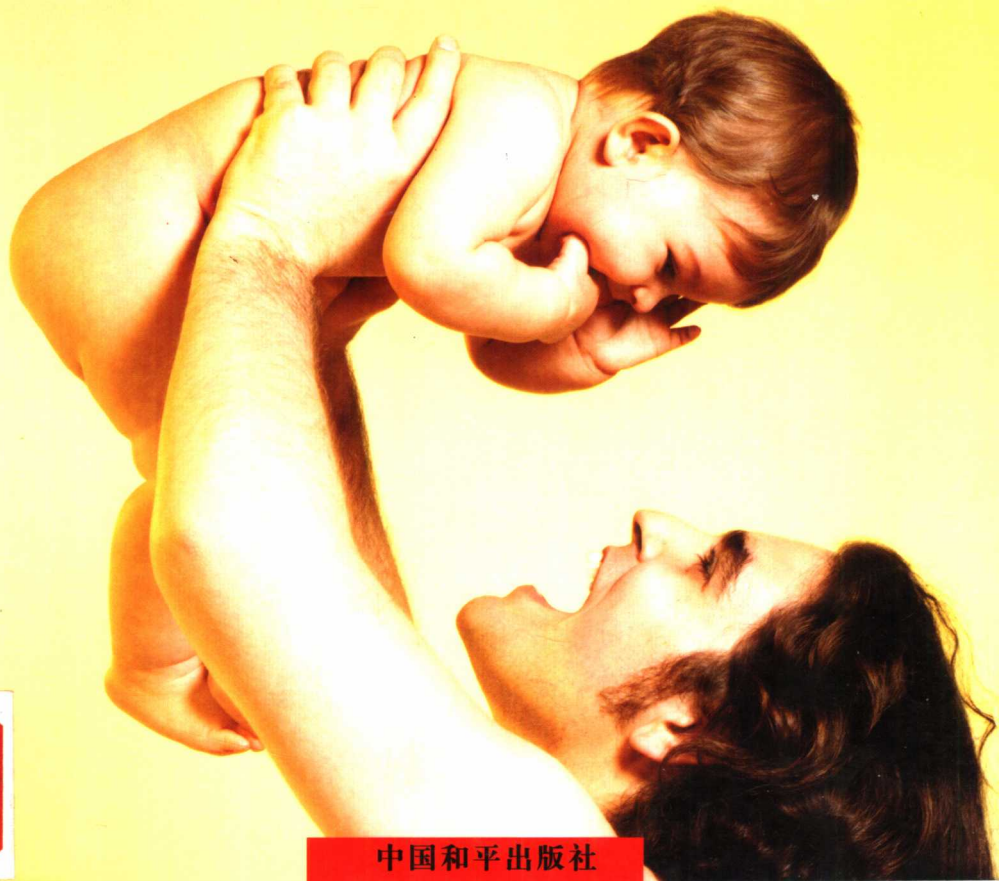


父母育儿忠告书系

父母决定
孩子一生的
the Children's Life
300个怀孕忠告
300 Pregnancy Advices



中国和平出版社

父母育儿忠告书系

父母决定孩子一生的

300 个
怀孕忠告

欧德赛 编译

中国和平出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

父母育儿忠告书系/欧德赛主编. —北京: 中国和平出版社,
2004. 1

ISBN 7-80154-851-5

I. 父 II. 欧… III. 家庭教育 IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 120791 号

父母育儿忠告书系

父母决定孩子一生的 300 个怀孕忠告

创意策划: 钻石工坊

编 著: 欧德赛

责任编辑: 木子 杨光

装帧设计: 朱 懋

出版发行: 中国和平出版社

经 销: 新华书店

开 本: 880 × 1230 毫米 1/32

印 张: 10

字 数: 160 千字

印 刷: 北京京丰印刷厂

版 次: 2004 年 1 月第 1 版 2004 年 1 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 7-80154-851-5/G · 774

全套定价: 180 元 (共 10 册)

