

<<30岁当妈妈>>

图书基本信息

书名：<<30岁当妈妈>>

13位ISBN编号：9787303082049

10位ISBN编号：7303082042

出版时间：2006-8

出版时间：北京师范大学出版社

作者：玉米妈妈

页数：179

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>

## <<30岁当妈妈>>

### 内容概要

本书由妇产科权威专家翟桂荣医生亲自作序，摇篮网隆重推荐。  
全程陪伴你十个月，与你一起体验甜蜜与喜悦！

本书详细记述了作者妊娠前的准备及妊娠早、中、晚期及产后的各个环节，和从心理、生理方面的自我调节，面对妊娠早期的孕吐带来的痛苦及勇敢的坚持；在怀孕四个月后产前检查过程中对宝宝的担心；宝宝对妈妈的反应带来的欢乐；分娩后宝宝给全家带来的欢乐与幸福无不渗透在书中的字里行间，令人为之感动。

如果你打算做妈妈，你应该读读这本书，知道自己孕期产后每一步需要做什么；如果你打算做爸爸，更应该读读这本书，知道自己身边此时最爱的人都在或正要经历什么；如果你的朋友想做妈妈，请向她推荐这本书，这本书就是她此时最需要的亲密朋友。

《30岁当妈妈》给准妈妈们许多启示、借鉴和经验，准妈妈和准备做妈妈的女性或许可以从中得到不少参考和帮助。

## <<30岁当妈妈>>

### 作者简介

玉米妈妈本名王剑丽，1992年进入传媒行业，涉足报纸、广播、电视领域。1999年投身于互联网，曾任中国电子商务成功典范卓越网公关部经理，负责卓越的品牌建立与推广。目前任北京开创明天科技有限公司总经理www.X5dj.com CEO。

一个事业成功的女人同时也是一个让宝宝依赖

## &lt;&lt;30岁当妈妈&gt;&gt;

## 书籍目录

序一 母亲安全儿童优先序二 亲情无限序三 关于生孩子这件事序四 给玉米妈妈的一封信序五  
 我们仨 一、前奏曲 孕前检查 精品制造 吃好喝好，生个健康宝宝 全副武装，跟辐射战斗到底  
 随便吃药要不得 祝你“好孕” 行动失败，郁闷呢 请传说中的中医出马二、怀孕啦  
 胎教的日子 给宝宝起名字 上课啦 胎教操 全职待产 准玉米妈妈的日记哦 2月16日  
 （怀孕14周+4天）第一次产检 3月1日（怀孕16周+4天）拿到产检结果啦 3月29日（怀孕20周+4  
 天）玉米宝宝会动了 4月5日（怀孕21周+4天）第一次做B超 4月29日（怀孕25周+0天）意外顺  
 利挂到专家号 5月21日（怀孕28周+1天）在医院找乐子 / 胎位问题 5月31日（怀孕29周+3天）  
 第二次做B超 6月21日（怀孕32周+3天）终于电话预约上了 7月5日（怀孕34周+3天）全家总动  
 员陪我去医院 7月23日（怀孕37周+1天）原来胎心监护是这样的 .....三、玉米终于出来啦玉米妈  
 妈产后贴心小知识以书会友 读者留言附录后记一后记二 感恩的心致谢

## &lt;&lt;30岁当妈妈&gt;&gt;

## 章节摘录

书摘行动失败，郁闷呢！

在这个必须要飞速提升自己竞争力的社会里，职场中的每一个人都面临着各种各样的压力，正是因为这个原因，都市人的生育能力普遍降低。

当造人计划实施失败的时候，受到的打击也相当大。

要知道做出要孩子这个决定本身是多么不容易呀，从家庭的经济实力，到小家庭的未来规划；从两人的职责安排，到孩子的成长远景，真是想了又想才达成一致意见，之前又做了N项准备工作，本以为一次就能成功的，可是却毫无进展。

特别是已婚多年，长期没有计划要小孩的，据说当有计划后，至少要三个月到半年的努力才可能成功。

这个说法我以前就听说过了，但是当时很有些不以为然。

可当第一个月实施计划未果失望得不得了的时候，却意外发现网络论坛上有一大批焦急而苦恼的“未准”们，为着能早日有“好孕”在相互交流着心得体会。

这个时候，怀疑自我的生育能力是肯定的！

我是不是有问题啊？

先生会不会有毛病？

经历过一次失败的人或多或少都会这样问自己。

上“未准论坛”的时间长了也是一种煎熬，虽然你找到了一个和你处境一样的庞大群体，可是“工作”之后的等待，却是那样地折磨人。

每天都有人说自己怀孕了，也每天都有人无比悲伤地又一次以失败告终。

好在这种成功的机率每个月都有一次可以去检验，从长远来看，就算短期失败也无所谓，毕竟机会还多，时间还长，能多享受两人甜蜜世界就尽情感受吧。

心理建设是必要的，而我先生还很认真地总结经验，在第二个月的时候，从生理期结束的第一天开始，他每天早起给我量体温。

重要的理论依据是，例假后女性的体温会比较稳定处于一个低温期，但是排卵期前的一两天，体温会突然降低然后上升，也就是说通过测量体温知道最佳的受孕时机，在排卵期“工作”成功的机率相当高。

