

<<产后恢复150>>

图书基本信息

书名：<<产后恢复150>>

13位ISBN编号：9787537522540

10位ISBN编号：7537522545

出版时间：2000-07-01

出版时间：河北科学技术出版社

作者：阚国英

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>

## <<产后恢复150>>

### 内容概要

本书旨在向广大产妇普及有关科学知识，向她们提供一些产后调养、休息、锻炼的好方法，以指导其产后恢复。

该书采用问答形式，向读者介绍产后的一般常识及营养、食疗、健身、健美、计划生育等方面的知识。

内容丰富实用，针对性强，语言通俗易懂。

相信该书出版后，会对众多产妇的产后恢复起到指导作用。

<<产后恢复150>>

书籍目录

综合篇

- 1、产妇在产褥期身体有哪些变化
- 2、产后恢复分几个阶段

.....

营养食疗篇

- 43、产妇为何要特别增加营养
- 44、乳母每天需要多少热能

.....

健身健美篇

- 86、产后锻炼的意义何在
- 87、为什么产后不能只靠静养来恢复

.....

计划生育篇

- 139、产后恢复与月经复潮
- 140、为什么要关注产后性功能的恢复

.....

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>