第一章 不可不知的遗传常识..... 1

什么是遗传	/ 1
什么叫遗传和变异	/ 2
什么是染色体	/ 2
什么是基因	/ 3
儿女为什么像父母	/ 3
遗传性疾病是怎样遗传的	/ 4
生男孩还是生女孩是怎样决定的	/ 5
哪些人不宜生育	/ 6
哪些人不宜生男孩	/ 7
如何避免和减少遗传病和先天性疾病	/ 7
“致畸敏感期”孕妇应注意哪些保健	/ 9
为什么要了解优生优育	/ 10
哪些人需要在子女性别上有所选择	/ 11
遗传病能不能治疗	/ 12
如何区别先天性疾病和遗传性疾病	/ 13
神经管畸形是怎么回事	/ 13
如何防治苯丙酮尿症	/ 14
为什么色盲病不宜生男孩	/ 15
兔唇与腭裂是怎么回事	/ 15
染色体病是怎么回事	/ 16
为什么患有先天性疾病的人禁忌婚育	/ 17
遗传性疾病分哪几类	/ 18
先天性疾病与智力有何关系	/ 19
为什么禁忌近亲结婚	/ 20
哪些情况需要做产前遗传病诊断	/ 21



先天性疾病都是遗传病吗 / 22
遗传病能不能治疗和预防 / 23
为什么要进行遗传咨询 / 24
造成智力差异有哪些因素 / 25
父母能将哪些东西遗传给孩子 / 26
您的孩子可能是什么血型 / 27
手纹与遗传性疾病有什么关系 / 27
什么样的指纹表示是健康遗传的呢 / 29
什么样的指纹表明是遗传病的携带者呢 / 29
什么是“先天愚型” / 29
为什么有些聪明的夫妇会生出痴呆儿 / 30
家族黑蒙性白痴是什么病，如何避免 / 30
血型不合应该怎么办 / 31
Rh 型不合的婴儿能够获救吗 / 32
精神衰弱症是否会遗传 / 34
先天性聋哑或癌症体质会遗传吗 / 36
丈夫结核病的衰弱体质会遗传吗 / 37
色盲是如何遗传的 / 38
遗传及环境因素与兔唇有何关系 / 39
如何防治神经管畸形 / 39
苯丙酮尿症有什么危害 / 40
患苯丙酮尿症的孩子应注意什么 / 40
什么是白化病 / 41
白化病是遗传病吗 / 41
什么叫遗传性代谢病 / 42
什么是常染色体显性遗传病 / 43
什么是常染色体隐性遗传病 / 43

- 近视眼会不会遗传 / 43
怎样避免孕育低能儿 / 44
决定婴儿性别的因素是什么 / 46
生男生女能自己选择吗 / 46
为什么有的双胞胎孪生儿性别、相貌不同 / 47
为什么有的双胞胎孪生儿性别相同、相貌相似 / 48
为什么近亲结婚生出低智儿 / 48

第二章 不可不知的怀孕过程 50

- 为什么说怀孕是一个复杂过程 / 50
生男生女有什么奥秘 / 51
什么情况下才宜怀孕 / 53
父母的年龄与婴儿的健康有何关系 / 54
什么是最佳生育年龄 / 55
什么是最佳怀孕季节 / 56
在哪些情况下不宜受孕 / 57
怎样知道怀孕了 / 58
胎儿的生长发育情况是怎样的 / 58
怀孕后妇女子宫有哪些变化 / 65
怀孕后妇女乳房有哪些变化 / 67
孕妇何时感到胎动 / 67
何谓精子 / 68
何为卵子 / 68
受孕是怎么回事 / 69
妇女怀孕后有哪些生理变化 / 71
什么是破水 / 71

胎儿的性别是怎样决定的	/ 72
什么是试管婴儿	/ 73
什么是人工授精	/ 74
子宫内膜异位会影响怀孕吗	/ 75
剖腹产会否引起并发症	/ 75
为什么说早孕确诊的时间越早越好	/ 76
怎样推算预产期	/ 77
剖腹产的孩子真的聪明吗	/ 78
妊娠反应一般持续多久	/ 79
妊娠期母体内有哪些变化	/ 80
妊娠后子宫有什么变化	/ 82
妊娠后体重有什么变化	/ 82
妊娠早期孕妇的乳房有什么变化	/ 83
妊娠几个月时能看到孕妇腹部增大	/ 84
孕妇什么时候开始感到胎动	/ 84
胎盘由哪些物质构成	/ 85
胎盘有哪些功能	/ 86
羊水有何作用	/ 87
脐带有何作用	/ 88
妊娠 1 个月 (0~3 周) 胎儿的发育如何	/ 89
妊娠 1 个月母体的变化如何	/ 89
妊娠 1 个月母亲的体会如何	/ 89
妊娠 2 个月 (4~7 周) 胎儿的发育如何	/ 90
妊娠 2 个月母体的变化如何	/ 90
妊娠 2 个月母亲的体会如何	/ 90
妊娠 3 个月 (8~12 周) 胎儿的发育如何	/ 91
妊娠 3 个月母体的变化如何	/ 91

