第一图书网, tushu007.com

<<280天实时胎教细节百科>>

图书基本信息

书名：<<280天实时胎教细节百科>>

13位ISBN编号：9787510109010

10位ISBN编号：7510109019

出版时间：2011-10

出版时间：中国人口

作者：王琪

页数：255

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

生动图解孕妈妈和胎宝宝每月的发育状况，深情点拨提领每周胎教生活的胎教关键点，悉心提供科学权威、内容丰富的胎教专家方案，温情呈现关注孕育细节的特别提醒和孕育小知识。

第一图书网, tushu007.com

<<280天实时胎教细节百科>>

书籍目录

第一章 生命萌发的 第1个月
总述
第1天胎教专家方案胎教初了解
第2天胎教专家方案胎教的形式
第3天胎教专家方案胎教的主要内容
第4天胎教专家方案胎教要把握时间
第5天胎教专家方案科学的胎教方法
第6天胎教专家方案胎教的效果
第7天胎教专家方案营养调理
总述
第8天胎教专家方案日本的胎教情况
第9天胎教专家方案英国的胎教情况
第10天胎教专家方案法国的胎教情况
第11天胎教专家方案美国的胎教情况
第12天胎教专家方案中国古代胎教
第13天胎教专家方案合理膳食也是一种胎教
第14天胎教专家方案优境养胎
总述/
第15天胎教专家方案培养良好的生活习惯
第16天胎教专家方案要注意自己的情感变化
第17天胎教专家方案孕妈妈应注意调理身体
第18天胎教专家方案营养摄取非常重要
第19天胎教专家方案孕妈妈应勤于动脑
第20天胎教专家方案养胎与胎教并重
第21天胎教专家方案要注意自己的言行
总述/
第22天胎教专家方案要注意补充叶酸
第23天胎教专家方案保持感情融洽
第24天胎教专家方案孕妈妈应多散步
第25天胎教专家方案平时作息要有规律
第26天胎教专家方案注意补充维生素B12
第27天胎教专家方案保持愉悦的心情
第28天胎教专家方案孕妈妈要注意补锌
第二章 让人惊喜的 第2个月
总述
第29天胎教专家方案胎教一定要适当适度
第30天胎教专家方案为胎宝宝带去文学享受
第31天胎教专家方案保证充足的睡眠时间
第32天胎教专家方案应该开始做妊娠检查
第33天胎教专家方案孕妈妈做一做孕妇体操
第34天胎教专家方案让胎宝宝感受“ 美 ”
第35天胎教专家方案准爸爸不可置身事外
总述
第36天胎教专家方案饮食与营养的摄入
第37天胎教专家方案认识形象意念胎教

第38天胎教专家方案孕妈妈应该少用手机
第39天胎教专家方案运动胎教好处多
第40天胎教专家方案抚摸胎教可常做
第41天胎教专家方案不可忽视的母爱
第42天胎教专家方案孕妈妈一定要慎用药
总述
第43天胎教专家方案色彩的视觉刺激
第44天胎教专家方案通过写日记调整情绪
第45天胎教专家方案要注意自己的饮食习惯
……
第三章 逐渐稳定的 第3个月
第四章 迅速成长的 第4个月
第五章 动感十足的 第5个月
第六章 初具人形的 第6个月
第七章 敏感调皮的 第7个月
第八章 拳打脚踢的 第8个月
第九章 忐忑不安的 第9个月
第十章 瓜熟地落的 第10个月

章节摘录

版权页：插图：目前孕妈妈的外表还看不出有什么改变，但在孕妈妈的体内却发生着翻天覆地的变化。
早晨醒来后，孕妈妈常会感到难以名状的恶心，而且嘴里有一种说不清的难闻味道，有时像汽油或其它化学原料的感觉，这是怀孕初期大多数孕妈妈都会遇到的情况。
在本周中，多数孕妈妈还会持续出现妊娠反应，不必为此而感到惊慌。
当然，那些吐得特别厉害，吃什么吐什么，代谢变得十分紊乱的孕妈妈，需要赶快去医院加以治疗，必要的时候还要住院输液。
此时，有些孕妈妈常常会出现饥饿的状态，刚吃完饭不一会儿，就会感到肚里空空，而且常常饥不择食地吞咽各种食物。
这是由于腹中的胎宝宝在快速发育，因而需要大量营养的缘故。
经过一番大吃大喝的补充之后，孕妈妈就会发现，自己的体态很快就会发生变化。
这个时候，有的孕妈妈或许会因为担心影响身材而减少食物的摄入，这样做是不对的。
因为目前是胎宝宝发展的关键时期，孕妈妈不应该过多地考虑体形，而忽略营养需求的补充。

编辑推荐

《280天实时胎教细节百科》孕产专家贴心而至，将多年积累的孕育智慧献给每位孕妈妈，带给你和宝宝最贴心，最专业的呵护。

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