

<<如何坐月子-妈妈宝宝系列>>

图书基本信息

书名：<<如何坐月子-妈妈宝宝系列>>

13位ISBN编号：9787538134094

10位ISBN编号：7538134093

出版时间：2001-08

出版时间：辽宁科学技术出版社

作者：庄寿美 章惠如等

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>

## <<如何坐月子-妈妈宝宝系列>>

### 内容概要

《如何坐月子》介绍了怀孕前应做好的各种准备，腹带的绑法，清洁的方法，喂奶的方式，坐月子料理食谱，饮食要诀等内容。

《如何坐月子》是妈妈宝宝系列之一。

《如何坐月子》由辽宁科学技术出版社出版。

<<如何坐月子-妈妈宝宝系列>>

书籍目录

《联合报》及《中国时报》刊登坐月子及养胎资讯

序一：让孕妇在产后更美丽、健康

序二：利用生育机会来改变自己

序三：中医师张顺晶之序文

序四：西医师郑福山之序文

1 成功的坐月子法改善我的体质

.....

第1章 怀孕前做好充分的准备

第2章 坐月子是女性一生中增进健康的最好时机

第3章 正确坐月子的方法 生活篇

第4章 正确坐月子的方法 饮食篇

第5章 月子没坐好会如何？

附录

<<如何坐月子-妈妈宝宝系列>>

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>