

# 《妊娠分娩育儿实用大百科》

## 图书基本信息

书名：《妊娠分娩育儿实用大百科》

13位ISBN编号：9787507530056

10位ISBN编号：7507530051

出版时间：2010-1

出版社：华文出版社

作者：《妊娠分娩育儿实用大百科》编委会 编

页数：421

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)

## 前言

常有人说：21世纪的家长是最难当的。时代在发展，科学技术在进步，生存压力也在增大，21世纪的年轻父母在日益激烈的竞争中对孩子的期望值明显比以往的父母更高。为确保孩子的健康和聪明，从计划要一个孩子起，到幸福而又艰辛的孕期，再到养育孩子，这一过程倾注了父母无尽的心血，他们积极地参加医院开设的产前培训班和育儿指导、阅读图书、上各大育儿网站交流经验，恨不能成为一个既懂得孕产保健、优生知识，又懂得儿童保健、早期教育等知识的全能型专家。然而，由于各种渠道所提供的相关知识缺乏系统性和全面性，更严重的是，理论常常与实际相脱离，很多父母仍然在实践操作中一筹莫展。据调查显示，80%以上的父母感到自己所获取的知识难以满足实际需要，无法有效解决具体问题。为帮助21世纪年轻父母轻松度过孕产过程，解决育儿难题，我们决定编写一部从当代中国家长的实际需要出发、真正实用的孕产育儿大百科，为此我们组织了一个阵容强大的“妊娠分娩育儿实用大百科”编委会，其成员分别是国内产科、遗传学、产前诊断、新生儿护理、儿童保健、早期教育等领域的权威专家，他们不仅具有扎实的理论功底，同时具有丰富的临床实践经验。由于他们在各自的领域中都有一定的知名度，因而本书事实上也帮助读者实现了有问题在家就可以随时咨询专家，而不用去医院排队挂号，节省了时间，也避免了无数的麻烦。在编写体例上，我们选择了百科全书式的简明体例，按时间顺序将孕前、孕期、分娩、产后、育儿这一漫长的全过程中的诸多问题和常识完整清晰地呈现出来，这样便于迅速找到所需内容，有针对性地进行重点阅读，以随时帮助家长解决实际问题。本书分“孕育篇”和“养育篇”两部分，系统而全面地介绍了妊娠、分娩、育儿方面的知识，以及实用的方法技巧，涉及年轻父母在孕产和育儿全过程中可能遇到的所有难题。全书信息丰富，权威科学，囊括了国内外产科、产前诊断、不孕不育、产妇和新生儿护理、育儿、早教等领域最前沿的研究成果，是21世纪中国家庭必备的孕产、育儿指南，可全程指导现代父母科学孕产、轻松育儿。其中，“孕育篇”包括“准备怀孕”、“孕期保健”、“准妈妈的变化和胎儿的生长发育”、“孕期检查和孕期疾病”、“分娩和产后护理”等，将帮助读者掌握孕前保健、孕期保健、产褥期保健等方面的实用科学知识：科学制订怀孕计划，进行孕前体检，选择最佳怀孕时机，调整怀孕后的心态，应对孕期的各种不适，保证自己和胎宝宝的营养，了解胎宝宝是如何生长发育的，孕期科学地进行性生活，学会分娩时正确用力和减轻疼痛，科学地坐月子……掌握这些知识，每一个孕妈妈都可以轻轻松松、平平安安地度过孕期，享受这一幸福难忘的人生阶段，快乐而自信地迎接健康聪明的小宝宝的到来。此外，还由不孕不育专家执笔编写了一章的“治疗不孕不育”，针对现代人高发的不孕不育症做了专门探讨，提出了科学治疗方案，为相关人群带来了福音。

# 《妊娠分娩育儿实用大百科》

## 内容概要

《妊娠分娩育儿实用大百科(超值白金版)》是一部从中国年轻父母的实际需要出发，真正实用的孕产、育儿大百科，由国内产科、遗传学、产前诊断、新生儿护理、儿童保健、早期教育等领域的权威专家共同打造而成，旨在帮助中国年轻父母轻松度过孕产期，解决育儿难题。

