

<<准妈妈手册>>

图书基本信息

书名：<<准妈妈手册>>

13位ISBN编号：9787801579676

10位ISBN编号：7801579674

出版时间：2003-1

出版时间：人民军医出版社

作者：范红霞 编

页数：371

字数：280000

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>

## <<准妈妈手册>>

### 内容概要

本书是为将要成为妈妈的人做全程医学指导的科普读物。

全书共分七章，介绍了必须了解的妇科及产科基础知识，包括计划生育、优一措施、胎教方法、孕期保健及措施、孕期疾病预防及饮食起居，分娩准备、临产要诀、产后护理及注意事项、胚及胎发育过程和母体的感受。

书中附有大量插图。

内容丰富生动，方法实用，叙述通俗易懂，是每个准妈妈的必备读物，并可体会妇幼保健工作者阅读参考。

<<准妈妈手册>>

书籍目录

第一章 二人世界 第一节 避孕措施 第二节 终止妊娠第二章 孕前准备 第一节 孕前准备 第二节 受孕时机 第三节 了解新生命诞生的历程 第四节 学会如何胎教第三章 早期妊娠 第一节 检查孕的方法 第二节 妊娠0-12周 第三节 饮食起居 第四节 预防畸形第四章 中期妊娠 第一节 孕妇体操 第二节 妊娠13-28周 第三节 饮食起居第五章 晚期妊娠 第一节 妊娠体操 第二节 妊娠29-40周 第三节 饮食起居第六章 产时妈妈 第一节 顺产体操 第二节 临产征兆 第三节 住院待产 第四节 分娩过程 第五节 争产 第六节 母乳喂养 第七节 恶露的处理 第八节 产后饮食起居第七章 漂亮妈妈 第一节 产后肥胖与减肥 第二节 产后减肥食谱 第三节 产生性生活 第四节 产后忧郁症

<<准妈妈手册>>

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>