

<<孕妈妈40周关键营养>>

图书基本信息

书名：<<孕妈妈40周关键营养>>

13位ISBN编号：9787200070415

10位ISBN编号：7200070416

出版时间：2008-1

出版时间：北京出版社

作者：吴光驰 编

页数：97

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>

## <<孕妈妈40周关键营养>>

### 内容概要

在未来的40周里，你和腹中的小生命将一起经历神奇的孕育过程。

一系列生理和心理变化会让你在幸福的同时茫然不知所措。

要怎样才能适应身体的变化和胎宝宝的需要？

有哪些饮食问题应该注意？

需不需要在某一阶段重点补充某一类营养素？

如何在上百种食物中选择最适合自己的和胎宝宝的呢？

这些可能都是你心里的疑问，而你手中的这本书将会为你揭开谜底，它将伴你度过整个孕期，为你带来孕产专家的营养指导和细心呵护，相信你一定会轻松无忧地孕育出一个健康宝宝。

## <<孕妈妈40周关键营养>>

### 作者简介

吴光驰，首都儿科研究所儿童营养研究室研究员，中国优生科学协会理事，中国优生科学协会小儿营养专业委员会副主任委员，《中华儿科杂志》编辑委员会通讯编委。

1958年毕业于北京医科大学，一直从事儿科临床、儿童保健、儿童营养研究工作，具有丰富的儿科临床及儿童保健实践经

<<孕妈妈40周关键营养>>

书籍目录

准备, 怀上最棒的一胎 饮食也是一种胎教 胎宝宝需要的营养素 做好孕前其他准备孕早期 (1-3个月) 妊娠第1月: 计时开始 妊娠第1周 妊娠第2周 妊娠第3周 妊娠第4周 妊娠第2月: 用美味战胜早孕反应 妊娠第5周 妊娠第6周 妊娠第7周 妊娠第8周 妊娠第3月: 营养丰富, 妈妈宝宝都受益 妊娠第9周 妊娠第10周 妊娠第11周 妊娠第12周 妊娠第4月: 胃口大开 妊娠第13周 妊娠第14周 妊娠第15周 妊娠第16周 妊娠第5月: 保证能量供给 妊娠第17周 妊娠第18周 妊娠第19周 妊娠第20周 妊娠第6月: 为宝宝储备营养 妊娠第21周 妊娠第22周 妊娠第23周 妊娠第24周 妊娠第7月: 补养冲刺, 加油吃 妊娠第25周 妊娠第26周 妊娠第27周 妊娠第28周 .....孕晚期 (8-10个月) 附录

<<孕妈妈40周关键营养>>

编辑推荐

《孕妈妈40周关键营养》由北京出版社出版。

<<孕妈妈40周关键营养>>

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>