《妊娠分娩育儿实用大百科(超值白金版)》分“孕育篇”和“养育篇”两部分，系统而全面地阐述了妊娠、分娩、育儿方面的知识，涉及年轻父母在孕育宝贝和养育宝贝过程中可能遇到的所有难题，并按时间顺序分阶段编写，便于读者有针对性地进行重点阅读。全书信息丰富，权威科学，囊括了国内外产科、育儿、早期教育等领域最先进的研究成果，是孕期、育儿的必备指南。其中，“孕育篇”包括“准备怀孕”、“孕期保健”、“准妈妈的变化和胎儿的生长发育”、“孕期检查和孕期疾病”、“分娩和产后护理”等，将帮助读者掌握孕前、孕期保健等方面的知识，轻松做一个快乐的准妈妈。此外，还由不孕不育专家执笔编写了一章的“治疗不孕不育”，针对现代人高发的不孕不育症做了专门探讨，提出了科学方案，为相关人群带来了福音。“养育篇”包括“6个月以下的婴儿”、“6个月到1岁的婴儿”、“幼儿和学龄前儿童”、“儿童时期和青少年时期”、“家庭教育”、“健康小词典”等6章，帮助读者了解孩子在不同年龄阶段的生长发育特点，有针对性地进行智能训练，培养各种社会能力，帮助宝宝减少或避免疾病的发生，真正实现轻松育儿。

# 《妊娠分娩育儿实用大百科》

## 书籍目录

孕育篇 第一章 准备怀孕 1.孕前检查 2.孕前染色体检查 3.选择性别规避遗传风险 4.选择健康的生活方式 5.年龄对生育的影响 6.选择最佳季节受孕 7.不宜受孕的七种情况 8.想生男孩的必要准备 9.想生女孩的必要准备 10.了解怀孕过程 11.有关怀孕知识的误区 12.了解排卵期 13.如何提高受孕率 14.怀孕的征兆 15.去医院检查是否怀孕 16.自己判断是否怀孕 17.尽早知道是否怀孕很重要 18.确知怀孕后的心态调整 19.避孕方法对怀孕的影响 20.孕前食谱 第二章 孕期保健 1.推算预产期 2.怀孕早期避免搬重物 3.早孕用药需谨慎 4.科学进食 5.远离X线检查和紫光灯 6.孕期保护牙齿和牙龈 7.应对恶心和晨吐反应 8.流产有什么症状 9.唾液分泌过多 10.胃肠胀气、胃痛、烧心 11.晕厥和不适 12.眼睛问题 13.骨盆疼痛 14.腿痛 15.胸痛 16.腰痛 17.克服孕早期的慵懒困倦 18.如何克服失眠问题 19.如何解决尿频问题 20.孕早期如何进行性生活 21.准妈妈过性生活要谨慎 22.准妈妈应该怎么睡 23.如何解决便秘问题 24.孕期要保“重” 25.孕期如何穿着 26.孕期如何保持胸部美丽 27.孕早期胸的变化 28.如何选择文胸 29.为何怀孕后有乳汁溢出 30.孕期需要提前护理乳头吗 31.有利于产后恢复的姿势 32.孕期要细心呵护脸部皮肤 33.油性肤质的孕妇如何护肤 34.脸上有黄褐斑怎么办 35.准妈妈化妆要慎重 36.孕妇不宜穿高跟鞋 37.妊娠纹 38.怀孕期间头发的变化 39.先天疾病和遗传疾病的区别 40.环境对宝宝发育的影响 41.染色体畸变对宝宝发育的影响 42.了解怀孕前的风险 43.高危妊娠 44.高危妊娠监护 45.阴道出血 46.考虑如何喂养宝宝 47.为什么会出现双胞胎 48.为什么会出现三胞胎 49.多胎怀孕注意事项 50.怀孕中期的运动 51.孕期运动有什么好处 52.运动后身体过热有何危险 53.孕期要多散步 54.孕妇能进行体育运动吗 55.剧烈运动要小心 56.怀孕中期的性生活 57.怀孕中期的营养 58.孕期腿抽筋怎么办 59.感觉胎动 60.孕期阴道分泌物增多正常吗 61.孕期的兴奋与担忧 62.参加产前培训班 63.如何缓解背痛 64.怀孕期间的梦 65.怀孕后期的锻炼 66.骨盆底肌肉的锻炼 67.孕后期的营养和饮食嗜好 68.孕后期胸部的变化 69.制订分娩计划 70.参观产房 71.孕后期的性生活 72.呼吸短促 73.肩臂痛 74.体内燥热 75.怀孕后期的失眠 76.分娩前的情绪 77.孕期不能吃得过多 78.孕期不能吃得太少 79.孕期体重增长不能过多 80.孕期要调整吃素食的习惯 81.孕期饮食多样化 82.孕期禁忌食物 83.孕期要多喝水 84.孕期如何工作 85.孕期洗浴要注意 86.孕期旅行须知 87.孕期旅行交通工具的选择 88.孕期食谱 第三章 准妈妈的变化和胎儿的生长发育 ...

