

<<怎么办，我第一次怀孕>>

图书基本信息

书名：<<怎么办，我第一次怀孕>>

13位ISBN编号：9787544260091

10位ISBN编号：7544260097

出版时间：2012-7

出版时间：南海出版社

作者：赖爱鸾

页数：169

字数：200000

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>

<<怎么办，我第一次怀孕>>

内容概要

孕期到底什么该做什么不该做？

哪些需要进补，哪些需要忌口？

孕期不同的阶段有哪些注意事项？

需要做要哪些疾病的防治工作？

孕期准爸爸的工作有哪些？

……
第一次怀孕，每个准妈妈的心中都有一连串的问号，有一系列急切需要得到指导的“我该怎么办”。

本书为初为父母者提供全面的、系统的、权威的孕期指导，内容严谨、科学实用、内容翔实、针对性强。

伴随准妈妈从妊娠第一周到最后一周。

提供最新的孕产信息，告诉准妈妈自身的变化、胎儿的生长发育、准妈妈的日常饮食营养、在生活中应该注意的事项。

第一次怀孕？

别紧张，本书就是你值得信赖的医生和保健专家。

本书作者是首都医科大学附属复兴医院妇产科主任医生，她用自己丰富的理论基础和临床经验告诉你，怀孕是一次奇妙的旅行，是年轻夫妻的一次成长，她在本书中就孕妈妈所有的问题，将心比心为你支招，铺就“幸孕”之路。

<<怎么办，我第一次怀孕>>

作者简介

给家人最好的爱，作者权威才可信赖！

赖爱鸾，主任医师，教授、硕士生导师、首都医科大学硕士、首都医科大学教授。

担任卫生局专家指导小组成员，从事母婴保健、助产技术、计划生育认证资格评审工作，指导产科危重症救治、计划生育工作。

荣获北京市优秀妇幼工作者、北京市计划生育先进个人，优秀科技人才，岗位竞争能手等多项殊荣。

<<怎么办，我第一次怀孕>>

书籍目录

前言

孕前准备：助你好“孕”气

心理准备，想做妈妈但还有点……

身体准备，精壮卵肥宝宝更健康

开课啦，十月怀胎丈夫按摩别闲着

孕1月，精卵第一次亲密接触

你问我答：准妈妈本月怀孕疑惑

饮食参考：准妈妈怀孕了该怎么吃

除烦解忧：准爸爸按摩助你“好孕”

轻松怀孕：明明白白孕后那些事儿

孕2月，胎儿大小像葡萄

你问我答：准妈妈本月怀孕疑惑

饮食参考：准妈妈怀孕了该怎么吃

除烦解忧：准爸爸按摩助你“好孕”

轻松怀孕：明明白白孕后那些事儿

孕3月，胎儿大小像李子

你问我答：准妈妈本月怀孕疑惑

饮食参考：准妈妈怀孕了该怎么吃

除烦解忧：准爸爸按摩助你“好孕”

轻松怀孕：明明白白孕后那些事儿

孕4月，胎儿大小像枇杷

你问我答：准妈妈本月怀孕疑惑

饮食参考：准妈妈怀孕了该怎么吃

除烦解忧：准爸爸按摩助你“好孕”

轻松怀孕：明明白白孕后那些事儿

孕5月，胎儿大小像橙子

你问我答：准妈妈本月怀孕疑惑

饮食参考：准妈妈怀孕了该怎么吃

除烦解忧：准爸爸按摩助你“好孕”

轻松怀孕：明明白白孕后那些事儿

孕6月，胎儿大小像茄子

你问我答：准妈妈本月怀孕疑惑

饮食参考：准妈妈怀孕了该怎么吃

除烦解忧：准爸爸按摩助你“好孕”

轻松怀孕：明明白白孕后那些事儿

孕7月，胎儿大小像柚子

你问我答：准妈妈本月怀孕疑惑

饮食参考：准妈妈怀孕了该怎么吃

除烦解忧：准爸爸按摩助你“好孕”

轻松怀孕：明明白白孕后那些事儿

孕8月，胎儿大小像哈密瓜

你问我答：准妈妈本月怀孕疑惑

饮食参考：准妈妈怀孕了该怎么吃

除烦解忧：准爸爸按摩助你“好孕”

轻松怀孕：明明白白孕后那些事儿

<<怎么办，我第一次怀孕>>

孕9月，胎儿大小像南瓜

你问我答：准妈妈本月怀孕疑惑

饮食参考：准妈妈怀孕了该怎么吃

除烦解忧：准爸爸按摩助你“好孕”

轻松怀孕：明明白白孕后那些事儿

孕10月，胎儿大小像西瓜

你问我答：准妈妈本月怀孕疑惑

饮食参考：准妈妈怀孕了该怎么吃

除烦解忧：准爸爸按摩助你“好孕”

轻松怀孕：明明白白孕后那些事儿

附录

<<怎么办，我第一次怀孕>>

章节摘录

版权页：插图：

<<怎么办，我第一次怀孕>>

编辑推荐

《怎么办,我第一次怀孕》着力细节,以孕育时间为主线,对妊娠过程中孕妈妈最困惑、最关心的问题做了说明,同时从日常保健的角度,对怀孕过程中的宜忌做了科学阐述,并针对各个阶段胎儿发育及母体生理变化精挑细选了一些孕期食谱。

相信孕妈妈们读了此书后,可以将每一件迎面而来的孕事做得游刃有余,优雅地享受属于你的好孕时光吧!

<<怎么办，我第一次怀孕>>

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>