

<<怀孕分娩育儿实用百科>>

图书基本信息

书名：<<怀孕分娩育儿实用百科>>

13位ISBN编号：9787533756512

10位ISBN编号：7533756517

出版时间：2012-6

出版时间：安徽科学技术出版社

作者：陈咏玫

页数：387

字数：460000

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>

<<怀孕分娩育儿实用百科>>

内容概要

怀孕、分娩、育儿，是孕育宝宝的三部曲，期间每一个细节，都对宝宝的未来影响深远，只要掌握科学的孕育理念，就能让宝宝健康发育、快乐成长。无论怀孕、分娩，还是育儿，只要用心就能让你成为一个好妈妈，无论不适、痛苦，还是烦恼，阅读《怀孕分娩育儿实用百科（最新版）》，就能让你轻松面对。

<<怀孕分娩育儿实用百科>>

书籍目录

孕前准备篇——精心准备，静待“幸孕”降临
孕前3个月，将身心调整到最佳状态
准备怀孕，孕前生活新调整
好的心境，才能迎来“好孕”
过胖或过瘦，都会影响受孕
调顺月经，为优孕做准备
想做妈妈，孕前加强营养储备
加强运动，努力提高自身体质
孕前体检，为孕育搭建安全防护网
有病先治，为优生清除后遗症
好时有好孕，受孕把握好时机
这几个时期最好不要受孕
孕前1个月，找到排卵期抓住“好孕”
十月怀胎——怀揣幸福，“好孕”伴你一路同行
分娩月子篇——痛却不苦，喜迎宝宝的降生
婴儿篇——摸爬滚打，每一天都给父母惊喜
幼儿篇——走跑跳跃，人小鬼大样样行

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>