妊娠 3 个月母亲的体会如何	/ 91
妊娠 4 个月 (12~16 周) 胎儿的发育如何	/ 91
妊娠 4 个月母体的变化如何	/ 92
妊娠 4 个月母亲的体会如何	/ 92
妊娠 5 个月 (16~20 周) 胎儿的发育如何	/ 92
妊娠 5 个月母体的变化如何	/ 93
妊娠 5 个月母亲的体会如何	/ 93
妊娠 6 个月 (20~24 周) 胎儿的发育如何	/ 93
妊娠 6 个月母体的变化如何	/ 94
妊娠 6 个月母亲的体会如何	/ 94
妊娠 7 个月 (24~28 周) 胎儿的发育如何	/ 94
妊娠 7 个月母体的变化如何	/ 94
妊娠 7 个月母亲的体会如何	/ 95
妊娠 8 个月 (28~32 周) 胎儿的发育如何	/ 95
妊娠 8 个月母体的变化如何	/ 95
妊娠 8 个月母亲的体会如何	/ 95
妊娠 9 个月 (32~36 周) 胎儿的发育如何	/ 96
妊娠 9 个月母体的变化如何	/ 96
妊娠 9 个月母亲的体会如何	/ 96
妊娠 10 个月 (36~40 周) 胎儿的发育如何	/ 97
妊娠 10 个月母体的变化如何	/ 97
妊娠 10 个月母亲的体会如何	/ 97
什么是多胎妊娠	/ 98
过期妊娠有害吗	/ 98
妊娠呕吐是坏事吗	/ 99
采取剖腹生产要注意什么事项	/ 100
过了预产期迟迟不生怎么办	/ 101

第三章 不可不知的饮食忠告 103

为什么孕妇要多食含铁食物? 哪些食物含铁丰富 / 103

为什么孕妇需要增加钙? 哪些食物富含钙质 / 103

适于孕妇的营养食物有哪些 / 104

为什么孕妇忌食速食食品 / 104

为什么孕期忌忽视补碘 / 105

为什么孕期不宜贪吃 / 106

为什么忌孕妇偏食 / 107

怀孕吸烟对胎儿影响大吗 / 107

孕妇酗酒, 生儿必丑吗 / 108

孕妇应如何服用维生素 A / 108

为什么孕妇防吐不宜长期服用维生素 B₆ / 109

孕妇多吃莴苣有助胎儿脊髓发育吗 / 110

孕妇饮食不当易生畸胎吗 / 110

孕期针对性进食遗传缺陷可矫正吗 / 111

为什么孕妇不可忽视补铁、叶酸和钙 / 112

为什么孕妇勿食海带 / 113

为什么孕妇挑食殃及胎儿 / 114

孕妇吃兔肉孩子会得兔唇吗 / 114

孕妇吃瓜果应注意哪些 / 115

为什么妊娠早期不宜食罐头食品 / 116

为什么怀孕妇女应多吃香蕉 / 116

母亲吃素孩子痴呆吗 / 117

为什么孕妇应少吃高脂食物 / 118

为什么孕妇应忌饮可乐型饮料 / 118

孕妇可吃人参桂圆汤吗 / 118

- 药补孕妇应当注意什么 / 119
适量摄入锌可减轻分娩痛苦吗 / 120
孕妇能否服用人参 / 121
为什么孕妇应慎用维生素 / 122
孕妇过多摄入鱼肝油和钙对胎儿不利吗 / 122
为什么孕妇应少食速食食品及罐头食品 / 122
治疗缺乳时的注意事项有哪些 / 123

第四章 不可不知的医药忠告 125

- 孕妇吃药要注意些什么 / 125
孕妇患哪些病对胎儿有影响 / 128
为什么不要盲目保胎 / 129
怎样知道胎儿畸形 / 131
性病对胎儿有什么影响 / 134
怀孕期间为什么不能与小猫等动物接触 / 135
放射线对胎儿有什么影响 / 135
孕妇为什么会发生水肿？怎么治疗 / 137
孕妇为什么容易发生贫血？怎样防治 / 138
什么叫习惯性流产？能预防吗 / 141
胎位不正怎么办 / 143
怎样预防早产 / 147
什么是胎膜早破？怎么办 / 149
什么是人工流产 / 149
为什么会生双胎和多胎 / 150
为什么会有妊娠糖尿病 / 151
为什么高龄产妇容易生痴呆儿和畸形儿 / 152



