



开启母婴身心安康的金钥匙, 开发宝宝智力的枕边书

母婴护理 一本通

NEW 新编版

MUYINGHULIYIBENTONG

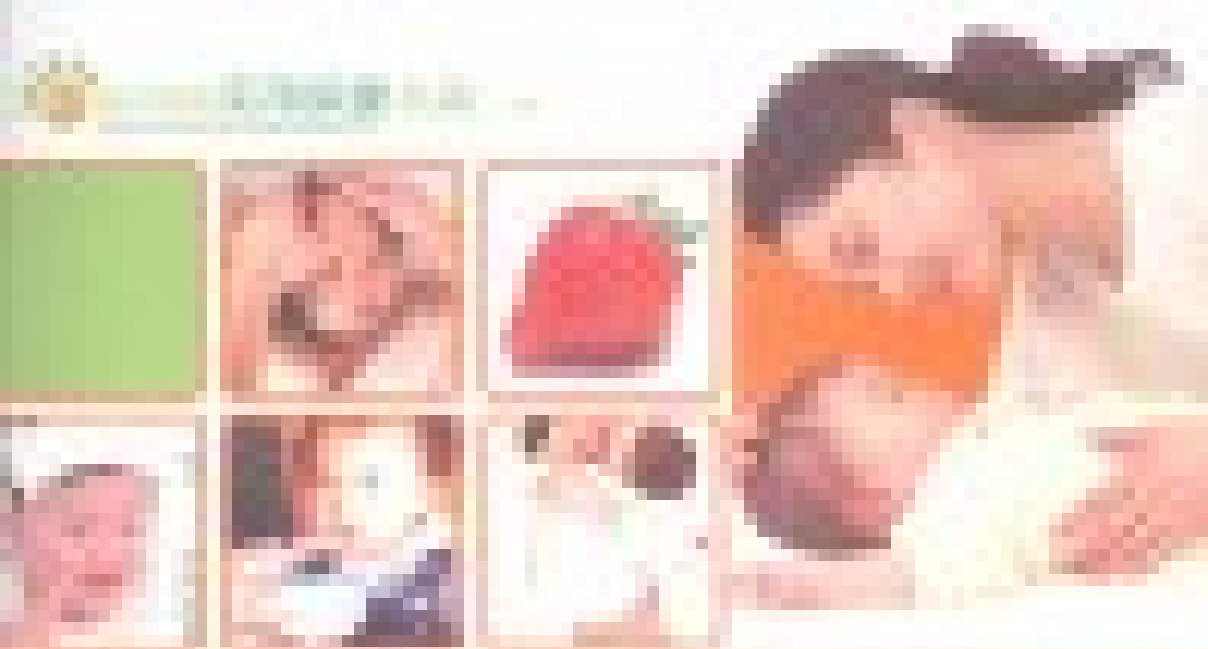


宋建忠◎主编

内蒙古人民出版社

本年度
健康知识
大课堂

★★★★★



只有妈妈用心掌握科学的育儿知识，才能给宝宝最好的呵护

母婴护理

一本通

WUJI



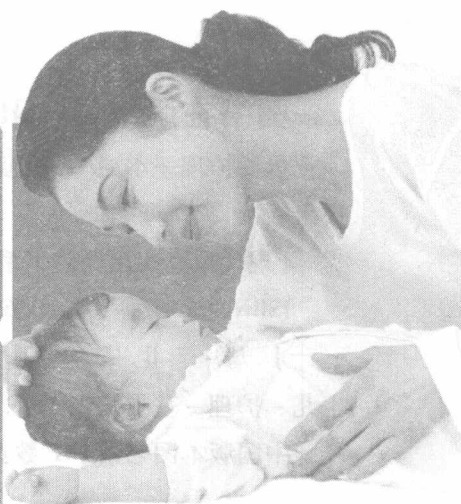
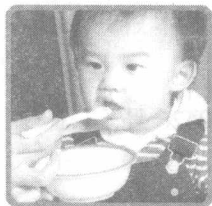
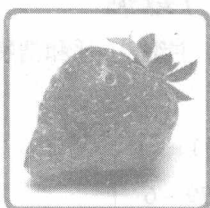
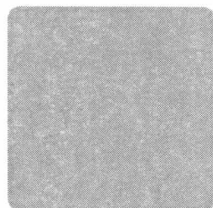
母婴护理知识
母婴护理知识