不巧的是，那个月我随组外出拍摄短片，一不小心在某地滑了一跤，整个背部受到扭伤，有半个月无法正常转身，背上也贴了很多麝香止痛膏，于是第二个月的计划只能延迟。

关于我用的麝香止痛膏事后被网友告之，是绝对要被禁止使用的，因为麝香会导致流产，孕妇不可以使用。

那段时间因为背部受伤，又赶了几个通宵的稿子，身体很虚弱，脸色非常不好。

P9-P10

## <<30岁当妈妈>>

### 后记

在做全职妈妈的日子，我记录了很多关于玉米成长和妈妈心情的文字，一直期盼能跟更多的人来分享

。直到机缘巧合遇到了北京师范大学出版社，他们给予我了这个机会，让这个梦想变为现实！

从递交产检日记，到见面谈出版，再到签合同，这一路走来我都觉得似梦似幻。

玉米7个月左右，我一边着手给他做断奶的准备，一边着手重新找工作，并在三月的最后一天，决定去公司上班，开始了职场妈妈朝九晚六忙碌的生活；待到五一之后玉米完全断奶后，更让我觉得那些全职妈妈的日子离我渐行渐远。

## <<30岁当妈妈>>

### 媒体关注与评论

书评我相信有很多人需要这本书。

以前我和父母都认为传统方法孕育小孩最保险，看完作者的书才明白与时俱进这个道理。

——网友·flora 记得开始看这个贴子时，是当成女人生孩子的操作手册，再看，却有一种温馨与爱意感染着我。

一位幸福的母亲。

一位幸福的宝贝。

——网友·佚名 紧张地看到最后，“呼”地舒了一口气，像在看悬疑小说一样。

女人生孩子原来是这般的辛苦中幸福着……

——网友·我爱兔子 母亲需要学习，这是时代对二十一世纪母亲的要求。

我们要用科学、理智、智慧的母爱来孕、育自己的孩子，去爱二十一世纪的建设者和创造者，这便是当代母亲与传统母亲的不同。

《30岁当妈妈》给准妈妈们许多启示、借鉴和经验，准妈妈和准备做妈妈的女性或许可以从中得到不少参考和帮助。

——北京妇产医院产科 翟桂荣主任 孕育新生命无疑是幸福的过程，从未准到孕期，从生产到培育，小宝宝无时无刻不在牵动着当妈的心。

30岁当妈的人也许会经历更多的辛苦和不易，但这丝毫阻挡不了母爱的力量，勇敢、坚持、乐观、细心……，妈妈对宝宝的无私付出永远是人世间最美丽的画面。

——摇篮网推荐

## <<30岁当妈妈>>

### 编辑推荐

《30岁当妈妈(最新版)》给准妈妈们许多启示、借鉴和经验，准妈妈和准备做妈妈的女性或许可以从中得到不少参考和帮助。

全程陪伴你十个月，与你一起体验甜蜜与喜悦，量身定制.....经验分享.....贴心呵护.....我相信有很多人需要这本书。

以前我和父母都认为传统方法孕育小孩最保险，看完作者的书才明白与时俱进这个道理。

——网友·flora记得开始看这个贴子时，是当成女人生孩子的操作手册，再看，却有一种温馨与爱意感染着我。

一位幸福的母亲。

一位幸福的宝贝。

——网友·佚名紧张地看到最后，“呼”地舒了一口气，像在看悬疑小说一样。

女人生孩子原来是这般的辛苦中幸福着.....——网友·我爱兔子母亲需要学习，这是时代对二十一世纪母亲的要求。

我们要用科学、理智、智慧的母爱来孕、育自己的孩子，去爱二十一世纪的建设者和创造者，这便是当代母亲与传统母亲的不同。

《30岁当妈妈》给准妈妈们许多启示、借鉴和经验，准妈妈和准备做妈妈的女性或许可以从中得到不少参考和帮助。

——北京妇产医院产科翟桂荣主任孕育新生命无疑是幸福的过程，从未准到孕期，从生产到培育，小宝宝无时无刻不在牵动着当妈的心。

30岁当妈的人也许会经历更多的辛苦和不易，但这丝毫阻挡不了母爱的力量，勇敢、坚持、乐观、细心.....，妈妈对宝宝的无私付出永远是人世间最美丽的画面。

——摇篮网推荐



<<30岁当妈妈>>

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>