...养育篇附录

## 章节摘录

插图：2.孕前染色体检查染色体异常包括染色体数目异常、染色体易位、染色体倒位等，是导致遗传病的主要原因之一，父母可通过精子或卵子细胞将异常的染色体传给子女，导致遗传病的发生。由于目前在医学界还没有找到有效的预防和治疗办法，所以危害性很大。但是通过做遗传咨询，再加上婚前染色体检查，就可以发现染色体的异常，预测出胎儿发生畸形的危险程度。所以很多专家都认为，在婚前进行染色体检查是十分必要的。染色体易位和倒位的人由于细胞内的基因没有丢失，所以并不会表现出什么异常的特征，但是却很容易造成胎儿的畸形或引起流产，因此说这样的人也是很危险的。通过染色体检查，就可以发现这种潜在的危险，及时采取节育或者是流产措施，以避免因为盲目保胎而带来的危害。如果是性染色体异常，那么这样的人就可能出现性功能障碍，甚至没有生育能力，这也可以让新婚的夫妻早做其他的打算或者是采取相应的措施。染色体检查其实很简单，也没有任何痛苦，只需要从口腔中刮取一些细胞就可以进行了。通过观察，就可以发现染色体上的基因是否存在破坏、缺失或增多的现象，如果染色体检查完全正常，那么你们就等于是领到了一张婴儿的准生证，可以生育了。但如果在某条染色体上发现了异常，那就应该采取相应的防范措施，以避免患儿的出生。虽然染色体检查很简单，对于优生优育也非常重要，可是有些人却对它缺乏正确的认识，不把染色体检查当回事或者是根本就不去做检查，从而导致了悲剧的发生。因此说，在婚前进行染色体检查是非常重要的。如果你希望自己的孩子聪明健康，那么就一定要认真对待婚前的染色体检查。不要觉得这种检查只是应付了事，可有可无的。如果真的发生了意外，那就晚了。与其在孩子出生后哀叹自责，还不如提前做好准备，不给自己后悔的机会。

3.选择性别规避遗传风险性别与遗传病规律有些遗传病的发生与性别有着密切的关系，也就是前面提到的伴性遗传，它是由性染色体上的基因所引起的疾病。伴性遗传病分为X伴性遗传病和Y伴性遗传病两大类，在遗传上具有一些特殊的规律。比如说有些疾病只通过母亲传给儿子，但不传给女儿；而有些疾病则只通过父亲传给女儿，但不传给儿子。这就是所谓的交叉遗传。关于伴性遗传病的显隐性关系，简单地说，X染色体与Y染色体并不是同源染色体，在两种染色体上也不存在等位基因。也就是说，当一个男人的X染色体上存在致病基因的时候，Y染色体上并不具备相应的基因来掩盖它，所以这种疾病的症状就会在这个男人的身上表现出来。同样的道理，如果在他的Y染色体上存在致病基因，X染色体也没有相应的基因来加以掩盖，所以症状也会表现出来。X伴性遗传病又可以分为X伴性显性遗传病和X伴性隐性遗传病，由X染色体上的显性致病基因所引起的称为X伴性显性遗传病，而由X染色体上的隐性致病基因所引起的则称为X伴性隐性遗传病。遗传性肾炎、假肥大型肌营养不良症等病症属于X伴性显性遗传病；血友病、色盲、夜盲等疾病则属于X伴性隐性遗传病。X伴性显性遗传病的特点是男性患者只传给自己的女儿，但不传给儿子；女性患者则既可能传给儿子，也可能传给女儿，二者发病的概率均为50%。这种疾病的遗传性很强，可以连续几代遗传，但是患者的正常子女并不会带有致病基因，也不会再传给后代。通常情况下，正常夫妻的子女是不会出现这类遗传病的，除非发生基因突变。在发病比率上，女性约为男性的2倍，因为这种致病基因只要在一条X染色体上存在，就可以表现出来，男女都是如此。由于女性有两条X染色体，所以发病的概率更高。但女性的病情通常都要比男性轻，因为女性有一条正常的X染色体加以掩盖，可以减轻病情，而男性却没有这样的掩盖作用，所以病情往往比女性重。X伴性隐性遗传病的特点是男性患者要远远多于女性，因为只有两条带有致病基因的X染色体相遇的时候，女性才会患病，这种情况是很少见的；而男性则是只要出现致病基因，就会患病。概率比较小，但如果是近亲结婚，概率则会大大增加。

