

<<辣爸甜妈的第一本漫画备孕书>>

图书基本信息

书名：<<辣爸甜妈的第一本漫画备孕书>>

13位ISBN编号：9787121166679

10位ISBN编号：7121166674

出版时间：2012-5

出版时间：电子工业出版社

作者：李妮娜 等编绘

页数：204

字数：102000

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>

<<辣爸甜妈的第一本漫画备孕书>>

内容概要

本书是《轻阅读漫画育儿》系列的第一个主题单元，集中萃取了准父母备孕阶段，最需要注意的事项，以漫画加说理的形式来展现。

能使父母快速撷取备孕关键信息点，在图形化的场景中，深刻记忆如何安全好孕，顺利怀上小宝宝。

良好的备孕准备，是优生优育的第一步，父母们一定不要忽视。

备孕，才是孩子赢在起跑线上的第一关。

本书从备孕事项、孕检、孕期饮食、胎教、产前准备，按时间顺序一条龙的将各要点全部囊括，知识点全面权威。

后续，我们将围绕家庭教育、幼儿养育逐步推出更多精彩的后续书，欢迎爱通过漫画学习育儿知识的父母，持续关注“辣爸甜妈”。

<<辣爸甜妈的第一本漫画备孕书>>

作者简介

李妮娜，女，最喜欢的事是画漫画。

在创作育儿漫画的过程中，强烈感受到：父母奉献给孩子的爱，才会换来孩子带给父母的无尽的甜蜜。

徐波，男，对于漫画，虽算不上科班出身，但却深深热爱，5年军旅生涯仍不忘投身漫画创作。现在，画并快乐着，即生活。

张志胜，学理工出身，做过武侠梦，写过动画剧本，一直在文字间游走。

荣幸参与“辣爸甜妈”创作，与大家共享。

<<辣爸甜妈的第一本漫画备孕书>>

书籍目录

一、不能让孩子输在受精卵上

15 / 1. 生命的起点

19 / 2. 爱的温床

21 / 3. 从简单的不对称开始

23 / 小贴士 [多胞胎]

二、如何更好地怀孕

27 / 1. 到怀孕年龄了吗？

28 / 2. “繁殖”的季节

30 / 3. 受孕好日子

33 / 小贴士 [排卵试纸的作用]

34 / 4. 受孕最佳时机

38 / 5. 孕前检查

41 / 小贴士 [孕前检查之“牙齿”]

三、怀孕实战秘籍

42 / 1. 吃出一个健康宝宝

43 / 孕前饮食禁忌 [妈妈篇]

47 / 孕前饮食禁忌 [爸爸篇]

49 / 小贴士 [叶酸 (Folic Acid)]

55 / 小贴士 [提高精子活力的食物]

57 / 2. 想怀孕，竟然要调整上班时间？

58 / 3. 想怀孕，做爱的姿势也很重要

61 / 4. 极度的性高潮容易受孕

63 / 5. 有没有“修成正果”？

63 / 小贴士 [验孕棒]

64 / 验孕棒准吗？

65 / 6. 条条大路通罗马

65 / 小贴士 [试管婴儿]

66 / 哪些人可以做试管婴儿？

67 / 做试管婴儿要做的准备

68 / 小贴士 [人工受孕]

68 / 哪些人可做人工受孕？

69 / 测试：你是否患上不孕症

70 / 不孕小测试

四、生男生女

74 / 想生女孩的看过来

74 / 1. 呈酸性的身体环境

76 / 2. 正常性爱，注意姿势

76 / 3. 年龄越大，越易生女孩

77 / 4. 压力大，多生女孩

<<辣爸甜妈的第一本漫画备孕书>>

- 78 / 5. 职业因素导致生女孩
- 79 / 6. 吃素和甜食的女性易生女孩
- 79 / 7. 父母吸烟, 多生女儿
- 80 / 8. 漂亮父母首胎生女几率较高
- 80 / 想生男孩的看过来
- 81 / 1. 要呈碱性的身体环境
- 82 / 2. 夏季或高温的环境中受孕
- 82 / 3. 性爱有技巧, 要有性高潮
- 83 / 4. 男女双方都年轻
- 83 / 5. 健康强壮的身体及富裕的家庭
- 84 / 6. 女性拥有强势、自信的个性
- 84 / 生男生女大家谈
- 90 / 小贴士 [“酸男辣女”没有科学依据]
- 91 / 小贴士 [宝宝健康最重要]
- 91 / 小贴士 [清宫生男生女表是什么?]