现代家庭实用保健书系

XIANDAJIATINGSHIYONGBAOJIANSHUXI



开启母婴身心安康的金钥匙, 开发宝宝智力的枕边书

母婴护理 一本通

NEW 新编版

MUYINGHULIYIBENTONG



宋建忠◎主编

内蒙古人民出版社



图书在版编目(CIP)数据

母婴护理一本通/宋建忠 主编. - 呼和浩特:内蒙古人民出版社,2008.1

(现代家庭实用保健书系)

ISBN 978 - 7 - 204 - 07679 - 6

I. 母… II. 宋… III. ①产褥期 - 护理 - 基本知识 ②新生儿 - 护理 - 基本知识 IV. R473.71 R174

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)年 010526 号

现代家庭实用保健书系

主 编 宋建忠

责任编辑 张 钧

封面设计 徐敬东

出版发行 内蒙古人民出版社

地 址 呼和浩特市新城区新华大街祥泰大厦

印 刷 北京奥达福利装印厂

开 本 710 × 1000 1/16

印 张 400

字 数 4600 千

版 次 2008 年 3 月第 1 版

印 次 2008 年 3 月第 1 次印刷

印 数 1—5000 册

书 号 ISBN 978 - 7 - 204 - 07679 - 6/Z · 421

定 价 560.00 元(全 20 册)

如出现印装质量问题,请与我社联系。联系电话:(0471)4971562 4971659

前言



生活是一门艺术，更是一门学问，家庭生活更是丰富多彩，包罗万象的。

《现代家庭实用保健书系》系列丛书，从新婚开始到孕育一个崭新的生命，含盖面很广。包括女性孕前、孕中、孕后的调适与护理，婴幼儿的日常护理，常见疾病的防治与护理，内容科学实用，所提供以及各个阶段的饮食母子护理指导具体、实用，很适合计划要孩子和正在培育孩子的家庭参考应用。

此外还有讲述宝宝的安全事项与家庭急救知识，为父母提供宝宝在发生紧急情况时，可以采取的切实有效的救护方案，另外婴幼儿的早期教育和智力开发一直是父母普遍关心的问题，并越来越多地受到重视。依照胎儿、婴幼儿及学龄前儿童的生长规律和大脑发育的实际，分阶段为年轻父母在对胎儿，婴幼儿及学龄前儿童实施胎教，早教和智力开发过程中遇到的问题，作了详细而全面的解答，有很强的指导作用。

《现代家庭实用保健书系》科学全面地阐述了新婚、从孕前到怀孕、从分娩到产后恢复，及育儿的注意事项，并详尽有针对性地给予指导，有助于快乐地孕育出一个可爱的宝宝。

本套丛书选材新颖，取材广泛，融知识性科学性，实用性于一体，力求成为每一位准妈妈的知心朋友，成为家庭生活不可缺少的文化产品。

目 录

第一篇 孕前调适与护理

一、遗传与优生	21
什么是遗传	21
遗传病分哪几类	21
遗传病有什么特点	22
遗传与优生有什么关系	22
遗传病可以预防吗	22
人类不易改变的遗传有哪些	23
什么是遗传物质	24
遗传病与先天性疾病是一回事吗	24
什么是染色体	24
哪些病属于常染色体显性遗传	25
常染色体显性遗传有何特点	25
常染色体隐性遗传有何特点	26
与母亲遗传相关的疾病有哪些	26
母亲是异常染色体携带者,下一代会出现什么现象	27
哪些病属于常染色体隐性遗传	27
哪些病属于伴性遗传	27
为什么伴性遗传病基因携带者不能生男孩	28
有唇腭裂生育史者的第2胎还会再发畸形吗	28
伴性遗传病有何特点	29
什么是优生法	29