## 编辑推荐

《妊娠分娩育儿实用大百科(超值白金版)》是中国家庭必备的孕产育儿书，孕产育儿类全国畅销书，内容更全面，理念更先进，方法更科学，体例更实用。孕前、孕期和产后保健秘诀孕育聪明宝宝的完美胎教方案胎儿生长发育40周全程监测安全无痛分娩的科学方法婴幼儿健康护理常识和营养方案早期教育与潜能开发指南介绍国内外最先进的育儿理念综合国内外最新的孕产、育儿研究成果倾力打造最适合中国家庭的孕产、育儿指南全面解答中国家庭最关注的孕产、育儿问题中国家庭必备的孕产育儿书，揭示轻松孕产和育儿的秘诀，全案解决妊娠、分娩、育儿问题全面：一部囊括妊娠分娩育儿过程所有常识和方法技巧的百科全书，帮助读者全方位了解孕前准备、孕期保健、胎儿的生长发育、产前检查、分娩和产后护理、婴幼儿护理和生长发育、常见疾病的护理、家庭教育等知识，以及各种常见问题的解决方案和实用技巧。此外，对同类书较少涉及的不孕不育问题也进行了科学详细的介绍。系统：《妊娠分娩育儿实用大百科(超值白金版)》对信息丰富而庞杂的孕产育儿相关的知识、热门话题、常见问题和解决方案、方法技巧进行系统梳理，分别从孕前、孕期、分娩、6个月以下的婴儿、6个月到1岁的婴儿、幼儿和学龄前儿童、儿童时期和青少年时期几个阶段讲述有关问题，是一部系统的专家全程跟踪式孕产育儿指南。权威：由国内产科、遗传学、产前诊断、新生儿护理、儿童保健、早期教育等领域的权威专家分别撰写相关内容，为读者答疑解惑，提供最权威的指导方案，让读者在家就能轻松享受到权威专家的指导。科学：囊括国内外产前诊断科学、产科学、不孕不育治疗技术、儿童健康等领域最先进的研究成果，介绍了最新的育儿理念和早期教育理念，对最受家长关注的育儿难题提出了科学的解决方案，帮助读者真正实现科学孕产，科学育儿。实用：为满足中国年轻父母的实际需要，《妊娠分娩育儿实用大百科(超值白金版)》从国内各大育儿网站精心筛选出最受家长关注的近1000个问题进行了有针对性的讨论，介绍了实用的科学孕产和育儿知识，并提出了最实用、最具操作性、最有效的解决方案。简明：科学系统地按阶段分章节，编撰了近1000条妊娠分娩育儿实用知识。采用百科全书式的体例进行编写，层次清晰，便于查阅和使用。· 针对中国年轻父母实际需要编写· 精心编选最受中国父母关注的孕产、育儿问题· 由产科· 遗传学、产前诊断、新生儿护理、儿童保健、早期教育等领域权威专家共同打造· 吸收国内外最先进的孕产和育儿研究成果· 介绍当今最新的育儿理念和育儿方法· 提供孕育聪明宝宝的完美胎教方案· 揭示轻松孕产和育儿的秘诀· 提供婴幼儿健康护理和营养方案· 推荐早期教育与潜能开发的最佳方案· 全案解决妊娠分娩育儿的所有问题

