

<<怀孕280天一本通>>

图书基本信息

书名：<<怀孕280天一本通>>

13位ISBN编号：9787802034143

10位ISBN编号：7802034140

出版时间：2007-7

出版时间：中国妇女

作者：叶学益

页数：317

字数：335000

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>

<<怀孕280天一本通>>

内容概要

本书是一本为幸“孕”的父母们精心打造的一本孕育圣经。

该书以通俗易懂的语言，深入浅出地对怀孕全程作了全面而系统的科学指导，并对各环节出现的问题做了应对措施，如：妊娠的判断依据是什么、发生妊娠呕吐的应对方法、孕妇的营养需求、孕期同步胎教要点、日常生活细节指导等，该书让新生儿父母可以全面地了解生育的全过程。

书中还对初孕妇容易疏忽的地方还进行了温馨提示，让准父母们在孕育宝宝的过程中做到心中有数，从细节做起，从而防范于未然。

本书是一本非常适合年轻夫妇们妊娠参考的书籍。

该书从幸“孕”开始，针对妊娠过程中的营养饮食、日常保健、自我监护、科学胎教、怀孕禁忌、疾病防治、分娩指导，以及新生儿的养育等，对怀孕全程作了全面而系统的科学指导，并对孕期可能出现的异常均有论及，特别是对初孕妇不知所措的地方，更是从细节入手，深入浅出地提出了一些切实可行的方案；对初孕妇容易疏忽的地方还进行了温馨提示。

<<怀孕280天一本通>>

书籍目录

前言 第一篇 幸“孕”降临了 怀孕早知道 受孕的生理基础 为怀孕做好准备 怀孕后出现的征兆 妊娠的判断依据 妊娠测试 推算预产期 正确应对早孕反应 了解早孕反应 孕妇在妊娠早期发生呕吐的原因 发生妊娠呕吐的应对方法 妊娠剧吐的应对方法 妊娠呕吐者不要禁食 早孕反应的饮食调理 早孕反应的持续时间 十月孕程早知道 怀孕1个月 怀孕2个月 怀孕3个月 怀孕4个月 怀孕5个月 怀孕6个月 怀孕7个月 怀孕8个月 怀孕9个月 怀孕10个月 第二篇 280天饮食与营养同步指导 孕期营养的重要性 孕妇的营养需求 胎儿的营养需求 孕妇需要的营养素 妊娠早期营养特点 妊娠中期营养特点 怀孕后期营养特点 怀孕第1个月 母体营养需求 本月饮食特点 怀孕第2个月 母体营养需求 本月饮食特点 怀孕第3个月 母体营养需求 本月饮食特点 怀孕第4个月 母体营养需求 本月饮食特点 怀孕第5个月 母体营养需求 本月饮食特点 怀孕第6个月 母体营养需求 第三篇 科学胎教有助于胎儿健康发育 第四篇 280天孕期生活保健与监护 第五篇 十月怀胎应避忌 第六篇 孕期常见疾病防与治 第七篇 产前准备与分娩指导 第八篇 产后康复护理 第九篇 新生儿喂养与护理

<<怀孕280天一本通>>

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>