母婴护理一本通

目 录

母婴护理一本通

什么是优生学	30
什么是优境学	31
为什么远血缘婚配对子代有利	31
为什么不能近亲结婚	32
系列化的优生保健措施有哪些	33
优生与哪些因素有关	33
哪些人不应结婚	34
哪些人应延期结婚	35

二、父母血型与优生

血型是怎样产生的	35
母子血型与优生	36
Rh 血型不合的防治	36
什么是 A、B、O 血型不合	37
女性引起不孕症的原因	37
男性引起不孕症的原因	38

三、不孕症的治疗与护理

不孕症的防治	39
不孕症的护理	40

第二篇 妊娠期的养护

一、怀孕的知识

受孕的过程	42
女性排卵过程	42
怀孕后的早期反应	42
确定是否怀孕的方法	43
孩子应该哪天降生	44
妊娠怎样划分阶段	45
怀孕后孕妇应留意的主要事项	45

二、产前检查和产前诊断	46
什么是产前检查	46
哪些人需要做产前诊断	46
产前诊断有哪些方法	47
三、孕期日常生活调适	48
妊娠后生活上有哪些变化	48
怎样防止便秘	49
孕妇应避免哪些家务劳动	49
妊娠期运动应注意什么	49
孕妇怎样过夏天	50
怎样测试基础体温	50
孕妇怎样添美感	51
孕妇外出旅行注意什么	52
孕妇要科学选用乳罩	53
孕妇的脸色与皮肤	54
孕妇穿鞋应注意什么	54
孕妇可以染发或烫发吗	54
妊娠期应如何穿戴	55
妊娠与头发健康	55
四、危害胎儿生长发育的因素	56
养宠物对胎儿的影响	56
病毒感染对胎儿的影响	56
高热对胎儿的影响	56
感染风疹对胎儿的影响	57
饮酒对胎儿的影响	57
添加剂对胎儿的影响	58
饮浓茶对胎儿的影响	58
电热毯对胎儿的影响	58
孕妇打预防针要有选择	59

母婴护理一本通

接吻与流产	59
吸烟对胎儿危害大	59
衣原体感染对胎儿的影响	60
电脑对胎儿的影响	60
电视对胎儿的影响	61
化妆品对胎儿的影响	61
五、孕妇防病保健	62
怎样在妊娠中预防佝偻病	62
预防流产的药膳主要有哪些	63
为什么预防流产宜用叶酸	64
为什么孕期宜警惕糖尿病	65
习惯性流产宜怎样治疗	66
为什么不宜盲目保胎	66
孕妇如何防感冒	68
妊娠期患尿结石时宜采取什么保健措施	69
妊娠反应宜采取哪些保健治疗措施	70
孕妇怎样预防春季风疹	71
患甲亢妊娠宜采取哪措施	72
妊娠期心脏病宜采取哪些治疗和措施	73
妊娠期腰背痛宜采取哪些预防措施	74
妊娠晚期阴道出血的原因是什么	74
妊娠期缺铁性贫血宜采取哪保健治疗措施	75
为什么不宜自用流产物	75
孕妇尿路感染宜采取什么保健措施	76
精神因素对产后出血有影响吗	77
妊娠期发生手足抽搐时宜采取什么方法	77
为什么忌忽孕妇体痒	78
孕妇外阴静脉曲张宜采取哪些措施	79
妊娠水肿应采取哪此饮食疗法	79

