

《孕产百科》

图书基本信息

书名：《孕产百科》

13位ISBN编号：9787508051550

10位ISBN编号：7508051556

出版时间：2009-4

出版社：华夏

作者：郭晓丽

页数：650

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

《孕产百科》

内容概要

《孕产百科》内容为：愿编者创作的领先时尚孕育先锋的孕产百科，能成为你孕前准备，孕期关怀、分娩指导、月子保健及产后恢复的枕边书，让我们一起分享同为女人的幸福……最新知识·最实用读本。孕前：孕育一个聪明漂亮的宝宝，你必须在孕前做好充足的准备。无论是心理、生理、饮食等诸多方面，一样都不能忽视。孕期：十月怀胎的历程，看似漫长，其实很快。只要你按照《孕产百科》的内容进行，相信你会顺利、完美地度过。分娩：期待许久、令人激动的幸福时刻。选择什么样的分娩方式，怎样才能缩短产程，减少疼痛，仔细阅读《孕产百科》，答案就在其中。产后：改变女人体质的最佳时期。只要你把握好饮食调养及锻炼，身材和容颜很快就能恢复到从前的美丽。

作者简介

孙文墅 (Sun Wenshu)

1985年毕业于河北医科大学，后从事临床工作两年。

1987年9月考入天津中医药大学攻读硕士学位。

1990年获得硕士学位后，分配在天津中医药大学第二附属医院妇科从事中西医结合妇科临床与研究
工作。

1994年受日本庆应义塾大学医

《孕产百科》

书籍目录

第一章 怀孕要做的准备第二章 怀孕是做妈妈的第一步第三章 宝宝健康，孕期检查不可少第四章 解读孕期性生活第五章 胎教是培养聪明宝宝的基础第六章 怀孕第一个月第七章 怀孕第二个月第八章 怀孕第三个月第九章 怀孕第四个月第十章 怀孕第五个月第十一章 怀孕第六个月第十二章 怀孕第七个月第十三章 怀孕第八个月第十四章 怀孕第九个月第十五章 怀孕第十个月第十六章 分娩进行时第十七章 关注产褥期与产后恢复第十八章 母乳喂养与人工喂养第十九章 新生儿

章节摘录

第一节心理准备是优生的前提怀孕生子是人生中的一件大事。不仅使夫妻由二人世界变成一个三口之家，而且还会给夫妻双方的身体和日常生活带来很大的影响，有时甚至难以承受。因此，怀孕前先做好周全的考虑，除了应做好各种物质、生活方面准备外，在心理上也应做好相应的准备。而且这种准备是非常重要的。心理准备是最容易被忽视的一个重要的孕前准备。所谓的心理准备就是精神准备，要求夫妻双方在心理状态良好的情况下受孕。如果双方或一方受到较强的精神刺激或者情绪抵制，都会影响精子或卵子的质量。即使受孕后也会因情绪波动而影响母体的激素分泌，使胎宝宝躁动不安，影响其生长发育，甚至流产。因此当夫妻双方或一方情绪不佳，或夫妻之间闹矛盾时都不宜受孕，应该等到双方心情愉快时再受孕，这样，也就做到了优生的第一步。

《孕产百科》

编辑推荐

最新知识·最实用读本。孕前：孕育一个聪明漂亮的宝宝，你必须在孕前做好充足的准备。无论是心理、生理、饮食等诸多方面，一样都不能忽视。孕期：十月怀胎的历程，看似漫长，其实很快。只要你按照《孕产百科》的内容进行，相信你会顺利、完美地度过。分娩：期待许久、令人激动的幸福时刻。选择什么样的分娩方式，怎样才能缩短产程，减少疼痛，仔细阅读《孕产百科》，答案就在其中。产后：改变女人体质的最佳时期。只要你把握好饮食调养及锻炼，身材和容颜很快就能恢复到从前的美丽。

