

<<280天实时胎教细节百科>>

图书基本信息

书名：<<280天实时胎教细节百科>>

13位ISBN编号：9787510109010

10位ISBN编号：7510109019

出版时间：2011-10

出版时间：中国人口

作者：王琪

页数：255

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>

<<280天实时胎教细节百科>>

内容概要

生动图解孕妈妈和胎宝宝每月的发育状况，深情点拨提领每周胎教生活的胎教关键点，悉心提供科学权威、内容丰富的胎教专家方案，温情呈现关注孕育细节的特别提醒和孕育小知识。

<<280天实时胎教细节百科>>

书籍目录

第一章 生命萌发的 第1个月

总述

第1天胎教专家方案胎教初了解

第2天胎教专家方案胎教的形式

第3天胎教专家方案胎教的主要内容

第4天胎教专家方案胎教要把握时间

第5天胎教专家方案科学的胎教方法

第6天胎教专家方案胎教的效果

第7天胎教专家方案营养调理

总述

第8天胎教专家方案日本的胎教情况

第9天胎教专家方案英国的胎教情况

第10天胎教专家方案法国的胎教情况

第11天胎教专家方案美国的胎教情况

第12天胎教专家方案中国古代胎教

第13天胎教专家方案合理膳食也是一种胎教

第14天胎教专家方案优境养胎

总述/

第15天胎教专家方案培养良好的生活习惯

第16天胎教专家方案要注意自己的情感变化

第17天胎教专家方案孕妈妈应注意调理身体

第18天胎教专家方案营养摄取非常重要

第19天胎教专家方案孕妈妈应勤于动脑

第20天胎教专家方案养胎与胎教并重

第21天胎教专家方案要注意自己的言行

总述/

第22天胎教专家方案要注意补充叶酸

第23天胎教专家方案保持感情融洽

第24天胎教专家方案孕妈妈应多散步

第25天胎教专家方案平时作息要有规律

第26天胎教专家方案注意补充维生素B12

第27天胎教专家方案保持愉悦的心情

第28天胎教专家方案孕妈妈要注意补锌

第二章 让人惊喜的 第2个月

总述

第29天胎教专家方案胎教一定要适当适度

第30天胎教专家方案为胎宝宝带去文学享受

第31天胎教专家方案保证充足的睡眠时间

第32天胎教专家方案应该开始做妊娠检查

第33天胎教专家方案孕妈妈做一做孕妇体操

第34天胎教专家方案让胎宝宝感受“美”

第35天胎教专家方案准爸爸不可置身事外

总述

第36天胎教专家方案饮食与营养的摄入

第37天胎教专家方案认识形象意念胎教

<<280天实时胎教细节百科>>

- 第38天胎教专家方案孕妈妈应该少用手机
- 第39天胎教专家方案运动胎教好处多
- 第40天胎教专家方案抚摸胎教可常做
- 第41天胎教专家方案不可忽视的母爱
- 第42天胎教专家方案孕妈妈一定要慎用药
- 总述
- 第43天胎教专家方案色彩的视觉刺激
- 第44天胎教专家方案通过写日记调整情绪
- 第45天胎教专家方案要注意自己的饮食习惯

.....

- 第三章 逐渐稳定的 第3个月
- 第四章 迅速成长的 第4个月
- 第五章 动感十足的 第5个月
- 第六章 初具人形的 第6个月
- 第七章 敏感调皮的 第7个月
- 第八章 拳打脚踢的 第8个月
- 第九章 忐忑不安的 第9个月
- 第十章 瓜熟地落的 第10个月

章节摘录

版权页：插图：目前孕妈妈的外表还看不出有什么改变，但在孕妈妈的体内却发生着翻天覆地的变化。

早晨醒来后，孕妈妈常会感到难以名状的恶心，而且嘴里有一种说不清的难闻味道，有时像汽油或其它化学原料的感觉，这是怀孕初期大多数孕妈妈都会遇到的情况。

在本周中，多数孕妈妈还会持续出现妊娠反应，不必为此而感到惊慌。

当然，那些吐得特别厉害，吃什么吐什么，代谢变得十分紊乱的孕妈妈，需要赶快去医院加以治疗，必要的时候还要住院输液。

此时，有些孕妈妈常常会出现饥饿的状态，刚吃完饭不一会儿，就会感到肚里空空，而且常常饥不择食地吞咽各种食物。

这是由于腹中的胎宝宝在快速发育，因而需要大量营养的缘故。

经过一番大吃大喝地补充之后，孕妈妈就会发现，自己的体态很快就会发生变化。

这个时候，有的孕妈妈或许会因为担心影响身材而减少食物的摄入，这样做是不对的。

因为目前是胎宝宝发展的关键时期，孕妈妈不应该过多地考虑体形，而忽略营养需求的补充。

<<280天实时胎教细节百科>>

编辑推荐

《280天实时胎教细节百科》孕产专家贴心而至，将多年积累的孕育智慧献给每位孕妈妈，带给你和宝宝最贴心，最专业的呵护。

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>