- 3.不同类型热伤风的食疗方法
- 4.五招教准妈妈防呼吸道传染病
- 四、孕期肠胃疾病
- 1.肠胃疾病的形成及其危害
- 2.肠胃疾病有哪些征兆
- 3.孕期蔬果的营养食疗及注意事项
- 五、孕期内科疾病
- 1.孕期糖尿病的危害
- 2.准妈妈如何预防妊娠糖尿病
- 3.妊娠合并高血压的症状
- 4.孕期病毒性肝炎的危害
- 5.孕期肾炎怎么办
- 6.准妈妈如何预防贫血
- 六、孕期用药须谨慎
- 1.孕期用药时需要注意事项
- 2.孕期的每阶段安全用药
- 3.准妈妈用中药也有忌讳
- 4.哪些药物会导致宝宝畸形
- 5.服用过禁用药该怎么办
- 6.针对几种常用药物加以说明
- 第六章 孕期检查保健
- 一、孕期检查知多少
- 1.孕期检查的时间和次数
- 2.孕期定期测量体重有何意义
- 3.定期化验尿蛋白有何重要性
- 4.准妈妈为何要做阴道检查
- 5.正常准妈妈也需要定期查尿
- 6.“B超”检查的意义
- 7.孕期B超不可做过多
- 8.羊水检查的意义
- 9.CT还是少做好
- 10.妇科检查会造成流产吗
- 二、自我小检查
- 1.准妈妈要密切注意身体变化
- 2.孕期如何自我检查发现疾病
- 3.胎心的自我监护
- 4.孕期自我监护——数胎动
- 5.准妈妈自我检查妇科病
- 三、孕期常规检查项目
- 1.血常规检查
- 2.血型检查
- 3.尿常规检查
- 4.阴道分泌物检查
- 5.淋病的细菌学检查
- 6.艾滋病的血清学检查
- 7.乙型肝炎(HBV)病毒学检查
- 8.肝、肾功能检查
- 9.丙型肝炎(HcV)病毒检查
- 10.唐氏综合征产前筛查
- 11.妊娠糖尿病筛查
- 12.TORCH综合征产前筛查
- 13.心电图检查
- 14.超声检查
- 四、产前特殊检查项目
- 1.产前检查每次必检项目
- 2.孕中晚期检查
- 第七章 孕期运动按摩保健
- 一、孕期运动按摩有益处
- 1.孕期运动有好处
- 2.孕期按摩及注意事项
- 3.准妈妈不同时期的运动
- 二、最佳运动方式
- 1.按摩
- 2.呼吸练习
- 3.肌肉锻炼
- 4.孕期可以去游泳
- 三、孕妇体操
- 1.孕妇体操——夫妻操介绍
- 2.孕妇体操三式
- 3.做孕妇体操的几点提醒
- 四、准妈妈瑜伽
- 1.亲子瑜伽从孕期开始
- 2.有益于准妈妈
- 3.宝宝也受益
- 4.学习正确的呼吸法
- 5.孕妇瑜伽的最佳时间和益处
- 6.孕妇瑜伽18式
- 7.孕期练习瑜伽须知
- 8.哪些动作最好常做
- 五、适宜的按摩
- 1.如何进行按摩
- 2.孕期按摩的原则
- 3.孕期按摩乳房需注意频率
- 4.孕期夫妻按摩法
- 第八章 孕期安全出行保健
- 一、准妈妈出行须知
- 1.准妈妈外出旅游的好处
- 2.准妈妈出行注意事项
- 3.哪些准妈妈不适合长途旅行
- 二、出行前准备
- 1.外出穿衣之道
- 2.外出莫忘饮食合理
- 3.居住地要安全卫生
- 4.准妈妈出行“百宝箱”
- 三、交通工具的选择
- 1.公车篇
- 2.汽车篇
- 3.乘飞机篇
- 四、旅途发生意外的救治
- 1.准妈妈外出突然分娩怎么办
- 2.孕期出血的急救措施
- 3.怀孕期意外流产的急救措施
- 4.孕期各阶段适宜准妈妈出游指数
- 第九章 孕期着装美容保健
- 一、准妈妈正确美发
- 1.妊娠后准妈妈头发的变化
- 2.洗发水的选择
- 3.洗发姿势
- 4.洗头后湿发的处理
- 5.准妈妈头发的基本保养方法
- 6.准妈妈不能烫发染发
- 二、孕期肌肤变化巧应对
- 1.皮肤干燥
- 2.皮肤油腻
- 3.水肿
- 4.面部出现色斑
- 5.色素沉淀增加
- 三、孕期慎用化妆品
- 1.准妈妈化妆品使用指南
- 2.准妈妈忌用的化妆品
- 3.准妈妈宜用的化妆品
- 4.孕期化妆品使用注意事项
- 四、孕期穿戴有“孕”味
- 1.准妈妈服装的选择
- 2.孕期穿鞋有讲究
- 3.胸罩的选择
- 4.内裤的选择
- 5.如何选择袜子
- 5.孕期着装原则
- 6.准妈妈，孕期离首饰远一点
- 第十章 孕期起居健康保健
- 一、舒舒服服睡觉
- 1.影响孕期睡眠的因素
- 2.如何对付孕期睡眠质量不好
- 3.孕期睡姿影响宝宝正常发育
- 4.孕期的最佳睡姿
- 5.这些睡姿要当心
- 6.准妈妈失眠的心理疗法
- 二、创造最佳的居室环境
- 1.居室的空气要流通
- 2.注意居室的周边环境
- 3.居住的空间要合理
- 4.室内温度温要适宜
- 5.居室内湿度的控制
- 6.准妈妈孕期不宜在居室放花草
- 三、准妈妈做家务也有讲究