精彩短评

- 1、明年准备怀孕，买回来翻了几页觉得孕前内容有点少，怀孕后挺详细。但是到100多页的时候发现有装订错误，过了当当的退换货时限，不能另外换一本新的很不好。
- 2、字多图少，内容全面，装订不好容易散页。
- 3、比较全面，像教科书，有参考价值
- 4、很实用的一本书，字迹还是比较清楚地
- 5、这本书讲解很详细，挺好的，不错~
- 6、写的很全面，各方面知识都有，挺不错的
- 7、书的质量不错，也说得很细致，浅显易懂。
- 8、这本书很不错，除了在怀孕阶段要注意的东西之外，最后还会介绍一些生完孩子后容易出现的一些问题的处理。
- 9、挺实用的。值得一买
- 10、内容比较全面，对于第一次怀孕的准妈妈来说还是比较好的教科书
- 11、怀孕的时候读的，不错哦
- 12、在看，暂时没发现问题，挺好！
- 13、内容一般，纸质很差。
- 14、拿到书时很开兴，可一看真不值！
- 15、内容很详细，不错，支持
- 16、希望孕期内容更加详细一些，比如最好吃些什么，出现什么问题该如何应对！
- 17、很实用，我是在怀孕4个月读到的了，很增长知识，科学很重要，心里有底，自然面对问题的时候坦然很多，推荐！
- 18、对刚刚结婚，计划要宝宝的夫妻很有帮助，可以了解很多实际操作层面的方法
- 19、对于没有生育过的朋友，可以多学学，里面有怀孕1-10个月，每个月的注意事项，包括饮食营养，胎儿的发育阶段介绍和注意事项，还有提醒你多久多久去体检等等
- 20、这本书写的还不错的
- 21、这本书我挺喜欢
- 22、内容还不错，还比较详细
- 23、比较全面，但讲的不是很深。有极少部分内容和别的书有点矛盾。
- 24、书还不错，还是挺详细,书也很厚,很实用,但这本是平装书...
- 25、还不错，内容挺全
- 26、孕期用的这个哦，一直看呢
- 27、准妈妈适用,可以学到好多东西.
- 28、这本书太全了
- 29、同事说好多东西都是重复的
- 30、很多内容重复，实用性差
- 31、帮家里的保姆买的。翻了一下，里面内容文字描写还是太多了。怀孕时手机下个软件完全够了。心情是最重要的。
- 32、能一次性寄过来就好了
- 33、我送给我一个怀小孩的朋友,她说还不错
- 34、写得很详细,有待慢慢研究
- 35、书不错，很详细，很适合孕前一读！
- 36、本书的内容比较全面，但是不够具体，所以我认为一般般
- 37、买了三本关于怀孕的这本内容较为详细赞一个
- 38、挺好的，内容挺丰富，说的挺全面的
- 39、每个妈妈都是自学成才
- 40、很好啊，，，，看了之后我姐生了个儿子

- 41、很全面，粗略的读了一下很实用！
 - 42、我是一个准备要孩子的女性，看完这书确实让我了解了不少，写的也挺具体，
 - 43、这本书对于一点经验没有的夫妻，刚到手很新鲜，感觉非常详细。但是有些经验以后，在翻看回去，觉得有些解释太夸张，其实婴儿是很强的，生命力很旺盛的，孕妇也不用很小心很娇气的。如果都按照他书上的来，就总是处于担心的状态中，尤其说孕妇要左侧卧孩子才舒服什么的，医院也这么说，所以我整个孕期都左侧卧，快累死了，腰酸背疼。孩子出来头都偏了。建议大家看看就行，别太较真~
 - 44、从买到足足一个星期才收到，得到书后发现书也不象正品
 - 45、我怀孕3个月了，每天都看这本书，非常好，内容细致，全面，是我买过的孕期图书中的精品。
 - 46、果然是本好书，希望要做妈妈的你多看看
 - 47、很全面，从孕到产每月的细节都可查询。很有实用性
 - 48、对于初学乍练者是比较全面了解的一本书
 - 49、女朋友帮人买的，应该对待产孕妇有帮助
 - 50、非常实用的孕产百科书
 - 51、很喜欢这本书，没事时就会拿起来看几页。如果内容在细致一些会更加吸引人。
 - 52、觉得没有40周孕期全程手册好
 - 53、内容很详细、丰厚、派单员送书也很快，在当当网买了几本书了，感觉很方便
 - 54、同事推荐的，还是比较实用的书。及时指正了我的很多误区。不过现在还在备孕中，后边的内容先看着，积累知识。
 - 55、还没来得及细看，只是大概翻了一下，内容还是挺详细
 - 56、出门才回来，所以确认晚了，书的内容还没看，期待中。
 - 57、大体上翻了翻，感觉还是不错的，能增加不少孕前及过程中的知识，消除了一些莫名的担忧。
 - 58、书没有外包装，并且缺页，申请换货后，要求提供物流发票，但是发票上还有其他商品，不能拿走，最后要求联系卓越，态度极端恶劣。
 - 59、是适合准备怀孕和已怀孕的准孕妇和孕妇看的一本好书。
 - 60、按照周，写的很详细。
- 值得一看
- 61、我觉得这套书的内容太多重复，看了第三个月就不用看后面的，基本都重复的，最后看看第十个月就够了~~而且图片不多，看起来觉得闷
 - 62、比较全面的大部头，内容浅显易读。
 - 63、还没看完，看了一半觉得可以
 - 64、说的东西比较多，但实用的少一点，不过总的来看还比较全面
 - 65、整个孕期有了这本基本上就够了，很实用！
 - 66、对年轻的妈妈很有指导意义，另外，尽信书不如无书，生活还是要现实一点的。
 - 67、很好，内容很全面，适合准妈妈和准爸爸。
 - 68、整体还可以，但感觉孕前指导比较少

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