

<<优孕安产坐月子56周必修课>>

图书基本信息

书名：<<优孕安产坐月子56周必修课>>

13位ISBN编号：9787506478830

10位ISBN编号：7506478838

出版时间：2011-10

出版时间：中国纺织出版社

作者：郑媛媛

页数：209

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>

## <<优孕安产坐月子56周必修课>>

### 内容概要

《好孕学堂系列：优孕·安产·坐月子56周必修课》从准备怀孕的孕前12个月开始，按月进行宝宝发育进程、妈妈身体变化、饮食、生活、疾病、胎教等多方面的阐述，力求使准爸妈们对怀孕各个阶段的特点、知识、可能出现的问题以及应该采取的应对方法形成全面而明晰的了解，在科学的指导下战胜自己所遇到的困难，拥有幸福、完美的孕期生活。孕期结束后，针对新妈妈产后恢复容易遇到的问题，本书还增加了关于“坐月子”的内容，希望能为生完宝宝后不知如何尽快恢复的准爸妈们提供帮助。

<<优孕安产坐月子56周必修课>>

作者简介

中华医学会围产学会北京分会委员，新浪网亲子中心特邀育儿专家，北京海淀区妇幼保健院原业务院长，北京玛丽妇婴医院院长、妇产科特聘专家

<<优孕安产坐月子56周必修课>>

书籍目录

产检时间速查孕期账单一目了然Part 1 完美备孕12周Part 2 完美孕育40周Part 3 轻松坐月子

## <<优孕安产坐月子56周必修课>>

### 章节摘录

孕期第14周 别忘了进行唐氏综合征的筛查哦。

孕妈妈的样子。

本周，孕妈妈的身体显得越发丰满，乳房也逐渐增大，而乳晕的面积在加大的同时颜色也变得更深，乳头周围还会凸出一些小点点。

这时有些孕妈妈的乳头会分泌出一些淡黄色或浅白透明的“初乳”。

完美胎教。

到这周，胎宝宝的生长发育非常快，听觉能力有了明显的提高，音乐胎教的内容可以更为丰富些。

如大提琴独奏曲、低音歌声或乐曲之类。

如果准爸爸能低音唱歌或者哼一些曲调，胎宝宝会更容易接受。

如果准爸爸坚持和妻子一起写写孕期日记，并且在合适的时间内读给宝宝听，也是一种很不错的胎教。

……

## <<优孕安产坐月子56周必修课>>

### 编辑推荐

郑媛媛编著的《优孕·安产·坐月子56周必修课（典藏版）》由来自一线的妇幼保健专家，助你轻轻松松度过完美孕期。

从准备怀孕的孕前12个月开始，按月进行宝宝发育进程、妈妈身体变化、饮食、生活、疾病、胎教等多方面的阐述，力求使准爸妈们对怀孕各个阶段的特点、知识、可能出现的问题以及应该采取的应对方法形成全面而明晰的了解，在科学的指导下战胜自己所遇到的困难，拥有幸福、完美的孕期生活。孕期结束后，针对新妈妈产后恢复容易遇到的问题，本书还增加了关于“坐月子”的内容，希望能为生完宝宝后不知如何尽快恢复的准爸妈们提供帮助。

<<优孕安产坐月子56周必修课>>

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>