六、孕期特殊情况的护理	81
孕妇做 X 线检查有害	81
孕妇患有病毒性肝炎怎么办	81
肾脏病人能否怀孕	82
妊娠的生物致畸因素	82
癫痫病人怀孕怎么办	84
甲亢患者怀孕怎么办	84
七、孕期营养与饮食护理	85
妊娠 1 个月的饮食与药膳	85
妊娠 2 个月的饮食与药膳	89
妊娠 3 个月的饮食与药膳	91
妊娠 4 个月的饮食与药膳	92
妊娠 5 个月的饮食与药膳	93
妊娠 6 个月的饮食与药膳	96
妊娠 7 个月的饮食与药膳	98
妊娠 8 个月的饮食与药膳	99
妊娠 9 个月的饮食与药膳	101
八、胎儿生长与母体情况	102
1 月胎儿与母体情况(孕 1~4 周)	102
2 月胎儿与母体情况(孕 5~8 周)	104
3 月胎儿与母体情况(孕 9~12 周)	105
4 月胎儿与母体情况(孕 13~16 周)	105
5 月胎儿与母体情况(孕 17~20 周)	107
6 月胎儿与母体情况(孕 21~24 周)	109
7 月胎儿与母体情况(孕 25~28 周)	110
8 月胎儿与母体情况(孕 29~32 周)	111
9 月胎儿与母体情况(孕 33~36 周)	111
10 月胎儿与母体情况(孕 37~40 周)	112

母婴护理一本通

目 录

九、孕期的保健与护理	112
妊娠期的房事	112
宫外孕有没有什么先兆	113
产前检查会引起流产吗	114
祖国医学谈妊娠保健	114
自然流产	115
孕妇能接受免疫接种吗	116
黄体酮和维生素 E 能否保胎	117
不要轻易做人工流产	117
孕妇冬春应防感冒	118
妊娠期感冒了怎么办	119
女工妊娠期的劳动保护	119
孕妇服中药要小心	120
做过剖宫产再次妊娠有危险吗	121
甲状腺功能亢进患者的孕期护理	121
孕早期什么情况下应立即去医院	122
孕期要防肾结石	122
预防早产	123
O 型血孕妇应注意什么	124
哮喘病患者妊娠期应注意什么	124
糖尿病与妊娠	125
孕妇患了阑尾炎怎么办	126
肺结核患者怀孕怎么办	126
妊娠合并心脏病	127
妊娠引起的肿瘤	128
孕期妇女勿肥胖	129
慢性肾炎患者的妊娠期护理	129
警惕高危妊娠	130
妊娠与肝脏	130
孕妇要预防妊娠高血压综合征	131
什么是宫外孕	132

胎盘早期剥离有哪些症状	133
要预防娩出巨大胎儿	133
发育异常的子宫	134
及时治疗胎儿宫内发育迟缓	135
什么是多胎妊娠	136
为什么胎儿死在宫中	136
孕妇要防贫血	137
哪些原因会造成胎盘早期剥离	138
为何测孕妇尿中的雌三醇	139
胎儿臀位怎么办	139
胎盘早期剥离有哪些类型	140
妊娠8个月的孩子能活吗	141
妊娠期肾盂肾炎的护理	142
什么是先兆子痫,什么是子痫	142
十、药物对胎儿的影响	143
抗生素类药物	143
解热镇痛类药物	143
抗肿瘤类药物	143
镇静类药物	144
激素类药物	144
中 药	144
其他药物的影响	144
十一、临产之前	145
要重新算一下预产期	145
什么是过期妊娠	145
剖宫产好不好	146
孕妇临产应去产前检查的医院	147
有合并症的孕妇要提前入院	147
临产先兆	147
临产不要紧张	148

