

<<轻松好孕40周>>

图书基本信息

书名：<<轻松好孕40周>>

13位ISBN编号：9787533158002

10位ISBN编号：7533158008

出版时间：2011-12

出版时间：山东科学技术出版社

作者：李银君

页数：50

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>

## <<轻松好孕40周>>

### 内容概要

本书以全新的台历形式，以周为阅读单位，配以最新的图片和插图，全程介绍怀孕过程中您与腹中宝宝每周的变化，常见不适和应对方法，产前护理，常规产检项目，孕期饮食及适量运动建议，分娩准备、分娩方式选择和入院时的必要物品，产后护理及母乳喂养等各方面的内容。

本书还设立了每周记录，您可以记录下每周发生的点滴和变化、产检时间和结果、重要事项等，提醒准您为宝宝的出生做好准备。

<<轻松好孕40周>>

作者简介

珍·麦克道格尔博士，皇家妇产科医师学会会员，剑桥安顿布鲁克妇产医院顾问。

乔安尼·斯通，纽约西奈山医学院妇产生殖学院副教授。

<<轻松好孕40周>>

书籍目录

- 前言
  - 备孕阶段
- 第1周
  - 受精
- 第2周
  - 健康饮食
- 第3周
  - 计划食谱
- 第4周
  - 发现怀孕
- 第5周
  - 应对早孕反应
- 第6周
  - 体重增加
- 第7周
  - 产前保健
- 第8周
  - 常规检查
- 第9周
  - 分娩方式选择
- 第10周
  - 早期筛查
- 第11周
  - 保持外形
- 第12周
  - 保持健康
- 第13周
  - 改变身体姿势
- 第14周
  - 放松
- 第15周
  - 进一步筛查
- 第16周
  - 选择孕妇装
- 第17周
  - 上班族的准妈妈
- 第18周
  - 与宝宝建立联系
- 第19周
  - 常见的不适(一)
- 第20周
  - 常见的不适(二)
- 第21周
  - 准备母乳喂养
- 第22周

<<轻松好孕40周>>

- 保持亲密关系
- 第23周
  - 选购宝宝用品
- 第24周
  - 选购宝宝衣物
- 第25周
  - 准备婴儿房
- 第26周
  - 医疗急症
- 第27周
  - 准备在家分娩
- 第28周
  - 准备分娩
- 第29周
  - 分娩伙伴
- 第30周
  - 将住院所需物品打包
- 第31周
  - 分娩姿势
- 第32周
  - 分娩中的镇痛
- 第33周
  - 引产
- 第34周
  - 胎儿监护
- 第35周
  - 臀位分娩和双胞胎分娩
- 第36周
  - 过期妊娠
- 第37周
  - 剖宫产
- 第38周
  - 分娩
- 第39周
  - 新生儿的医学检查
- 第40周
  - 产后
- 第41周
  - 建立亲子关系和母乳喂养
- 第42周
  - 为宝宝取名
  - 制订分娩计划
  - 的分娩计划
  - 医学术语汇编
  - 索引
  - 信息登记



<<轻松好孕40周>>

章节摘录

版权页： 插图：

<<轻松好孕40周>>

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>