

<<初为人母>>

图书基本信息

书名：<<初为人母>>

13位ISBN编号：9787531717454

10位ISBN编号：753171745X

出版时间：2005-1

出版时间：北方文艺出版社

作者：李杰

页数：390

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>

<<初为人母>>

内容概要

《初为人母（孕产妇知识必备）》分五章介绍孕产妇知识，分别是：孕前准备篇、快乐怀孕篇、轻松分娩篇、产后调养和保健、怀孕保胎方集锦。

<<初为人母>>

书籍目录

第一章 孕前准备篇 一、知识准备 1.什么时间是最佳的受孕年龄和季节？

- 2.怎样选择受孕的最佳时机？
- 3.怎样计算排卵日？
- 4.影响受孕成功的因有哪些？
- 5.受孕前如何调节自己的生物钟？
- 6.宝宝的性别可以选择吗？
- 7.怎样科学预测宝宝的性别？
- 8.孩子的智力与遗传有关吗？
- 9.什么情况下不宜怀孕？
- 10.什么情况请暂缓受孕？
- 11.父母可以遗传给孩子哪些东西？
- 12.父母与子女的血型有何关系？

二、心理准备 1.你有完德的怀孕计划吗？

- 2.丈夫在妻子怀孕期间应当注意什么？
- 3.怎样保持孕前的乐观情绪？
- 4.孕前性生活应注意哪些事项？
- 5.怎样消除对怀孕和分娩的恐惧心理？

三、生理准备 1.孕前重理功能的调适包括哪几个方面？

- 2.怎样进行适宜的孕前锻炼？
- 3.孕前应当怎样对自身的营养进行调整？
- 4.孕前是否应该停止一切正在服用的药物？
- 5.孕前应当对衣食住行进行怎样的调整？

四、物质准备 1.怀孕期间适合穿什么样的内衣？

- 2.怎样选择怀孕期间的外衣？
- 3.怎样选择适合怀孕期间穿的鞋？
- 4.怎样合理安排孕期的经济计划？

第二章 愉悦怀孕篇 一、怀孕早知识 1.怀孕最明显的征兆是什么？

- 2.怎样调节我们所说的妊娠反应？
- 3.怀孕时对食物的偏爱会有哪些改变？
- 4.怀孕后为什么会有尿频现象？
- 5.出现持续高温也是怀孕的征兆之一吗？

.....第三章 轻松分娩篇第四章 产后调养和保健第五章 怀孕保胎方集锦

<<初为人母>>

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>