

<<孕妇吃啥分娩最顺利>>

图书基本信息

书名：<<孕妇吃啥分娩最顺利>>

13位ISBN编号：9787500440475

10位ISBN编号：7500440472

出版时间：2003-8

出版时间：中国社会科学出版社

作者：高溥超

页数：154

字数：30000

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>

<<孕妇吃啥分娩最顺利>>

内容概要

本书从8个方面分37个专题，从生理学、营养学、生殖科学的角度，系统介绍了孕妇产前的饮食和营养问题，推介了部分简单易学的食谱，对希望顺产的孕妇是一部实用性极强的指导书和工具书。

<<孕妇吃啥分娩最顺利>>

作者简介

高溥超，中国科协自然科学学会会员，毕业于北京中医学院医疗系，从医二十余年，科普作家。
已出版著作：《天然化妆品配方700例》（1996年）、《美容化妆小窍门》（1999年）、《健康的误区》（1999年）、《糖尿病食谱》（2000年）、《月经病饮食疗法》（2001年）、《常见病

<<孕妇吃啥分娩最顺利>>

书籍目录

一、概述 正常分娩 孕妇产前的合理饮食与营养二、孕妇产前吃啥可缩短产程 吃含锌丰富的苹果为何能缩短产程 食牡蛎能补锌吗？
牛肉属于含锌丰富的食物吗？
产前喝蜂蜜水的妙用三、妇产前吃啥能补充体力 产前吃巧克力能补充体力 火鸡肉为何是补充体力的理想食物 黄鱼炖豆腐有讲究 产前食用银鱼可补充体力 产前为何要饮全脂牛奶 为何产前食鸡蛋有补充体力的作用四、孕妇产前吃啥能补血 食猪肝为什么有补血作用 喝鸭血汤好不好 吃瘦肉是否对补血有益 吃蔬菜补铁的研究五、产前吃啥能补充维生素六、孕妇产前吃啥能补充蛋白质七、孕妇产前吃啥能补充碳水化合物八、产前吃啥能补充矿物质营养素

<<孕妇吃啥分娩最顺利>>

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>