

<<初为人母>>

图书基本信息

书名：<<初为人母>>

13位ISBN编号：9787531717454

10位ISBN编号：753171745X

出版时间：2005-1

出版时间：北方文艺出版社

作者：李杰

页数：390

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>

<<初为人母>>

内容概要

《初为人母（孕产妇知识必备）》分五章介绍孕产妇知识，分别是：孕前准备篇、快乐怀孕篇、轻松分娩篇、产后调养和保健、怀孕保胎方集锦。

<<初为人母>>

书籍目录

第一章 孕前准备篇 一、知识准备 1. 什么时间是最佳的受孕年龄和季节？

2. 怎样选择受孕的最佳时机？
3. 怎样计算排卵日？
4. 影响受孕成功的因有哪些？
5. 受孕前如何调节自己的生物钟？
6. 宝宝的性别可以选择吗？
7. 怎样科学预测宝宝的性别？
8. 孩子的智力与遗传有关吗？
9. 什么情况下不宜怀孕？
10. 什么情况请暂缓受孕？
11. 父母可以遗传给孩子哪些东西？
12. 父母与子女的血型有何关系？

二、心理准备 1. 你有完德的怀孕计划吗？

2. 丈夫在妻子怀孕期间应当注意什么？
3. 怎样保持孕前的乐观情绪？
4. 孕前性生活应注意哪些事项？
5. 怎样消除对怀孕和分娩的恐惧心理？

三、生理准备 1. 孕前重理功能的调适包括哪几个方面？

2. 怎样进行适宜的孕前锻炼？
3. 孕前应当怎样对自身的营养进行调整？
4. 孕前是否应该停止一切正在服用的药物？
5. 孕前应当对衣食住行进行怎样的调整？

四、物质准备 1. 怀孕期间适合穿什么样的内衣？

2. 怎样选择怀孕期间的外衣？
3. 怎样选择适合怀孕期间穿的鞋？
4. 怎样合理安排孕期的经济计划？

第二章 愉快怀孕篇 一、怀孕早知识 1. 怀孕最明显的征兆是什么？

2. 怎样调节我们所说的妊娠反应？
3. 怀孕时对食物的偏爱会有哪些改变？
4. 怀孕后为什么会有尿频现象？
5. 出现持续高温也是怀孕的征兆之一吗？

.....第三章 轻松分娩篇第四章 产后调养和保健第五章 怀孕保胎方集锦

<<初为人母>>

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>