哪些慢性病必须在怀孕之前接受治疗 / 153
怀孕后哪些职业妇女应暂时调离本职工作 / 154
胎儿各种畸变的诱发时间是怎样的 / 155
产褥期母体会发生哪些生理变化 / 156
为什么糖尿病患者忌“同病相恋” / 158
第一胎是痴呆儿，第二次妊娠时怎么办 / 158
肿瘤患者能婚育否 / 160
有慢性疾病的妇女能否生儿育女 / 161
心脏病患者在什么情况下许可妊娠和分娩 / 162
患高血压的妇女可怀孕吗 / 162
肾炎对妊娠有什么危害 / 163
子宫肌瘤对妊娠及分娩有什么影响 / 163
卵巢肿瘤对妊娠及分娩有何影响 / 164
患有梅毒的妇女能妊娠吗 / 165
患有淋病的妇女能妊娠吗 / 166
有外阴尖锐湿疣的妇女能妊娠吗 / 166
患了肝炎能怀孕吗 / 166
胎儿器官是如何形成的 / 167
羊水的多少与胎儿畸形有何关系 / 168
输卵管怀孕是怎么回事 / 169
腹腔怀孕是怎么回事 / 170
寄生胎是怎么回事 / 171
常见的怪胎有哪些 / 171
怪胎的产前诊断手段有哪些 / 173
葡萄胎是怎么回事 / 173
“阴阳人”是怎么回事 / 175
小胎儿是怎么回事 / 175

巨大胎儿是怎么回事 / 177
何谓正常胎动 / 178
何谓异常胎动 / 179
双胎容易发生哪些问题 / 180
什么叫妊娠中毒症 / 180
为什么忌重复堕胎 / 181
“是药三分毒”吗 / 182
为什么孕妇不宜多照 X 光 / 183
为什么孕妇应慎用解热镇痛药 / 183
为什么孕妇不宜服用镇静安眠药 / 184
妊娠期的用药特点是什么 / 185
为什么妊娠期间慎用止吐药 / 186
孕妇怎样选择抗感染药物 / 186
为什么孕妇不宜使用风油精、清凉油 / 187
为什么孕妇慎用驱虫药和泻药 / 187
产前用药有哪些禁忌 / 188
易导致胎儿畸形的药物有哪些 / 188
妊娠疼痛知多少 / 190
为什么孕妇慎服维生素 B₆ / 191
孕期鼻出血怎么办 / 191
何为妊娠肝内胆汁郁积症 / 192
妊娠期间感冒用药怎么处理 / 192
孕妇临产有哪些禁忌 / 193
为什么孕妇慎用止咳药 / 194
足月孕妇如何防仰卧位综合征 / 194
孕妇能接种疫苗吗 / 195
心脏病患者孕期怎样保健 / 196



为什么孕妇勿擦清凉油 / 197
孕妇要忌服什么药物 / 197
腰酸背痛怎样护理 / 198
水肿和抽筋如何改善 / 198
罹患贫血要注意什么 / 199
有必要每周去看医生吗 / 200
何谓产后子宫收缩痛 / 201
什么叫妊娠中毒症, 原因有哪些, 症状如何 / 202
怎样防治妊娠中毒症 / 203
什么叫前置胎盘, 原因有哪些 / 204
如何防治前置胎盘 / 204
怎样预防流产 / 205
滞产分哪四期 / 205
引起滞产的常见原因有哪些 / 206
子宫破裂与哪些因素有关 / 207
分娩时怎样预防子宫破裂 / 207
引起产后出血的原因有哪些 / 208
怎样预防产后出血 / 208
造成母乳不足或缺乏的原因有哪些 / 209
母乳不足或无母乳怎么办 / 209
肝炎患者怀了孕怎么办 / 210
放了宫内节育器又妊娠怎么办 / 211
家族里有过畸形的孩子怀孕了怎么办 / 212
怀孕期感冒发烧怎么办 / 212
孕妇患了糖尿病怎么办 / 213
如何防治孕妇贫血 / 214
孕妇得了病毒性肝炎该如何辨证对待 / 216

