

<<孕产实用百科>>

图书基本信息

书名：<<孕产实用百科>>

13位ISBN编号：9787121112843

10位ISBN编号：7121112841

出版时间：2010-8

出版时间：电子工业出版社

作者：汉竹

页数：285

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：<http://www.tushu007.com>

## <<孕产实用百科>>

### 内容概要

每一个将要做妈妈的、已经做妈妈的 & 还没有做妈妈的女人，都不可不读的一本实用的手边书！

本书采用按月划分的体例形式，每个月又按孕周细分为四节。

让孕妈妈们在时间索引上能一目了然地找到自己所处的孕龄和所需查找的内容。

内容精炼、扎实、实用，可操作性强，针对不同孕期准妈妈的身心变化、营养需求及生活必备常识来编写内容，真正做到站在孕妈妈的角度想其所想。

## 作者简介

史宏晖

中华医学会妇产科分会委员

北京协和医院妇产科主任医师

北京协和医院特需专家门诊专家

医学博士、教授，具有近20年丰富的临床经验和娴熟的手术技能。

发表学术论著10余篇，参与译著、编著图书多部，并一直热心公众健康教育，业余时间笔耕不辍，撰写并发表各类科普

## 书籍目录

孕前准备预约一个优质宝宝1个月种下一颗希望的种子 第1周：计时开始了 第2周：挑个好日子  
第3周：天时地利人和 第4周：有不同寻常的感觉吗2个月轻松面对怀孕征兆 第5周：确认怀孕了吗  
第6周：小宝宝“安家”了 第7周：着手制订孕产计划 第8周：随心所“欲”保健康3个月呵护自己，预防流产 第9周：孕妈妈也宛若新生 第10周：减少应酬，远离有害环境 第11周：重新制定安全标准 第12周：度过危险期4个月吃好睡好多活动 第13周：吃什么，决定TA的健康 第14周：美丽孕妈妈 第15周：有所为有所不为 第16周：防微杜渐5个月全面胎教开始啦 第17周：肚子越来越明显了 第18周：全面胎教 第19周：小毛病不断 第20周：宝宝开始动了6个月亲情互动，让爱更浓 第21周：吃饭，不吃药 第22周：爱惜自己 第23周：不要忽视宝宝的兴趣 第24周：一觉睡到自然醒7个月跟孕期不适过过招 第25周：不做糖妈妈 第26周：心想事成 第27周：哎哟，肚子疼 第28周：将美丽坚持到底8个月全面备战，预防早产 第29周：胃口不好了 第30周：不是越胖越好 第31周：准备宝宝的专属物品 第32周：宝宝，你别着急9个月临产知识大盘点 第33周：口味又变了 第34周：轻松应对孕后期 第35周：有些担心不必要 第36周：知己知彼10个月宝贝，我们就要见面了 第37周：最后的冲刺 第38周：有备无患 第39周：准备就绪 第40周：母子齐心，顺利分娩 安定身心“坐月子” 产后1~2天的营养补充 分娩后的基本护理 分娩后的适当运动附录

章节摘录

插图：

<<孕产实用百科>>

编辑推荐

《孕产实用百科(全彩)》由电子工业出版社出版。

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:<http://www.tushu007.com>