

สารบัญ

คุณแม่ตั้งครรภ์กินอย่างไรดี	8
อาหารของคนท้อง	20
น้ำมันปลากับคนท้อง	26
แคลเซียมเสริมในคนท้อง	34
ธาตุเหล็กกับคนท้อง	42
กาแฟ-กาเฟอีนกับคนท้อง	54
ไอโอดีนกับคนท้อง	62
โฟเลตกับคนท้อง	68
หลักการใช้ยาในคุณ ๆ ที่ตั้งท้อง	76
ปาก ฟันและเหงือกของคุณ	86
ตั้งครรภ์แล้ว “ผมร่วง”	92
ตั้งท้องแล้วหูอื้อ	100
ปวดบั้นเอวกับการตั้งครรภ์	108
ครรภ์เป็นพิษคืออะไร	116

ไขมันในเลือดสูง อันตรายของคนท้อง	126
เบาหวานกับการมีครรภ์	132
ฮีต็อกฮีไตตอนท้อง	140
ใส่ติ่งอีกเสบตอนตั้งครรภ์	146
โรคไวรัสลงดับขณะตั้งครรภ์	152
ท้องนอกมดลูก	158
ท้องกับตกขาว	166
ท้องอืดในคนท้อง	174
ครรภ์ໄໄປลาออกคืออะไร	182
รกเกาะต่ำ อันตรายหรือไม่	190
หัวใจของคุณกับการตั้งครรภ์	198
มาลาเรียกับการตั้งครรภ์	206
เป็นมะเร็งเต้านม ตั้งท้องได้หรือไม่	214
เลือดออกระหว่างท้อง	220
เรื่องเล็ก ๆ ที่ต้องระวัง	226