

## <<准妈妈手记>>

### 图书基本信息

书名：<<准妈妈手记>>

13位ISBN编号：9787802020672

10位ISBN编号：7802020670

出版时间：2004-12

出版时间：中国人口出版社

作者：徐心悦编

页数：158

字数：80000

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>

## <<准妈妈手记>>

### 内容概要

本书是一位白领准妈妈的妊娠日记精选。

从她成为一位准妈妈的历程中，我们可以看到人生之辉煌、人生之痛与快，看到生命中的风风雨雨，看到人生之关键时期的特殊心态…… 准妈妈希望怀孕的每一天都能有好心情，但她也常常会为一些小事而烦心。

在女性一生中，妊娠是一件重要的事情，可能要经历较大的情绪波动，常常表现为从抑制到兴奋的过程，这种情绪波动大多为暂时性的，通过亲朋好友共同关心及其他准妈妈交流经验，这种情绪波动大部分能够自然消失。

十月怀胎终成正果，生命凯歌奏响时，准妈妈痛并快乐着。

我们也希望每一位正在怀孕或准备怀孕的女性朋友们写下自己的快乐和感觉，把您的好心情与大家一起分享。

## <<准妈妈手记>>

### 书籍目录

第1章 孕早期 第1天 十月怀胎的十月准备 第15天 妊娠日记 第22天 我中奖了 第21天 猫被送人 第22天 健康的生活方式 第24天 该如何洗澡 第25天 不请自来的蜘蛛斑 第26天 妊娠斑的初期造访 第27天 做美容要谨慎 第28天 皮肤更好或者更坏 第29天 按摩的小窍门 第30天 早孕反应 第31天 合理安排饮食 第33天 不要太紧张 第35天 刷牙时容易出血 第37天 居住条件 第39天 哈哈,我是准妈妈我怕谁 第41天 我不喝酒 第43天 预防风疹 第45天 可以照X光吗 第47天 B超检查对胎儿有害吗 第49天 孕早期营养与食物 第51天 用药问题 第52天 准生证明 第53天 自行车还能骑吗 第55天 我需要远离电脑吗 第56天 早孕门诊 第58天 胎教 第60天 近视会遗传吗 第62天 四种食物导致“流产” 第63天 准妈妈用药原则 第64天 孕早期手机能用吗 第66天 不戴隐形眼镜 第68天 睡眠不好 第70天 睡眠时间 第72天 休闲游乐宜与忌 第74天 合理补充无机盐 第75天 晒太阳 第76天 鱼水之欢 第77天 职业形象 第78天 乳房小吗 第80天 准妈妈游泳非禁区 第81天 放松身心 第82天 纠正便秘 第83天 搬家 第84天 补充叶酸第2章 孕中期第3章 孕晚期

<<准妈妈手记>>

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>