第一图书网, tushu007.com

<<怀孕顺产细节周周读>>

图书基本信息

书名：<<怀孕顺产细节周周读>>

13位ISBN编号：9787510110924

10位ISBN编号：7510110920

出版时间：2012-3

出版时间：中国人口出版社

作者：梁毓

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

第一图书网, tushu007.com

内容概要

幸福妈咪孕产细节温馨全收录，点滴细节都影响着准妈妈自身和宝宝的健康，图解实用40周怀孕安产指导方案，给孕妈妈的全程孕育指导和健康照顾，用科学与关怀保障孕产期的母子健康。

让宝宝平安孕育的1000条清规戒律，一次搞定准妈妈应该知道的怀孕&生产大小事，细节解读，一次满足准妈妈的求知欲。

书籍目录

孕1月 爱情的种子悄悄落户啦
第1周 最后一次月经期，一定要小心谨慎
本周 细读Key Chapter——容易被孕妈妈忽视的污染
美孕营养细细读——为即将到来的宝宝打造优良的身体条件
产科医生温馨说——药物与X射线对胎宝宝是否有影响
优孕美孕好习惯——尽早拟定好怀孕生产计划
第2周 把握受孕好时机
本周 细读Key Chapter——千万别错过了受孕的好时机
产科医生温馨说——排卵期推算，你知道多少
优孕美孕好习惯——这些征兆透露你的“好孕”来啦
准爸爸知识Show——预产期推算方法详解
第3周 最容易被忽视的怀孕阶段
孕产学校每周 一课·第3周
本周 细读Key Chapter——正确验孕有门道
准爸爸知识Show——未雨绸缪，列好孕育账单
孕妈心理门诊——我喝了点儿啤酒，对宝宝会有影响吗
优孕美孕好习惯——产检、分娩医院，你有主意了吗
孕爸哕唆记——嘿嘿！
吾家有儿初长成
第4周 第一次上妇产科，应该怎么办
孕产学校每周 一课·第4周
本周 细读Key Chapter——到妇产科进行初诊的细节详解
产科医生温馨说——找个好医生，让你拥有完美孕期
孕妈心理门诊——怀孕后我会不会变丑
美孕营养细细读——巧妙饮食让自己和宝宝更美更健康
优孕顺产安全运动——带着“宝宝”去公园散步
孕爸哕唆记——宝宝到来，装修让路
孕2月 在不安中品尝幸福的滋味
第5周 上班族孕妈妈的孕期生活细节安排
孕产学校每周 一课·第5周
本周细读KeyChapter——上班族孕妈妈怎样应对“难熬”的孕期
产科医生温馨说——孕妈妈要暂时远离这些特殊岗位
孕妈心理门诊——怀孕了，我该怎么向女主管说
优孕美孕好习惯——正确饮水，让宝宝更安全
孕爸哕唆记——妇产科就诊记
美孕营养细细读——孕期食物宜忌大公开
准爸爸知识Show——我是爱妻体重“好管家”
第6周 拟定一张孕期细节检查表
孕产学校每周 一课·第6周
本周 细读KeyChapter——孕期生活细节检查表
产科医生温馨说——异常怀孕的种类和应对法
孕妈心理门诊——温柔淑女变身“泼妇”
美孕营养细细读——注意饮食小细节，妈妈宝宝都健康
孕爸哕唆记——老婆突然想泡温泉，愁死我了
优孕顺产安全运动——享受水中有氧运动

第一图书网, tushu007.com

第7周 注意生活小细节，安全度过整个孕期
孕产学校每周 一课 · 第7周
本周 细读KeyChapter——这些小细节让你孕期安全又美满
优孕顺产安全运动——正确做家务，让你拥有好体质
孕妈心理门诊——接触了宠物，会引起胎宝宝畸形吗
产科医生温馨说——不可不知的先兆流产和自然流产
孕爸哕唆记——宝宝，你爸爸的日子越来越“ 难熬 ”了
美孕营养细细读——注意补充镁，让你的孕期更美好
优孕美孕好习惯——孕妈妈防蚊有讲究
准爸爸知识Show——爱妻孕早期阴道出血，一定要高度警惕
第8周 吃对食物转换情绪
孕产学校每周 一课 · 第8周
本周 细读KeyChapter——减轻孕吐的“ 秘诀 ”
优孕美孕好习惯——轻松应对孕期口中怪味
孕妈心理门诊——35岁才怀孕，宝宝会健康吗
……
孕3月 勇敢地挺过关键期
孕4月 越来越服“ 孕味啦
孕5月 一家三口的温馨之旅
孕6月 宝宝开始调皮捣蛋啦
孕7月 宝宝，我们都要健康康康的
孕8月 做好准备，迎接家庭新成员
孕9月 及早掌握分娩知识
孕10月 宝宝，你终于要出“ 宫 ”了

第一图书网, tushu007.com

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