

《孕妇护理与禁忌》

图书基本信息

书名：《孕妇护理与禁忌》

13位ISBN编号：9787805218687

10位ISBN编号：7805218684

出版时间：2006-3

出版社：广东旅游出版社

作者：王方凌

页数：205

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

《孕妇护理与禁忌》

内容概要

古圣人——孟子曰：“不孝有三，无后为大”。此话虽然古板一点，但尚有其现实意义。作为父母，谁都希望生育一个身心健全、聪明活泼的BB，延续他们的下一代！为此，首先接触到的当然是“怀孕”问题。

一个怀孕的妇女，从受精开始，到生产为止，在这十个月的期间，很多平时没有出现(也不会出现)的问题，都会出现，或可能出现，如果没有这方面的知识，临时便会手足无措。

而且，在日常生活中，孕妇有哪些禁忌？需要怎样护理？该如何补充营养才能使母体及胎儿健康无差？又当如何调节生活才能安产顺产？这都是孕妇及其家属亟须知道的常识。

还有，怀孕期间特别容易发生身体不适和多种疾病，对这些不适和疾病要如何处理又是一大问题。本书对上述方面的问题都作了科学而详细的阐述和指导。

如果要清除妊娠中的烦恼，安心地过着正常的妊娠生活，本书是您不可或缺的读物。可谓家有此书，孕妇安全，亲人放心，自无不测之患！

《孕妇护理与禁忌》

书籍目录

序 第一章 怀孕的征象 停经 胃口变化 孕吐 小便次数增加 基础体温持续升高 其他征象
第二章 孕妇的保健 妊娠体检 十月怀孕经过情形 注意体重异常增加 注意肚子异常隆起 妊娠水肿 妊娠呕吐 妊娠小便频繁与小便不利 妊娠腰痛 妊娠中毒(又称子痫) 妊娠下阴出血 妊娠腹痛 妊娠分泌物增多 妊娠褐斑 妊娠尿意与炎症 妊娠痔疮 妊娠静脉曲张
第三章 妊娠中各种疾病的处理 盲肠炎孕妇须知 糖尿病孕妇须知 梅毒孕妇须知 肝病孕妇须知 曾怀葡萄胎孕妇须知 曾患宫外孕孕妇须知
第四章 早产、流产、安产 职业女性应多留意 定期检查是关键 重复堕胎要不得 流产原因要改正 过度疲劳易早产 治疗早产、流产秘方
第五章 预产期的异常征兆 预产期分泌物增多 预产期腹部疼痛 预产期死胎 预产期横胎
第六章 高龄产妇 高龄产妇不利多 提高警惕注意保养 高龄丈夫对胎儿没有影响
第七章 孕妇、婴儿与遗传 生男生女的学说 先天性异常与遗传关系 精神衰弱症与遗传关系 肺结核不是遗传疾病 先天性聋哑不是遗传疾病 癌症不是遗传疾病 色盲是伴性(劣性)遗传疾病
第八章 乳、乳汁、血型 乳房变大与分泌 乳头凹陷的改正法 乳汁—最佳营养品 乳哺—最佳育婴法 夫妻与婴儿血型的关系 异常孩子与血型的关系
第九章 孕妇的饮食 孕妇——一人饮食二人吸收 营养必须多样化 小心蔬菜染上农药 慎食食物复制品 吃含PCB鱼类会导致死胎 孕妇不宜饮酒 孕妇应少食刺激性食物 吸烟遗害胎儿发育 孕妇一至三个月食谱 孕妇四至十个月食谱 点心 坐月子食谱
第十章 孕妇的运动指导 运动的条件 “呼吸法”运动 孕妇体操(一) 孕妇体操(二)
第十一章 孕妇生活指导 切勿过度疲劳 切勿远道旅行 妊娠中避免x光检查 妊娠中禁服安眠药 妊娠患病不可擅服药物 “胎教之谈”不可信 怀孕时别喝可乐 产前乳房护理 妊娠沐浴 孕妇的穿著 孕妇应避免与宠物接触 孕妇应避免噪音 妊娠期间应节欲 冷气开启要留意 婴儿用品的准备 妊娠后期的保养 防止便秘的发生 使用中性洗洁剂应注意事项 怀孕期间经常出现的症状

