第一图书网, tushu007.com

<<怀孕圣经>>

图书基本信息

书名：<<怀孕圣经>>

13位ISBN编号：9787542736284

10位ISBN编号：7542736280

出版时间：2007-6

出版时间：上海科学普及出版社

作者：代凯军

页数：561

字数：661000

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

内容概要

优质的孕育、优质的未来，智慧的父母、聪明的宝宝给您的宝贝不一样的起点，让宝宝赢在起跑线上！
本书科学、权威、详尽、系统。
专为您和您的宝宝贴心打造。
拥有本书，助您怀孕一本通。
　天下没有不优秀的宝宝，只有还未全身心投入的父母。
通过本书，让初为人父母的您不但合格且成功!

书籍目录

第一章 怀孕的过程　精卵相遇　孕卵植入的过程　父母的遗传　怀孕的征兆　孕育期的估算来历　宝宝一周一周的变化第二章 妊娠期母体变化　身体内部的变化　常见症状及处理方法第三章 妊娠期保健　产前检查基本知识　　产前诊断　孕妇日常保健　　妊娠期日常注意事项　日常禁忌　妊娠中的异常情况　　妊娠期用药析则第四章 妊娠十月的健康饮食　进行饮食调整　孕妇的膳食平衡原则　必需的营养素　远离危险的食品　　妊娠期妇女的饮食注意事项　孕期营养食谱第五章 妊娠期锻炼　锻炼前的准备　　锻炼步骤与内容　休息与放松　按摩　旅行第六章 孕育之美　从头到脚的呵护　孕妇服的选择第七章 胎儿在子宫中的生活第八章 胎教方法第九章 妊娠期间的性生活调适第十章 做一个合格的准爸爸第十一章 为分娩做准备第十二章 分娩的过程第十三章 新生宝宝第十四章 产后保健与护理

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