

<<快乐孕产一本通>>

图书基本信息

书名：<<快乐孕产一本通>>

13位ISBN编号：9787802282858

10位ISBN编号：7802282853

出版时间：2007-2

出版时间：新世界出版社

作者：林珂

页数：225

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>

## <<快乐孕产一本通>>

### 内容概要

即便是现在，“丁克一族”时髦的时代，大多数人也认为，孩子是增进夫妻感情的媒介，更是生命的延续，享受天伦之乐是每一个家庭及每一对夫妻的最大愿望。

当我结婚以后，就不可避免地面对新生命的到来之问题。

可我和丈夫都没有相关的生育及育儿经验，对很多的问题存在疑问，也不知道自己是否适合要孩子，而身体及家庭状况是否适合怀孕。

在此情况下，我所怀的第一个宝宝失去了，心灵与身体备受伤害。

然而，想拥有一个好宝宝的想法一直萦绕脑海，挥之不去，这一次，我知道，不可以再草率行事了。

谁都希望生出一个健康而又聪明的宝宝，特别是我，经历过一次流产，更想避免同样的失败与打击。

但是，究竟怎样才能达到这个美好的目的呢？

刚开始的时候，我与丈夫怀有着与你此时相同的种种疑问，而这里面深奥的秘密必须征求专业、科学的指导。

我们四处打听。

想找到一个信得过的医院，求助于具有资深经验的专家教授。

于是，我们在亲友的介绍下，双双来到北京妇产医院。为此专门咨询、请教了专家李教授，在李教授的指导下。

我们在孕前、孕期及产后陆陆续续一年的时间里频繁与专家沟通。

李教授也全程细致地指导了我们孕产妇的方方面面细节。

原来生育并不是想生就生如此简单，存在着不少医学及科学知识。

连日常生活当中，什么东西该补，什么东西不该补，而外在环境及身体、生活的环境都对怀孕有着不可忽视的影响。

我和丈夫弄清了怀孕期应该注意的各种事项。

依此照做。

我平安地渡过了漫长的十月怀胎期，并且生下一个聪明、健康的小宝宝。

同时，我也将整个过程全部记录下来。

这里有专家提供的最科学、实用，而又有可操作性的指导，也有我亲历全程的实用体会：还包含了我在全程收集的最新鲜、时尚的信息及传统理念。

希望这些能成为你枕边的孕产实用大全。

要知道，生育不仅是对自己负责，更要对宝宝乃至家庭和社会负责，因此，请一定要负责任地将新生命带到这个世界上。

如果你计划迎接新生命，但是你是否有所担忧呢？

你是否害怕呢？

又或者你不知道迎接一个新生命究竟要做什么，你也不清楚能否承受他（她）的到来，那么，就请往下翻。

我这个一岁半可爱宝贝的妈妈将带你走进在专家全程专业指导的全新孕产之旅！

并且，我也把自己的经验与体会告诉你。

让我们一起来分享初为人母的幸福感觉！

<<快乐孕产一本通>>

书籍目录

PART1 准备怀孕 一、我想要孩子啦 1.首先,要解除避孕措施 2.准父母的情绪调控 3.身体检查 4.为宝宝做好费用筹划 5.优生咨询不可少 6.准妈妈所需注意的方面 7.准爸爸需要注意什么 二、如何怀孕 1.最佳受孕时间及禁忌 2.最容易受孕的方式 3.最佳生育年龄 三、不孕 1.妻子的不孕 2.丈夫的不孕 四、什么时间怀孕最好 五、孕前需要做哪些热身 1.养成健康饮食好习惯 2.补充各类营养素 3.不可少的叶酸 4.最好实现标准体重 5.孕前也防疫 6.健康的生活方式PART2 怀孕进行时 一、怀孕早知道 1.什么叫做怀孕 2.自我验孕 3.医院确诊 二、怀孕前期 1.妈妈在变化 2.常见症状 3.乳房的变化 4.吃不饱的感觉 5.增多的分泌物 6.怀孕期的月经 7.怀孕初期的注意事项 8.孕期好习惯 9.两性生活 10.胎儿的变化 11.营养补充 三、怀孕中期 1.变化加剧 2.注意事项 3.营养补充 4.两性生活 5.做好胎教 6.胎儿的变化 7.胎儿需要的营养 四、怀孕后期 1.妈妈的变化 .....PART3 生产前的准备PART4 生产进行时PART5 生产后PART6 告诉你——我的孕产育全程体会

<<快乐孕产一本通>>

媒体关注与评论

书评 亲历孕、产、育全程的实用信息、指导及体会。

北京妇产医院专家全程陪护，走过280天的新生命孕育之旅。

给你最实用、最新鲜、最科学、最细致的孕产信息大全。

全面记录孕产育全程中能遇到的问题与解决方案。

最实用、最新鲜、最科学、最细致的孕产信息大全。

您最贴心的枕边孕期保健医生。

孕前的热身——什么时间怀孕最好 孕前、中、后期的生活保健细节 孕妈妈的情绪管理  
胎梦与性别 妈妈的食品、补品与药品 生产前要准备什么 准爸爸与宝宝 妈妈的奶水  
新生儿的生活与新妈妈的恢复 .....

<<快乐孕产一本通>>

编辑推荐

亲历孕、产、育全程的实用信息、指导信体会。  
北京妇产医院专家全程陪护，走过280天的新生命孕育之旅。  
给你最实用、最新鲜、最科学、最细致的孕产信息大全。

<<快乐孕产一本通>>

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>