五、感受生命从无到有

- 94 / 怀胎十月 [一月]
- 95 / 怀胎十月 [二月]
- 96 / 怀胎十月 [三月]
- 97 / 怀胎十月 [四月]
- 98 / 怀胎十月 [五月]
- 99 / 怀胎十月 [六月]
- 100 / 怀胎十月 [七月]
- 101 / 怀胎十月 [八月]
- 102 / 怀胎十月 [九月]
- 103 / 怀胎十月 [十月]
- 104 / 胎儿性别鉴别时间
- 105 / 判定胎儿性别的方法
- 106 / 民间预测法
- 108 / 医学方法判别性别
- 111 / 胎梦会预示胎儿性别吗?
- 113 / 好梦伴好“孕”
- 114 / 温馨提示之胎梦

六、要健康也要美丽

- 115 / 1. 怀孕初期的征兆
- 115 / 孕吐的时长
- 116 / 孕吐可以通过吃药来缓解!

- 117 / 2. 怀孕初期注意事项
- 118 / 3. 孕初期要优选食物
- 119 / 孕初期禁食食品
- 120 / 孕妇贫血
- 121 / 小贴士 [孕妈妈需要剔除的零食]
- 121 / 4. 孕中期饮食
- 123 / 5. 孕晚期饮食
- 123 / 孕妇补铁
- 124 / 孕妇补钙

<<辣爸甜妈的第一本漫画备孕书>>

- 125 / 孕晚期食品选择 [宜食食品]
- 126 / 孕晚期饮食禁忌
- 126 / 6. 孕妇不发胖的绝招
- 132 / 7. 漂亮妈妈 [孕妇着装]
- 134 / 孕妇鞋
- 134 / 8. 怀孕了也要休闲 [孕妇娱乐]
- 136 / 9. 孕妇旅游
- 七、孕期睡眠
 - 139 / 小贴士 [治疗失眠的食物]
- 八、孕妇清洁
 - 140 / 准妈妈洗澡的方法
 - 141 / 孕妇护发 [挑选合适的洗发水]
- 九、孕期护肤
 - 143 / 1. 妊娠纹
 - 145 / 2. 孕期黄褐斑
 - 147 / 3. 乳房护理
 - 147 / 乳头的护理之清洁乳头
 - 148 / 乳头的防皴裂护理
 - 149 / 勤做乳头按摩
- 十、孕期夫妻生活
- 十一、怀孕与工作之职场孕妈
 - 154 / 上班时间如何对付孕吐反应
 - 155 / 意外流产 [什么是意外流产]
 - 156 / 小贴士 [意外流产的原因]
 - 157 / 小贴士 [意外流产的征兆]
 - 158 / 流产的预防
- 十二、子要教 教要早
 - 161 / 1. 胎动——生命的萌动
 - 161 / 最初胎动的感觉
 - 162 / 20 ~ 24周胎动的感觉
 - 162 / 24 ~ 28周胎动的感觉
 - 163 / 29 ~ 31周胎动的感觉
 - 163 / 32 ~ 33周胎动的感觉
 - 164 / 36周左右胎动的感觉
 - 164 / 36 ~ 40周胎动的感觉
 - 165 / 2. 胎动时间 [夜晚睡觉前]
 - 165 / 吃饭以后
 - 166 / 洗澡的时候
 - 166 / 对着肚子说话的时候
 - 167 / 听音乐的时候
 - 167 / 胎动频率
 - 168 / 异常胎动
 - 169 / 胎动的时长
 - 170 / 3. 音乐胎教
 - 171 / 4. 情绪胎教
 - 173 / 5. 环境胎教
 - 174 / 6. 语言胎教

<<辣爸甜妈的第一本漫画备孕书>>

175 / 7. 运动胎教

176 / 运动胎教好处

177 / 运动胎教之户外散步

177 / 孕妇瑜伽

178 / 孕妇游泳

180 / 准妈妈不能做的运动

181 / 8. 美育胎教

十三、孕期情感问题

182 / 1. 老婆孕期就等于老公出轨期?

186 / 2. 孕期性生活

189 / 3. 如何解决孕期老公出轨的问题

192 / 晒晒老婆产后老公在想什么?

192 / 产前产后性需求不同

十四、宝宝来了

197 / 1. 预产期

198 / 预产期计算方法

198 / 算预产期的作用

199 / 预产期不准怎么办

199 / 2. 羊水

200 / 羊水早破的危害

201 / 3. 生产准备

202 / 预产期前一周的工作

203 / 产前必备物品

204 / 出院前准备的物品

<<辣爸甜妈的第一本漫画备孕书>>

章节摘录

版权页： 插图：

<<辣爸甜妈的第一本漫画备孕书>>

编辑推荐

《轻阅读漫画育儿系列:辣爸甜妈的第1本漫画备孕书》精选风靡于网络、微博的育儿知识以漫画形式展现，希望打造最软的，最好吃的育儿知识书，以飨时下最年轻的父母。

<<辣爸甜妈的第一本漫画备孕书>>

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>