1.准妈妈能做家务吗 2.哪些准妈妈不宜做家务 3.准妈妈做家务的原则 4.准妈妈不宜做的家务 5.准妈妈干家务注意事项 四、孕期性生活 1.孕早期应适当减少性生活 2.孕中期适当性生活 3.孕晚期应尽量避免性生活 4.孕期性生活应注意情况 5.以下情形应绝对禁止性生活

五、准妈妈洗漱要注意 1.准妈妈要注意口腔卫生 2.准妈妈的洗澡清洁 3.注意清洁乳头 4.洁阴三不能 5.孕期性生活：事前小洗，事后大洗 第十一章 每月特殊保健 一、孕1月特殊保健 1.胚胎情况 2.准妈妈症状表现 3.饮食调理 二、孕2月特殊保健 1.胚胎情况 2.准妈妈症状表现 3.饮食调理 4.心理保健 5.生活常识保健 三、孕3月特殊保健 1.胚胎情况 2.准妈妈症状表现 3.饮食调理 4.用药守则 四、孕4月特殊保健 1.胚胎情况 2.症状表现 3.饮食调理 4.心理调理 5.注意事项 五、孕5月特殊保健 1.胚胎情况 2.准妈妈症状表现 3.饮食调理 4.心理调整 5.注意事项 六、孕6月特殊保健 1.胚胎情况 2.准妈妈症状表现 3.饮食调理 4.心理调理 七、孕7月特殊保健 1.胚胎情况 2.准妈妈症状表现 3.饮食调理 4.心理调理 八、孕8月特殊保健 1.胚胎情况 2.准妈妈症状表现 3.日常保健 4.饮食调理 5.心理调理 6.注意事项 九、孕9月特殊保健 1.胚胎情况 2.准妈妈症状表现 3.日常保健 4.饮食调理 5.心理调理 6.注意事项 十、孕10月特殊保健 1.胚胎情况 2.准妈妈症状表现 3.日常保健 4.饮食调理 5.心理调理 6.注意事项 第十二章 准妈妈分娩保健 一、分娩技巧早锻炼 1.散步 2.游泳 3.孕妇体操 4.准妈妈的产前运动 5.孕妇瑜伽——减轻临产的阵痛 二、分娩方案 1.分娩方式的选择 2.保证自然分娩(顺产)的方法 3.顺产的优点、缺点大比拼 4.哪些准妈妈不能自然分娩 5.剖宫产的优点和缺点 6.哪些准妈妈适合剖宫产 7.如果胎宝宝有以下情况，可剖宫产 三、分娩期心理保健 1.临近分娩心理变化特点 2.准妈妈的分娩心理对宝宝的影响 3.如何做好分娩的心理准备 4.两大方法减轻产痛

