

<<孕前倒计时>>

图书基本信息

## <<孕前倒计时>>

### 内容概要

本书将介绍关于如何增进生育能力的双轨方法，以及能最大限度增加你受孕机会及健康妊娠的孕前护理保健的全面知识。

未来的爸爸妈妈们将更富有活力，更加放松，并更有能力妥善应对一个新生儿提出的挑战。

如何使你的宝宝顺利出生，并获得高水平的营养，在宝宝孕育过程中研读本书将会使你获益匪浅。

## <<孕前倒计时>>

### 书籍目录

引言第一章 你准备好为人父母了吗？

找时间出去谈一谈 双方的既往病史会对怀孕产生什么影响 HIV/AIDS与妊娠第二章 改善你的生育能力 获得健康妊娠的5个步骤 第一步 调适你的生活方式 第二步 增强你的体质 第三步 清除你体内的毒素 第四步 改善你周围的环境 第五步 放松并保持积极的态度第三章 生理常识第四章 补充治疗第五章 孕前倒计时 附录一 助孕技术 附录二 描记生育周期图表

## <<孕前倒计时>>

### 媒体关注与评论

婴儿是一件天赐的奇妙礼物，是让人惊喜和快乐的源泉。对于未来的爸爸妈妈们来说，生命的礼物是如此的珍贵，因而，他们考虑更多的是未出世的宝宝的健康，愿意尽最大努力给宝宝创造一个最好的开端。可喜的是，你可以仅仅通过制订一个生育计划来增强你的生育能力，享受一个无忧无虑的孕期，并得到一个健康的婴儿。

<<孕前倒计时>>

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>