章节摘录

怀孕——生男育女，这是每一个结婚女性的天职。虽然现代女人大都喜欢多享受几年二人世界，但终于，那也是一件不能避免的事。女人第一次怀孕，由于没有经验，对于一些应该注意和必须做到的事，往往心中无数，形成各方面的被动。女人初次怀孕到底有哪些征象呢？大抵有下面几方面：

【停经】 一个月经规则的结婚女子，如果她的月经到期不来，我们第一个猜测她一定是怀孕了。不过我们总要等月经过期两个星期以上才谈得证实怀孕。世界上很少女人会一点不脱班的每28天或30天行经一次，5天到10天的参差有时会发生，既不是怀孕，也不是有病，以后的月经仍有规律的来到。因此，停经到底是否怀孕，还必须检验尿的反应，并加上听诊。于月经预定日的前后，仅排出少量，或颜色较淡疑似月经的分泌物时，也可能是怀孕。月经的产生是由于子宫内膜的剥离，怀孕以后，这层内膜会发生变化，成为妊娠脱落膜帮助受精卵的着床，但是因为子宫下部的内膜无法变成脱落膜，一部份会像月经般地流出来，于是便有疑似月经的出血现象。而怀孕确定后，有人以为这就是最后一次月经，于是会把预产期算错。

【胃口变化】 为什么孕妇会有胃口的改变？医学还没有找着确实的解答。虽然有的孕妇没有这样的感觉，但是多数的人在月经过期一星期后，就会感觉到这种改变，例如喜欢吃酸食，食欲不振和呕吐。这种情形往往在早晨比较厉害，所以有人称它为“朝疾”，过了一些时候，多数的“朝疾”就自动消失，虽然例外持久的例案也有。剧烈的呕吐是足以致命的，如果治疗无效，只有去掉胎儿一法可以得到痊愈。你也许不相信，不过事实确有这样的奇效，不能进滴水的呕吐孕妇在取出胎儿数小时后即可吃一碗饭。

【孕吐】 因食物的味道而感到刺鼻，因此会有反胃的现象出现：唾液的分泌增多。恶心呕吐。对食物的嗜好改变。食欲不振，或过盛。食物积存于腹，胸口发闷。大部份怀孕的妇女都会出现这一类肠胃的症状，称之为“孕吐”。P2-3

《孕妇护理与禁忌》

编辑推荐

十月怀胎，如何生活才能保证母体健康无恙和腹中胎儿的正常发育，这门学问，是每一个孕妇（尤其初孕）都必须熟识的。本书阐述了妊娠中常患疾病的治疗与护理；孕吐、水肿、排泄异常的科学处理；饮食宜忌；日常生活指导；早产、难产、流产的预防；及至妊娠中性生活问题等等。家有此书，孕妇安全，亲人放心，自无不测之患。

《孕妇护理与禁忌》

精彩短评

- 1、学了很东西，挺不错的。
- 2、内容有些老，有些地方和其他书上所写的明显不一致
- 3、书的每一页的下方都有一句关于健康的俗语,蛮好的.书中还有好多菜谱,也蛮有意识的.
- 4、这书买亏了没什么好看的
- 5、这本书没什么意思，很多书中都介绍了这部分的知识
- 6、很有用的一本书!我朋友有了身孕,拿这本书给她看,她也觉得很不错,从中得到有很多有用的知识!
- 7、内容一般，甚至有点过时，感觉很多东西是抄袭来的，可读性可参考性不强，不建议购买。
- 8、一般，，价钱便宜
- 9、对孕妇的一些基本问题有了一定的解释，可以看看
- 10、粗制滥造的一本书，题目是关于孕妇，内容肤浅无实用价值。而且每页下方又是什么关于老年人保健的。真实莫名其妙，读者们千万别买
- 11、自己看，感覺好多不適合
- 12、怀孕的妈妈可以参考一下，不过最好多买几本书一起看。现在的书不同的编者有不同的说法，不一定不对也不一定都对，多参考一下只有好处没有坏处。
- 13、还是可以的,就是包装太简单.
- 14、内容泛泛而谈。

《孕妇护理与禁忌》

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