母婴护理一本通

目 录

临产的“六字真言”	149
预产期后随时都可能临产	149
十二、产后护理	149
注意外阴清洁护理	149
产后精神恢复、心理调整	150
产后脱发是怎么回事	151
产后日常护理	152
产后能不能洗头洗澡	154
产后要及时解小便	154
产后保健操	155
产后性生活	156
十三、产后饮食与药膳	157
产后药膳	157
产后是否应吃红糖	157
产后该吃些什么	158
十四、妊娠疾病防治	159
缺铁性贫血的防治	159
腹痛病的防治	160
皮肤瘙痒的防治	163
妊娠呕吐时要防低钾血症	164
要重视孕妇的妊娠晚期反应	165
腰痛的防治	166
妊娠时的血小板减少	167
小便不通的防治	169
水肿的防治	170
胎、胎动不安的治疗	172
妊娠心烦的防治	174
黄疸的防治	175
异位妊娠的防治	177

要预防前置胎盘	178
牙病防治	179
牙龈出血的防治	180
急性阑尾炎的防治	180

第三篇 新生儿护理

一、新生儿的发育特点	183
生长发育指标	183
新生儿的触觉	183
新生儿的视觉	184
新生儿的听觉	184
新生儿一日尿量	184
新生儿的大便	185
新生儿的正常体温	185
新生儿的味觉和嗅觉	185
新生儿的睡眠	186
新生儿的动作能力	186
新生儿与大人的交往	186
二、喂养指导	187
初乳是很珍贵的	187
喂奶时应注意的事情	187
喂哺中母亲的正确姿势	187
纯母乳喂养的方法	188
母乳喂养的趋势	188
纯母乳喂养能满足婴儿需要吗	189
母乳喂养的好处	189
什么是母乳喂养	190
怎样才知道孩子是否吃饱	190
母乳不足的表现	191

母婴护理一本通

目 录

母乳不足时的哺喂方法	191
影响母乳分泌的因素	191
母亲上班不能哺乳怎么办	192
哺乳母亲禁用的药物	192
哪些母亲不宜哺乳	192
母亲的营养和乳汁成分的关系	193
哪些药物会妨碍母乳分泌	193
人工喂养	193
人工喂养要注意的问题	194
喂奶不一定要严格遵守时间	194
三、新生儿养护	194
新生儿要注射卡介苗	194
要注意新生儿房间的环境卫生	195
如何给新生儿洗澡	195
新生儿要注射乙肝疫苗	196
新生儿睡觉不要捆	196
要注意给孩子保暖	196
注意护理好新生儿脐部	197
四、新生儿的常见疾病护理	197
新生儿肝炎综合征	197
新生儿易患败血症	198
“马牙”不需要处理	199
新生儿发热的护理	199
要注意预防臀红	199
新生儿也会患乳腺炎	200
新生儿脐炎的护理	200
ABO 溶血是怎么回事	201
新生儿腹泻的护理	202
新生儿黄疸的护理	203
新生儿口炎的护理	204

新生儿湿肺症的护理	205
新生儿硬肿病的护理	206
新生儿坏死性小肠结肠炎的护理	207
新生儿肺炎的护理	208
新生儿脑缺氧缺血性损伤的护理	209

第四篇 婴儿护理

一、婴儿的发育特点	211
1 个月婴儿的发育特点	211
2 个月婴儿的发育特点	212
3 个月婴儿的发育特点	213
4 个月婴儿的发育特点	214
5 个月婴儿的发育特点	215
6 个月婴儿的发育特点	216
7 个月婴儿的发育特点	217
8 个月婴儿的发育特点	218
9 个月婴儿的发育特点	219
10 个月婴儿的发育特点	220
11 个月婴儿的发育特点	221
12 个月婴儿的发育特点	222
二、婴儿的喂养指导	223
1 个月婴儿的喂养指导	223
2 个月婴儿的喂养指导	225
3 个月婴儿的喂养指导	226
4 个月婴儿的喂养指导	228
5 个月婴儿的喂养指导	230
6 个月婴儿的喂养指导	232
7 个月婴儿的喂养指导	232
8 个月婴儿的喂养指导	233