

<<孕妈妈每周健康方案>>

图书基本信息

书名：<<孕妈妈每周健康方案>>

13位ISBN编号：9787538450163

10位ISBN编号：7538450165

出版时间：2011-9

出版时间：吉林科技

作者：李锐

页数：287

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>

## <<孕妈妈每周健康方案>>

### 内容概要

本书的第二章至第十章以周为单位，详细介绍了妊娠期孕妈妈和胎儿的变化，并针对孕期生活、营养饮食、趣味胎教、适度运动等多方面内容，为孕妈妈讲解最全面的孕期保养知识，建立最科学的健康方案。

## <<孕妈妈每周健康方案>>

### 书籍目录

- 第一章 怀孕，你准备好了吗
- 第二章 怀孕一个月：初孕的感觉
- 第三章 怀孕两个月：有点感觉了
- 第四章 怀孕三个月：挺过关键期
- 第五章 怀孕四个月：一切都清晰了
- 第六章 怀孕五个月：重要的护理期
- 第七章 怀孕六个月：容易出现的问题
- 第八章 怀孕七个月：开始做准备了
- 第九章 怀孕八个月：巩固怀孕成果
- 第十章 怀孕九个月：备战快乐分娩
- 第十一章 怀孕十个月：伟大的时刻

<<孕妈妈每周健康方案>>

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>