第一图书网, tushu007.com

<<妊娠与分娩全程指导>>

图书基本信息

书名：<<妊娠与分娩全程指导>>

13位ISBN编号：9787533145798

10位ISBN编号：7533145798

出版时间：2007-1

出版时间：山东科学技术出版社

作者：蒂娜·奥特

页数：151

字数：190000

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

<<妊娠与分娩全程指导>>

内容概要

对于女性而言，妊娠是一段充满喜悦的奇妙人生历程。
在这段历程的终点，你将迎来生命中最不同寻常的事件：宝宝的出生。
另一方面，妊娠也是一个令女性身体发生巨大变化的时期：你正从生理上和心理上向一个母亲转变，这种变化可能会给你带来一些不适、疼痛和焦虑。
　就让这本书来指导你健康地度过自己的妊娠期吧，它会告诉你将在何时发生何事，你的感觉会是怎样，以及为什么会发生这些变化。
通过这本书，你将了解到在妊娠的每一个阶段，你会面临怎样的改变，你应该吃些什么，可以进行哪些锻炼活动，应该如何为即将来临的母亲身份做好准备，有哪些可供你选择的分娩方式，以及在你从妊娠到分娩的整个过程中你的伴侣怎样才能扮演好一个支持者的角色。
当知道了前面将要发生的事情，你就能够享受那些标志着你向母亲转变的每一个变化。

书籍目录

第一部分 妊娠 妊娠确认与孕期体检 妊娠期的三个阶段 妊娠期的疼痛与不适 孕育健康的宝宝 妊娠期健身运动第二部分 分娩 分娩前的准备 分娩过程 分娩后的24小时

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