

<<40周孕期全程指导大百科>>

图书基本信息

书名：<<40周孕期全程指导大百科>>

13位ISBN编号：9787537540797

10位ISBN编号：7537540799

出版时间：2010-8

出版时间：河北科技

作者：陈红玉

页数：346

字数：460000

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>

## <<40周孕期全程指导大百科>>

### 内容概要

全国知名妇幼保健专家倾力打造，《40周孕期全程指导大百科》，在你不解的时候，为你指点迷津；不适的时候，为你解除痛苦；不快的时候，为你注入快乐元素；妊娠40周，权威专家为你导航，安全快乐与你相随！

本书妇幼保健专家+胎教专家，40周全程与你相伴；书中精美的图片，网络化语言，让你一目了然；你还不知道的、你早想知道的，都会给你最想要的答案！

## <<40周孕期全程指导大百科>>

### 书籍目录

第一篇 幸孕就要降临，你准备好了吗 制定一个完美的计划，助你踏上幸孕之途 要个宝宝无需理由 拒绝生育有损健康 具备积极的生育态度 有些事情要细思量 是否处于最佳生育期 夫妻双方的健康状况 两人工作情况 家庭经济条件 心理上做好充分准备 孕前妻子的心理准备 孕前丈夫的心理准备 孕前体检与咨询，好孕也要好身体 孕前检查很重要 五种女人要查查卵子 男性要重视精液检查 遗传咨询不容忽视 找专家进行遗传咨询 有出生遗传病风险的父母 遗传与智商 性格与遗传 努力提高身体素质 运动提高身体素质 孕前积极调整体重 孕前保养身体小窍门 孕前营养备战，一样都不能少 孕前科学安排饮食 保证热能的充足供给 保证充足优质蛋白质的供给 保证脂肪的供给 充足的无机盐和微量元素 补充维生素可增加怀孕几率 提前3个月开始补充叶酸 孕前就要开始补充叶酸 需要重点补充叶酸的妇女 孕前丈夫补充叶酸大有好处 第二篇 孕早期，喜从天降越发小心翼翼 第三篇 孕中期，与宝宝互动中酝酿母爱 第四篇 孕晚期，在忐忑不安中充满期待 第五篇 一朝分娩，有一种痛楚叫幸福

章节摘录

第一篇 幸孕就要降临，你准备好了吗制定一个完美的计划，助你踏上幸孕之途提前做好妊娠计划，不仅可以使你们轻松踏上幸孕之途，增加受孕机会，而且也是拥有一个健康聪明的宝宝的有力保证。

要个宝宝无需理由。

结婚组建新家庭后，顺理成章就要考虑到新家庭成员“小宝贝”的出生问题。

如果夫妻双方家庭中都没有精神病、智力低下、机体病患等遗传病史，夫妻双方身体健康，为完美自己的人生，追求家庭幸福，对于你们来说，要一个孩子是不需要更多的理由的。

因为怀孕和分娩是女性一生最为重要的事情之一。

一位女性只有经历。

了恋爱、婚姻、怀孕、分娩、做母亲这一过程，才算是拥有了一个完整的人生，才称得上是一个完整而成熟的女性。

80后女性大多是知识分子，崇尚高品位的生活，对工作、事业及家庭的生活质量往往都要求甚高。

但对怀孕生子这一天赋的使命却不够重视。

专家们提醒，年轻妇女为了保持身材或是因惧怕衰老而不生育，只会是适得其反，有损身体健康。而经历一次完整的孕育过程却会让你得到意想不到的收获。

.....

<<40周孕期全程指导大百科>>

编辑推荐

《40周孕期全程指导大百科(升级精华版)》由河北科技出版社出版。

<<40周孕期全程指导大百科>>

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>