## 章节摘录

插图：如果夫妻在某一方面患有疾病，就会影响到宝宝的形成以及其健康发育。因此，针对这种疾病，应认真及时治疗以后才可以怀孕，这不但是生育一个健康宝宝的必要条件，同时也是保证准妈妈安全度过孕期的必要措施。女性怀孕之后，为了适应妊娠期间宝宝生长发育的需要，除其生殖器官会有明显的改变外，其他器官的代谢活动也会大大增强。如果母体患有某些较严重的疾病，就会影响宝宝的发育，严重的还会造成宝宝的畸形、早产或流产。除此之外，怀孕也会影响甚至加重母体疾病的痊愈。一般情况下，夫妻任何一方患有传染病或较重的诸如活动性结核、麻风、伤寒、病毒性肝炎等慢性疾病，特别是女方患有较重的疾病，如心脏病、糖尿病、肝病、肾脏病、甲亢、血液病、中枢神经系统病等，都应进行积极及时的治疗，并保证待病康复后再受孕。孕前女性应该治愈的疾病主要有以下几种：(1)贫血贫血是一种女性常见的病。在平时会有眩晕的感觉，长时间蹲或卧站起时会有头晕、头痛等症状。严重的贫血不仅对准妈妈自身会产生影响，而且还会给宝宝的生长发育带来种种不利。女性贫血可以采用食疗的方法来减轻症状(关于女性贫血的防治，我们会在以后的章节中详细讲解)。(2)结核病虽然目前结核病的治愈率很高，但是在治愈之前不宜怀孕，否则会传染给宝宝，还有可能导致早产、流产等危险。经过抗结核药物治疗后，也应当定期进行健康检查，确认已完全治愈之后，才可以考虑怀孕。宝宝在生长发育的过程中，要从母体中摄取大量的钙质，如果母体患有严重的结核病，除去会影响母体自身疾病的好转或钙化外，分娩以后还会把疾病传染给宝宝。因此，若女性患有严重的肺结核或活动性肺结核，在疾病治愈之前均不宜怀孕。(3)肝脏病妊娠以后，准妈妈的肝脏负担会加重。患有肝脏病的女性，此时如果怀孕，不但会使其病情恶化，还容易出现妊娠中毒症。所以，欲怀孕的女性应该在肝脏疾病好转之后再考虑受孕。目前，肝脏病的治疗方法较多，效果也比较好，一般而言，都能控制住病情。

# 《孕产妇保健百科》

## 编辑推荐

《孕产妇保健百科》：孕产期科学保健孕育健康宝宝，准妈妈日常起居饮食营养介绍，新妈咪产后调养护理健康指导，孕产妇疾病预防治疗贴心讲解。打造完美、孕妈妈、塑造魅力、新妈妈。



## 精彩短评

- 1、当礼物送给刚怀孕的朋友，朋友说很实用！
- 2、内容很详实，对于没有任何经验的人说是很好的借鉴
- 3、学到很多只是，很是实用，而且又不贵，建议购买
- 4、内容还可以，就是错别字较多
- 5、我很喜欢这本书。内容很丰富，想做妈妈的可以提前买来看看哦、我每天都看的。真的挺不错的啦
- 6、还没看完，慢慢研究
- 7、书本很好，希望下次有机会再光顾。
- 8、书籍纸张质量还不错，介绍得也很齐全，省去了在网上查找的好多时间
- 9、知识面很广，很全面。
- 10、内容很丰富，是我想要的，从孕前准备到宝宝出生，非常的全面~~~
- 11、书中内容丰富 讲解详细 而且还分阶段 对孕妈妈很有用
- 12、很厚的一本书，我是学习幼教的，也觉得挺好的。
- 13、感觉挺详细的一本书，现在孕32周，之前遇到的问题基本都在书中得到了解决。。。蛮实用的。
- 14、很有帮助的本书
- 15、这本书里面比较全面 好
- 16、分阶段地进行描述，有很大帮助

## 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](http://www.tushu111.com)