

<<准妈妈健康枕边书>>

图书基本信息

书名：<<准妈妈健康枕边书>>

13位ISBN编号：9787502831714

10位ISBN编号：7502831711

出版时间：2007-8

出版时间：地震出版社北京发行部

作者：白艳飞

页数：253

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>

## <<准妈妈健康枕边书>>

### 内容概要

《准妈妈健康枕边书》以准妈妈的健康妊娠和优生优育为目的，从科学受孕、孕期营养、孕期保健、孕期安全保障、胎教优生、心理健康、安全分娩、产后营养保健八个方面，为准妈妈全面地把握孕育全程，提供科学合理、健康全面的指导方案。

## <<准妈妈健康枕边书>>

### 书籍目录

第一章 从受孕前就开始准备 健康孕娠从新婚蜜月开始 怀孕受孕有学问 孕前的生理准备 孕前心理调适 影响健康的生活习惯第二章 准妈妈的五堂营养课 孕前饮食营养 孕娠早期饮食营养 孕娠中期饮食营养 孕娠后期饮食营养 孕期饮食禁忌第三章 准妈妈的四堂保健课第四章 孕娠期的四堂安全课第五章 准妈妈的二堂优生课第六章 准妈妈的四堂心理课第七章 迎接健康宝宝的来临第八章 产后妈妈健康指导

## <<准妈妈健康枕边书>>

### 编辑推荐

全面地把握孕育全程，科学合理的健康指导献给所有准妈妈的健康育儿指南本书以准妈妈的健康妊娠和优生优育为目的，从科学受孕、孕期营养、孕期保健、孕期安全保障、胎教优生、心理健康、安全分娩、产后营养保健八个方面，为准妈妈全面地把握孕育全程，提供科学合理、健康全面的指导方案。

<<准妈妈健康枕边书>>

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>