

<<完美孕育进行时>>

图书基本信息

书名：<<完美孕育进行时>>

13位ISBN编号：9787512704664

10位ISBN编号：7512704666

出版时间：2012-8

出版时间：中国妇女出版社

作者：郭科军

页数：278

字数：260000

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>

## <<完美孕育进行时>>

### 内容概要

郭科军主编的《完美孕育进行时》内容简介：孕育健康、聪明的宝宝是所有准父母的心愿，如何让孕育新生命的过程更完美是每位准妈妈最关心的事情。

《完美孕育进行时》从惊喜的第一个月到宝宝平安来到这个世界，按月对胎儿的生长发育、准妈妈的变化进行描述，并给出了营养、健康、胎教等方面的指导，陪伴您平安度过怀孕、分娩的每一天。

## <<完美孕育进行时>>

### 作者简介

郭科军 中国医科大学附属第一医院妇产科主任，主任医师。

1

1982年毕业于中国医科大学医疗系日文医学班，毕业留校，从事妇产科临床工作30余年，具有坚实的理论基础和丰富的临床工作经验。

发表国家级论文40余篇。

从2005年至今，担任中华医学会辽宁省妇产科分会副主任委员、《中国实用妇科与产科》杂志常务编委。

## <<完美孕育进行时>>

### 书籍目录

#### 第一个月：宝宝悄悄到来

##### 胎儿的生长发育

第1周：精子、卵子蓄势待发

第2周：做好准备，开始行动

第3周：精卵相遇、结合

第4周：进入器官发育关键期

##### 你的变化和感觉

体内激素发生变化

子宫壁变软、增厚

身体已经发出信号

惊喜，怀疑，忐忑

情绪出现较大波动

##### 你最关心的事情

怎样确认是否怀孕

如何计算预产期

意外妊娠怎么办

受孕前后服药了怎么办

一人吃，两人补

继续补充叶酸

全面摄取蛋白质

不必对脂类食物忌口

不要忽视碳水化合物

保证维生素的摄取

注意多喝水

##### 健康安全提案

远离电离辐射

远离危险的化学物质

呼吸干净的空气

躲避药物风险

洗澡注意安全

##### 快乐胎教计划

常用的胎教方法

胎教的3个阶段

每日胎教时间表

本月胎教重点

#### 第二个月：感觉到怀孕了

#### 第三个月：恼人的早孕反应

#### 第四个月：开始进入安定期

#### 第五个月：第一次感觉胎动

#### 第六个月：已经是一个标准的准妈妈了

#### 第七个月：胎动更加频繁有力

#### 第八个月：开始进入孕晚期

#### 第九个月：准备迎接新生命

#### 第十个月：结束所有的辛苦

#### 产后新生活

<<完美孕育进行时>>

## <<完美孕育进行时>>

### 编辑推荐

郭科军主编的《完美孕育进行时》作者的专业背景和临床经验确保了这套书内容的科学性和实用性。而且此书文字叙述轻松、流畅，富有感情，不同于枯燥的知识介绍。本书会成为您孕育天才宝宝的贴心指南和家庭生活保健的最佳顾问。

<<完美孕育进行时>>

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>