

<<亲爱的，我们一起怀孕吧>>

图书基本信息

书名：<<亲爱的，我们一起怀孕吧>>

13位ISBN编号：9787510825842

10位ISBN编号：7510825849

出版时间：2014-1

出版时间：九州出版社

作者：韩雅君,李嘉音

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>

<<亲爱的，我们一起怀孕吧>>

内容概要

两位新手妈妈，几乎同时怀孕，同时生产。

她们在怀孕期间彼此切磋、互相鼓励、携手迎接新生命。

雅君（毛毛）在北京公立医院产检，后来转到北京私立医院生产，在本书出版时正在孕育第二个宝宝；嘉音在北京私立医院产检，后来转到美国纽约私立医院生产。

她们在怀孕期间做了大量功课，看了很多各类中英文书籍，但是没有找到一本特别实用的孕期读物，现有书籍理论偏多，内容繁杂、雷同，中西观点存在很多冲突。

她们必须要经常上网看其他孕妈妈发的经验帖，到处盘问生过孩子的朋友，最后要从不同的答案中提炼出精华，一路走来很辛苦。

当时就特别希望有一本书能告诉大家怀孕真实的感受和经验，如何应对怀孕中的各种常见问题，并推荐一些值得信赖的母婴产品。

生完宝宝后，两位妈妈摇身一变成了“过来人”，经常有刚怀孕的朋友向她们讨经。

就这样，两个人一拍即合，决定为孕妇写一本最实用的书，写一本孕妇能看得懂的书，写一本孕妇都受益的书。

这本书里，不仅介绍了从备孕到怀孕再到生产的种种对应方法，还特别贴心地推荐了一些她们曾使用过的母婴产品。

可谓，一书到手，新手妈妈也可以轻松上手！

<<亲爱的，我们一起怀孕吧>>

作者简介

韩雅君 昵称“韩毛毛”，80后辣妈,大宝滴滴一岁半，二宝答答孕育中。

热爱旅行、摄影、美食、小动物。

毕业于中国传媒大学，资深市场公关,救助流浪小动物志愿者。

多年供职于时尚类媒体,著名媒体人洪晃女士的公关总监，涉足于时尚圈、媒体圈、公关圈、娱乐圈

。在品牌推广、媒体宣传方面有丰富的经验。

新浪微博：@韩毛毛 <http://weibo.com/maomaohan>

李嘉音 美国哥伦比亚大学国际关系学院硕士，曾从事多年证券分析与跨国兼并收购业务，后转行创立自己的时尚公司，现任欧洲某著名奢侈品网站中国区首代。

著有《人物形象设计》中国高等教育服装服饰教学创新丛书。

2012年，在美国诞下女儿湾湾。

新浪微博：@李嘉音 <http://weibo.com/jessicali>

<<亲爱的，我们一起怀孕吧>>

书籍目录

孕前准备阶段

我们已经做好了迎接宝贝的准备 / 002

男性孕前检查也重要 / 005

好好备孕很重要 / 007

大吃一惊，怀孕先吃避孕药？

/ 008

最是折腾的孕前检查 / 009

排卵，测测测！

/ 012

一起努力造人吧！ / 015

如果我想要一个男孩…… / 017

对不起，我的宠物狗 / 020

怀孕早期

测出怀孕超紧张 / 024

怕做输卵管造影 / 026

我也怀孕了 / 027

怀孕的最初变化 / 028

不能忽视的孕早期注意事项 / 029

看到宝宝的心跳好激动 / 031

防辐射服防辐射吗？

/ 033

家用电器的辐射指数 / 035

心有余悸，又出血了！

/ 037

高龄孕妇的烦恼 / 039

孕期谨防便秘 / 041

吐吐吐，何时是尽头？

/ 044

中西结合式保胎 / 047

孕早期饮食营养 / 049

因人而异的妊娠反应 / 052

中西孕早期运动理念不同 / 053

好孕需要好心情 / 055

孕期复合维生素 / 056

怀孕也要美美的 / 057

我要去度假了 / 059

孕中期

孕期产检里程碑 / 062

胎教真正的意义及方法 / 065

妊娠甲亢 / 068

保胎成功，建档了 / 070

B超？

不用怕 / 072

家用胎心胎教仪 / 074

孕中期营养计划 / 075

<<亲爱的，我们一起怀孕吧>>

好孕、瘦孕一起来 / 077
孕期度假心情好 / 080
宝贝的第一张入世门票——准生证 / 082
好好护理宝贝的粮田 / 083
对孕期血压重视起来 / 085
令人忐忑不安的唐氏筛查 / 086
大龄孕妇最担心的羊水穿刺 / 089
啊嚏，感冒了…… / 091
产检前好好休息很重要 / 094
第一次胎动的感觉 / 096
一个坏消息，我长皮疹了 / 098
又遇到新问题——胎盘前置 / 100
老中医说，我怀的是男孩儿 / 102
糖水喝得太快了也不行 / 104
最窝火的一次产检 / 106
我承认，我孕傻了 / 108
谁需要去做超声心动？
/ 110
美国医疗体系与中国大相径庭 / 113
不可忽视的妊娠糖尿病 / 115
妈妈帮：产检经验分享 / 118
抗议，抗议，我要转院 / 119
在美国的第一次产检 / 121
公立医院 VS 私立医院 / 122
美国的孕期培训 / 126
令人紧张的胎动 / 128
美国坐月子中心面面观 / 129
请月嫂就跟相亲一样 / 131
参观美国医院 / 133
大肚子也可以很时尚 / 135
应对腿儿抽筋 / 138
我居然长妊娠纹了 / 140
我们一起来做运动吧！
/ 142
孕期最美的留念——孕妇照 / 145
孕晚期
开始采购婴儿用品 / 148
海淘攻略 / 149
在美国保留脐带血 / 151
在中国保留脐带血 / 153
孕晚期乳房保健 / 155
网上购物攻略 / 156
自然而然排胎毒 / 158
骨盆测量后，我伤心了 / 160
好不踏实的产检 / 163
每日必修的胎心监护 / 164
美国待产包 / 167

<<亲爱的，我们一起怀孕吧>>

中国待产包 / 168
胎儿体重预估 / 170
新生儿护理 / 172
宝贝的美国私人医生 / 174
如何有效预防早产 / 175
长胖了，还是浮肿？
/ 177
缓减腰痛的好睡姿 / 180
纠正胎位方法多 / 181
胎儿入盆 / 183
超过预产期 / 185
产前最后的体重冲刺 / 189
美国剖宫产 / 191
中国剖宫产 / 196
中国美国剖宫产区别 / 199
坐月子阶段
剖宫产后止疼与下地技巧 / 202
剖宫产后排气排尿 / 204
美国产后饮食把我惊呆了 / 206
巧用胎盘 / 207
涨奶怎么办？
/ 209
吸奶神器 / 211
时尚妈咪月子观 / 214
新手妈妈坐月子禁忌 / 218
产后第一周饮食 / 221
月子餐讲究多 / 223
新手妈妈必备的下奶秘笈 / 225
泵奶 VS 胸喂 / 228
一定要纯母乳吗？
我好困惑 / 231
母乳的“神奇”用途 / 234
顺产吧，顺产吧！
/ 236
产后恶露 / 238
宝宝黄疸越发严重了 / 239
月子里的宝宝像天使 / 242
美国月嫂 / 244
月嫂啊，月嫂 / 247
不可忽视的产后抑郁 / 248
还我小蛮腰！
/ 250
可恶的乳腺炎 / 252

<<亲爱的，我们一起怀孕吧>>

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>