

<<完美孕育进行时>>

图书基本信息

书名：<<完美孕育进行时>>

13位ISBN编号：9787512704664

10位ISBN编号：7512704666

出版时间：2012-8

出版时间：中国妇女出版社

作者：郭科军

页数：278

字数：260000

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>

<<完美孕育进行时>>

内容概要

郭科军主编的《完美孕育进行时》内容简介：孕育健康、聪明的宝宝是所有准父母的心愿，如何让孕育新生命的过程更完美是每位准妈妈最关心的事情。

《完美孕育进行时》从惊喜的第一个月到宝宝平安来到这个世界，按月对胎儿的生长发育、准妈妈的变化进行描述，并给出了营养、健康、胎教等方面的指导，陪伴您平安度过怀孕、分娩的每一天。

<<完美孕育进行时>>

作者简介

郭科军 中国医科大学附属第一医院妇产科主任，主任医师。

1

1982年毕业于中国医科大学医疗系日文医学班，毕业留校，从事妇产科临床工作30余年，具有坚实的理论基础和丰富的临床工作经验。

发表国家级论文40余篇。

从2005年至今，担任中华医学会辽宁省妇产科分会副主任委员、《中国实用妇科与产科》杂志常务编委。

<<完美孕育进行时>>

书籍目录

第一个月：宝宝悄悄到来

胎儿的生长发育

第1周：精子、卵子蓄势待发

第2周：做好准备，开始行动

第3周：精卵相遇、结合

第4周：进入器官发育关键期

你的变化和感觉

体内激素发生变化

子宫壁变软、增厚

身体已经发出信号

惊喜，怀疑，忐忑

情绪出现较大波动

你最关心的事情

怎样确认是否怀孕

如何计算预产期

意外妊娠怎么办

受孕前后服药了怎么办

一人吃，两人补

继续补充叶酸

全面摄取蛋白质

不必对脂类食物忌口

不要忽视碳水化合物

保证维生素的摄取

注意多喝水

健康安全提案

远离电离辐射

远离危险的化学物质

呼吸干净的空气

躲避药物风险

洗澡注意安全

快乐胎教计划

常用的胎教方法

胎教的3个阶段

每日胎教时间表

本月胎教重点

第二个月：感觉到怀孕了

第三个月：恼人的早孕反应

第四个月：开始进入安定期

第五个月：第一次感觉胎动

第六个月：已经是一个标准的准妈妈了

第七个月：胎动更加频繁有力

第八个月：开始进入孕晚期

第九个月：准备迎接新生命

第十个月：结束所有的辛苦

产后新生活

<<完美孕育进行时>>

<<完美孕育进行时>>

编辑推荐

郭科军主编的《完美孕育进行时》作者的专业背景和临床经验确保了这套书内容的科学性和实用性。而且此书文字叙述轻松、流畅，富有感情，不同于枯燥的知识介绍。本书会成为您孕育天才宝宝的贴心指南和家庭生活保健的最佳顾问。

<<完美孕育进行时>>

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>