

# 《产妇护理宜忌大全》

## 图书基本信息

书名：《产妇护理宜忌大全》

13位ISBN编号：9787508058764

10位ISBN编号：7508058763

出版时间：2010-10

出版社：华夏

作者：于松

页数：410

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)

# 《产妇护理宜忌大全》

## 内容概要

《产妇护理宜忌大全》以新妈妈的产后生理健康、心理健康和美丽塑造为基础，详解产后新妈妈护理的宜与忌。具体从以下十方面展开：顺利分娩宜与忌、产后饮食宜与忌、产后起居宜与忌、产后疾病防治宜与忌、产后锻炼宜与忌、产后瘦身宜与忌、产后美容宜与忌、产后性生活宜与忌、产后催乳回乳宜与忌、产后心理健康宜与忌，全书内容详实、全面、而又各有侧重，供新妈妈有针对性的参考。

# 《产妇护理宜忌大全》

## 作者简介

于松，女，妇产科博士，北京妇产医院产科主任医师，毕业于原白求恩医科大学，从事妇产科临床、教学及科研工作近20年，具有丰富的妇产科、新生儿临床经验。擅长高危妊娠及其合并症、并发症的诊治，曾赴日本学习高危妊娠诊治及无痛分娩，多年来挽救了许多危重孕产妇及新生命的生命。由于医术高明，对患者态度和蔼，被网民评为北京市最受欢迎好医生。曾多次应邀举办孕产期常见疾病的预防和诊治、产后恢复与新生儿喂养等方面的讲座。

# 《产妇护理宜忌大全》

## 书籍目录

第1章 顺利分娩宜与忌剖腹产、顺产利弊宜知 剖腹产的缺点 剖腹产的优点 顺产的优点 顺产的缺点 顺产六大保障宜知 控制新生儿的体重 防止孕妇营养过剩 坚持做孕期体操 定时做产前检查 矫正胎位 作好分娩前的准备 孕妇宜适时入院待产 正常妊娠者入院信号 需提前入院的情况 选择生产医院宜知 衡量综合医院和私立医院的利弊 选择做孕期检查的医院 选择离家近的医院 根据生产方法选择医院 是否倡导母乳喂养 准妈妈入院待产宜知 了解入院过程 放松休息 定时解尿 适度进食避免早产宜知 早产发生的五个原因 预防早产措施 早产的三个征兆 孕妇产前禁忌 产前情绪三忌 产前日常禁忌 分娩带缠绕宜知 脐带缠绕是怎么回事 脐带缠绕有何危险性 产妇助产宜知 产妇的五个助产动作 三种助产术优劣宜知 难产应对宜知 难产的四因素 难产的预防 适度试产 自然分娩产程宜知 第一产程 第二产程 第三产程 产妇宜保护好产力 产力异常情况宜知 产力异常原因宜知 滞产的五个原因宜知 急产并发症宜知 缓解第一产程阵痛宜知 第一产程的阵痛缓解宜知 第一产程需做腹式呼吸 第一产程产妇应注意

第2章 产后饮食宜与忌 第3章 产后起居宜与忌 第4章 产后疾病防治宜与忌 第5章 产后锻炼宜与忌 第6章 产后瘦身宜与忌 第7章 产后美容宜与忌 第8章 产后性生活宜与忌 第9章 产后催乳回乳宜与忌 第10章 产后心理健康宜与忌 附录 常见产后护理30问

# 《产妇护理宜忌大全》

## 精彩短评

- 1、很有指导意义，实际操作性很强
- 2、还不错，内容有用，值得学习。
- 3、超实用~~
- 4、书不错，没怎么用到
- 5、相当受用，推荐
- 6、写的很全面，很细致，让我知道了更多产后应注意的事情。纠正了很多误区，特别是老一辈人的很多错误观点！
- 7、大致翻了下，发现非常实用。适合初次生产前的麻麻看哦。连我老妈现在都在看，说是以后要按照书上说的好好照顾我，呵呵。推荐推荐
- 8、生产后读读挺有用的。
- 9、介绍挺全面的，实用
- 10、印刷质量纸质都很好，内容也还可以，同期买了《坐月子常识与新生儿保健300问》感觉还是300问更好一些，易携带内容全适合当工具书，买本300问就够用了~
- 11、很全面的一本书,学到很多,很实用！
- 12、很好的书，讲得通俗易懂，实用性强。
- 13、学习学习，看一看，会心安些，总比未知前路的好，做什么也有些准备，不至于手忙脚乱。看看没坏处。不是传说坐月子是女人的重生么~~ 这回的重生，自己把握好~  
看看了目录，觉得是挺有用的。
- 14、和实用，学到不少东西。
- 15、质量还可以，没有发现不足
- 16、有趣有用
- 17、有一部分内容还有，有些重复的内容。不是很实用。
- 18、给同事买的。值得推荐~
- 19、内容很好的一本书，推荐给大家！
- 20、看起来图文并茂，但是很多都是蜻蜓点水，有点繁冗啰嗦
- 21、个人觉得这一套系的书，很适合怀孕的人看，我都买的这一套系的书回来参考的。。挺好的。。
- 22、很有帮助，是个做月子的宝典
- 23、还好吧，回头仔细研究研究
- 24、之前买的时候这本书刚上架，没有什么评论可参考，看目录讲的东西挺多，就买了。产前和产后都在看，所有方面都有涉及，让你心中有数。而且全书是由一个家庭的具体故事串联在一起，感觉更贴近实际，所以只要按前后顺序阅读即可。讲育儿的书很多，专讲产后护理的书我推荐这本，新妈妈们不要光关注宝宝，也要对自己的健康重视一些，对自己好一点。
- 25、写的挺全的
- 26、4月27日发的货，到5月9日了，楞是没收到货，还邀请我来写评论。。。真汗。
- 27、给朋友买的，包装一般，内容待看。
- 28、这本书我会留给我朋友的~~
- 29、里面内容不错，但有点抄袭之嫌
- 30、书很实用，内容详细，还附有瑜伽小本，不错。
- 31、对产妇有很大的帮助
- 32、首先，书很厚，拿在手里沉甸甸，你会感觉书买值了；  
其次内容详尽，条理清楚
- 33、可以锻炼，产后塑身
- 34、很厚的一本书，孕期就在看，现在遇到什么问题直接到书上找，很有用
- 35、看了一些，还好吧
- 36、找了好多关于产后护理的书，又去书城看了看，最后才选定这本，挺有用。
- 37、没有想像中的好啊！
- 38、于教授编写的一系列书我都买了好几本了，每本都不错