- 
- 如何区别对待不同妊娠阶段的病毒性乙肝 / 217
- 孕妇患了结核病怎么办 / 218
- 为什么患了葡萄胎必须彻底治疗 / 219
- 如何预防孕妇与胎儿血型不合 / 220
- 如何防治妊娠后全身皮肤经常发痒 / 222
- 孕期白带增多怎么办好 / 223
- 如何防治妊娠蝴蝶斑 / 224
- 孕妇常发生小腿抽筋怎么办 / 225
- 孕期发生便秘是什么原因 / 226
- 孕期经常发生便秘怎么办 / 226
- 如何防治孕期鼻出血 / 227
- 如何防治孕妇牙龈出血 / 228
- 如何预防胎儿宫内发育迟缓 / 229
- 妊娠晚期阴道出血怎么办 / 230
- 怎样预防妊娠中毒症 / 232
- 如何防治胎位不正 / 234
- 如何防治早期破水 / 235

第五章 不可不知的孕期保健 237

- 为什么要定期做产前检查 / 237
- 孕妇的衣着应注意些什么 / 239
- 孕妇应穿什么样的鞋 / 239
- 孕期怎样安排性生活 / 241
- 孕期性生活应注意些什么 / 242
- 孕妇应避免哪些工作及环境 / 242
- 怎样知道要临产了 / 243



如何确定住院分娩的时间 / 243

孕妇在住院前需要做哪些准备 / 244

孕妇乳房卫生包括哪些内容 / 245

孕妇三伏天有哪些生活禁忌 / 246

为什么孕妇严禁吸烟 / 246

为什么孕妇严禁饮酒 / 247

妊娠期应避免哪些家务劳动 / 248

为什么孕妇睡眠姿势应避免仰卧位 / 249

孕妇洗澡有哪些禁忌 / 251

为什么不可轻易中止妊娠 / 252

为什么忌胎儿绒毛膜绒毛取样检验 / 253

为什么孕期忌忽视出血 / 254

孕妇日常生活有哪些不宜 / 255

孕妇卧床易滞产吗 / 258

孕妇外出旅行有哪些禁忌 / 258

孕妇冬季保健有哪些注意事项 / 259

孕妇的衣着有哪些禁忌 / 260

孕妇使用中性洗洁剂有哪些禁忌 / 262

在高层住宅的孕妇有哪些生活禁忌 / 263

为什么孕妇忌忽视保温 / 264

为什么妊娠中忌过度疲劳 / 265

妊娠中有哪些性生活禁忌 / 267

胎教有哪些禁忌 / 269

为什么早孕妇女忌鲜艳的颜色 / 269

为什么忌忽视胎儿的感知觉 / 270

为什么忌给胎儿听节奏强的音乐 / 271

为什么忌忽视孕妇的情绪变化对胎儿的影响 / 272

为什么忌忽视夫妻心理状态对胎儿的影响 / 274
为什么忌忽视夫妻感情对胎教的影响 / 275
为什么孕妇忌忽视提高自身修养 / 276
为什么孕妇忌消极情绪 / 277
孕妇阅读书刊有哪些禁忌 / 278
为什么孕妇不宜欣赏霹雳舞音乐和摇滚乐 / 279
为什么忌忽视烟对胎儿脑部发育的影响 / 280
为什么忌忽视噪音对母体及胎儿的影响 / 281
为什么孕妇不宜常看电视 / 283
为什么实施胎教时切忌心太切 / 283
为什么实施胎教切忌怀疑心理 / 284
子在腹中，随母所闻吗 / 285
孕妇洗澡，水温多高为好 / 286
孕产妇如何进行口腔保健 / 286
为什么孕妇忌触猫粪 / 287
孕妇在炎夏时应注意什么 / 287
为什么说母亲怀孕态度影响孩子健康 / 288
为什么说恬静是最佳的胎教 / 289
为什么孕妇须防轻微触电 / 289
孕妇能接触电脑吗 / 290
高龄产妇要注意什么事项 / 290
怀孕多少月要避免出游 / 291
孕妇看电视对胎儿有影响吗 / 292
烟雾对胎儿有何影响 / 293
酒对胎儿有何影响 / 293
妊娠期穿什么样的鞋最好 / 294



孕产期妇女吃红糖和鸡蛋有什么好处 / 295

为什么妊娠期不宜仰卧 / 295

为什么妊娠期不应睡软床 / 296

孕妇应保持什么样的情绪 / 297

孕妇如何安度三伏天 / 297

孕妇如何安全过冬 / 299

驾驶汽车会导致流产吗 / 299

孕妇为什么不宜养猫、狗 / 301

孕妇能不能使用电热毯或其他家用电热器 / 302