

คู่มือการตั้งครรภ์ สำหรับคุณแม่มือใหม่

เรียนรู้

พัฒนาการของลูกน้อยและ
การเปลี่ยนแปลง
ของคุณแม่
ระหว่างการตั้งครรภ์
สัปดาห์ต่อสัปดาห์

PREGNANCY
Week by Week



10036762

ห้องสมุด วพบ.สุรินทร์

โดย Dr.Jane MacDougall

สูติรีแพทย์ ที่ปรึกษาและผู้ชำนาญการทางคลินิกสำหรับ
บริการสตรีของโรงพยาบาลแอดเดนบรูคส์ เคมบริดจ์ ประเทศอังกฤษ

หนังสือคุณภาพ ราคาพิเศษ
เพียง
130.-

สารบัญ

ไตรมาสที่ 1		ไตรมาสที่ 2		ไตรมาสที่ 3	
วางแผนตั้งครรภ์	6	รักษาร่างกายให้แข็งแรง	30	การเตรียมคลอดที่บ้าน	60
Week 1	7	Week 13	31	Week 28	61
การปฏิสนธิ	8	ท่าที่สำคัณ	32	การคลอดก่อนกำหนด	62
Week 2	9	Week 14	33	Week 29	63
รับประทานให้ดีต่อสุขภาพ	10	เทคนิคการผ่อนคลาย	34	การเตรียมตัวสำหรับ	
Week 3	11	Week 15	35	กระบวนการคลอด	64
การวางแผนรายการอาหาร	12	การทดสอบกััดกรองเพิ่มเติม	36	Week 30	65
Week 4	13	Week 16	37	อยู่ในการคลอด	66
สิ่งที่อาจเป็นอันตราย	14	เลือดฟ้าสำหรับแม่	38	Week 31	67
Week 5	15	Week 17	39	การสร้างความผูกพัน	68
เมื่อพบว่าตั้งครรภ์	16	พวหน้ง พม เล็บ แล่พับ	40	Week 32	69
Week 6	17	Week 18	41	การจัดของโน้โรงพยาบาล	70
อาการไม่สบายในการตั้งครรภ์ช่วงแรก	18	การสื่อสารกับลูก	42	Week 33	71
Week 7	19	Week 19	43	ทำโน้กระบวนการคลอด	72
การรับาลสตรีตั้งครรภ์	20	ผู้หญิงทำงาน	44	Week 34	73
Week 8	21	Week 20	45	การบรรเทาความเจ็บปวดโน้	
การทดสอบที่ท้าเป็นประจำ	22	อาการที่พบน้อย	46	กระบวนการคลอด	74
Week 9	23	Week 21	47	Week 35	75
วิธีการคลอด	24	อาการที่พบน้อยเพิ่มเติม	48	การแทรกแซง	76
Week 10	25	Week 22	49	Week 36	77
การทดสอบกััดกรองโน้ช่วงแรก	26	การคงความซััดใกล้	50	รู้จักกระบวนการคลอด	78
Week 11	27	Week 23	51	Week 37	79
การพบน้้าหนัก	28	การเลือกอุปกรณ์สำหรับมารณ	52	การคลอดพิเศษ	80
Week 12	29	Week 24	53	Week 38	81
		การเลือกเสื้อผ้าสำหรับเด็ก	54	การผ่าตัดคลอด	82
		Week 25	55	Week 39	83
		การเตรียมห้องลูก	56	การให้กำเนิด	84
		Week 26	57	Week 40	85
		ทว่ฉุกเฉินทางการแพทย์	58	เกินกำหนดคลอด	86
		Week 27	59	Week 41	87
				การตรวจการทหสังคลอด	88
				Week 42	89
				การตั้งชื่อลูก	90
				การเขียนแผนการคลอด	91
				ร่างกายหลังการตั้งครรภ์	93
				ดึเรนี้	95