## 精彩短评

- 1、一拿到就迫不及待的看起来，彩色图片，解释的很详细。
- 2、好大的一本书呀，就是一点不好是黑白的，里面全是黑色字都没有彩色的，一点图片也没有，看得想困哦。
- 3、给别人买的，应该不错，我没有看，不过给个好评吧
- 4、同事随手翻翻，也要一本！
- 5、这是同事介绍的书，书很厚，都是文字，主要着重讲育儿方面的，讲妊娠的不多，而且都是点到为止，有些内容对读者没有帮助，只是介绍一下怎么回事而已。如果大家想看妊娠知识就得另找别的书了，但是讲育儿的不错，内容多，感觉比较实用。
- 6、老婆看过后对这方面有了一定的了解，很全面
- 7、内容是很丰富的，随时可以查询到你了解到的东西，可以放在家里当辞典一样的工具书
- 8、都是LP在看，我也不知道好不好，给四颗星吧
- 9、自己翻了一下，感觉很有用，不像超市里卖的书挺厚里面没什么内容
- 10、系统而全面地阐述了妊娠、分娩、育儿方面的知识，涉及年轻父母在孕育宝贝和养育宝贝过程中可能遇到的所有难题，并按时间顺序分阶段编写，便于读者有针对性地进行重点阅读。
- 11、买了第二次，送朋友参考，全而有用。
- 12、还不错，像字典一样很实用的一本书
- 13、书籍内容丰富，里面有很多的知识要学习，挺值得购买的。顶一个！
- 14、基本上内容全覆盖了,但写得不是很细.
- 15、书物有所值，而且又很便宜，老婆很喜欢
- 16、内容很多很全面从准备怀孕到小孩出生都有涉及，我还在看，很有帮助
- 17、这本书就是一本辞典，很全面。就是纸张质量不太满意
- 18、这是送别人的礼物，我都不知道他什么时候收到的。确认晚了，不好意思
- 19、应该不错吧，呵呵。帮朋友买的。
- 20、听朋友介绍的，应该很不错，大致翻了翻貌似很详细，希望对自己有用。
- 21、内容多所以都不是很深刻
- 22、很不错，很全。
- 23、尽管不够详细，但是值得一看，非常有帮助！
- 24、挺全面的一本书，非常多的知识
- 25、书很不错，挺厚实的！
- 26、新爸爸新妈妈好帮手
- 27、这是第二次买这本书，老婆怀孕之后就在书店买很多妊娠、育儿相关的书，现在宝宝已经2个月了，感觉这本书是买的最值得、最有价值的一本书，内容很详实、到位，恰好一个同事也怀孕了，就买这本书送给她。。。
- 28、对孕期妇女有帮助
- 29、是买来送人的,她很喜欢.内容很详细,很全面,比较实用.就是看的时候眼睛花花的~`总之还挺不错的.
- 30、比我在超市里看到的价格划算多了。。。先学习起来
- 31、今年想要个小孩，有了这本书，方便多了
- 32、很详细的问答，内容不错，值得买来参考学习
- 33、很有指导性的书，非常详细，都看完了
- 34、内容丰富，科学
- 35、好书，内容详细具体
- 36、很大很厚啊。而且买的时候特价。主要针对怀孕前，怀孕初期，以及婴儿养育的一些注意事项，对准备怀孕的年轻爸妈很有用呢，可以一起学习。
- 37、非常好用 而且我们家的是个儿子哈哈
- 38、已经生完了才买这本书，看过后觉得书中所说的与事实相符，还有些图片，不错
- 39、内容介绍的挺详细的





## 《妊娠分娩育儿实用大百科》

到情况不知道怎么办的时候，翻出来看一下！

- 81、市面上该类的书非常多，这本是最早的那么，那次偶尔在书店看到，翻了几页，发现正是我们想要学习的，为了生一个健康的宝宝，好好把此书看看，这里的价格比书店便宜一半多。
- 82、这个比较全面，还是有点作用，很厚的，从怀孕到生，还是可以知道一些知识，对孕期有作用
- 83、大过年还能把书送过来 真心不易啊、、、
- 84、这本书写的很详细，值得一买
- 85、内容齐全 很不错
- 86、很大本，给嫂子买的，她有空就会看看
- 87、刚收到书很厚的一本。里面的内容很全面，从怀孕前的准备功夫到早期教育等常见问题都有剖析。的确是孕产必备丛书之一。但美中不足的是绝情大部分都用文字表述，以问答的形式表达，一直看下去会有点视觉疲倦。
- 88、准备今年要宝宝，我和老公对于这些问题一点都不懂，就在当当上搜了一下孕育方面的书，结果在众多图书中选定了这本“超值白金版 妊娠分娩育儿 实用大全”。收到书就和老公一起看了起来，感觉内容很完整，讲述的也很细致。是一本一看就懂的书！个人觉得很好！
- 89、内容全面，我还没有怀孕，但是想提前做好准备，看到这本书，心里有底啦！赞一个
- 90、刚收到，还没看，应该不错吧，先给好评咯
- 91、我感觉是不错的一本书，知道比较多的知识，还有一些孕前、孕期、孕后的食疗。还挺全面，比较适合初次做父母的，因为比较浅。
- 92、内容很全面，条理很清楚，很实用的一本书书，赞一个。
- 93、刚刚收到书，大体翻了一下：书很厚，内容很详细，还配有图片，字看起来也不费力。感觉自己会很耐心的看，而且物超所值呀！
- 94、这本书内容非常丰富，从孕前准备到产后护理一系列的介绍都很详细。
- 95、总体概述，没有什么特殊意义
- 96、很好，很喜欢孕前的一些知识，还没怀孕，后面的还没用
- 97、怀孕解答~ 很不错，适合初孕妈妈
- 98、内容多而粗，不详细，
- 99、书很厚，内容全面但是被压得惨不忍睹
- 100、送妹妹的，他看了说挺好的
- 101、给怀孕的媳妇买的，略微有些晚，但书的内容很丰富的，后面还有很多东西需要学习。

# 《妊娠分娩育儿实用大百科》

## 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)