## 《产妇护理宜忌大全》

- 39、知道很多新知识
- 40、生完孩子后看还是有好些实用的东西，主要是产妇护理的一些知识，譬如催乳、产后发热等，有些效果不是那么显著，但至少看了后有些心理安慰。另外关于顺产的那个腹式呼吸法我觉得有用，感觉没那么痛了，也许只是心理作用，不过生孩子时待产室三个产妇只有我自己是最后一个喊痛的。
- 41、很长,看得有点不耐烦了
- 42、以人物故事的形式串联，系统条理，非常实用！
- 43、以前听说做月子什么不能做，什么不能吃，忌讳太多了，看了这本书才知道很多传统的观念是没科学依据的，要科学做月子才真正爱护自己！
- 44、如题，很全面的书，华夏出的健康养生类的书貌似都不错。老婆很喜欢~
- 45、宜忌写的很全面而且有图，看起来不会那么闷
- 46、不错的书本，但价格相对来有点贵啊。
- 47、不错。同事说很好。
- 48、书果然不错，收到了就迫不及待的看了好多页，问题比较实际，也是未来坐月子中着实需要注意的，很好，值得购买~
- 49、看着不错的！价格实惠！
- 50、还在怀孕期间，觉得现在看这本书可以学到很多生了以后的知识，还有就是插图具有连贯性，故事性，更容易吸引人的兴趣。
- 51、内容挺全的 但月子里都不能看书 所以买了等于白买
- 52、送朋友，说还不错
- 53、这一系列的书都很好，实用又详细。
- 54、就想买一本专门讲坐月子及护理的书，呵呵，真的很全啊！值
- 55、和父母之间关于如何科学坐月子总有分歧，买给他们看看
- 56、不错，我在很认真的阅读。该注意都说得几细致明白。
- 57、是一本编著的书，不是写的，所以内容有重复
- 58、感觉一般吧，多少有些帮助
- 59、很有帮助，可读性较强
- 60、涵盖面很宽，故事情节，值得看看，对孕期有指导作用
- 61、马上就要坐月子了,特意在当当买了几本书,我觉得这本很实用,内容挺多的,可以让我们清楚的了解怎样坐好月子....女人要对自己好..哈哈
- 62、内容很详细，很实用，书的外观很精美，以前老人家说的听起来很有道理的东西其实完全是无稽之谈，值得每一个准妈妈学习！
- 63、这本书内容很丰富，可以说是怀孕分娩坐月子知识扫盲读本。我还在继续看呐，虽然离坐月子还有几个月呢。哈哈。
- 64、内容详实,讲解得很仔细,一家人都在看.
- 65、还可以，备产用的，吸收了不少知识，但是看着挺厚，内容部多，啰嗦
- 66、挺好的，作为指导书
- 67、看了之后对生产后的情况大致有个预计，对适应和合理规划产后生活有帮助~
- 68、送人的 看上去还不错
- 69、前半部分还行，后半部分都是重复的关于怎么做体操和锻炼身体恢复身材，感觉有点凑字数。
- 70、书不错，对产妇很适合！
- 71、适合怀孕中的孕妇及家人学习的一本书，可以提前了解一下产妇的护理。
- 72、哪里不舒服 立马抱着这本书看
- 73、内容很全面，买来送朋友的
- 74、没看多少，搁浅了
- 75、买回来看了下，感觉不是很好，写的都是很表面，在实际中有没有作用还不清楚
- 76、书本涵盖的内容很多，讲得很保守，很多宜忌的事项，没有讲具体的日期！如果是扫盲的话就很好，毕竟内容很广。如果特别护理的话，不够细致。
- 77、我还有三个月宝宝就要出生了，我们这代人好像不愿意听老人的意思养孩子和坐月子，但是我们也没有更好的渠道知道和了解相关的知识，这本书真的对我帮助很大！

## 《产妇护理宜忌大全》

- 78、书有点厚，偶尔翻翻，慢慢看吧
- 79、书刚拿到比较厚，看起来就喜欢
- 80、书上讲的，我还有3个多月就能用上了，觉得先看看有个准备，毕竟是啥也不知道，头一回~书还是很不错的，我觉得对我有用
- 81、挺有帮助，学到不少知识
- 82、临产前买的一本书，当时就初看了一遍，觉得写得浅显易懂。关于产后护理的知识介绍得很详实，生理和心理的恢复都有包括。生完宝宝两个多月了，到现在有时还翻一翻。很实用，书挺厚的，但是看起来一点不累。推荐
- 83、关于产妇护理的知识，很有用。
- 84、书很厚，躺床上看，拿着有点沉。内容很丰富，学习中
- 85、书的质量很好，内容也很全面，分享给各位准妈妈。

# 《产妇护理宜忌大全》

## 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)