

<<孕产妇生活全书>>

图书基本信息

书名：<<孕产妇生活全书>>

13位ISBN编号：9787540309824

10位ISBN编号：7540309822

出版时间：2006-6

出版时间：崇文书局（原湖北辞书）

作者：任超奇

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>

## <<孕产妇生活全书>>

### 内容概要

妊娠和分娩从某种意义上讲，是一项崇高而自然的工作，也是作为母亲应该尽全力完成的事情。产科的研究在近些年来取得飞速进展，在减少异常分娩、缩短分娩时间、无痛分娩等方面都取得了显著的成果。

和过去相比，顺产率显著提高。

尽管如此，妊娠、分娩仍然必须在孕产妇的努力下进行，是孕产妇的天职，当然其中也少不了丈夫的协助，再进一步讲，即将出生的孩子其自身想要出生的努力和意志也是不能忽视的。

可以说妊娠、分娩是母子共同进行的事业，在这里有无需偿还的爱，为此所需的力量也由大自然赋予给母亲。

针对妊娠、分娩、育儿各种阶段，本书提供了许许多多科学的实用的有效的方法，如营养方法、保健方法、治疗方法、食疗方法、运动方法、美容方法、育儿方法等等。

## <<孕产妇生活全书>>

### 书籍目录

孕前准备 决定胎儿性别的奥秘 孕前保证充足睡眠 孕的最佳年龄 孕前宜补肾 孕前戒烟戒酒  
谨访放射线对胎儿的影响 认识遗传基因 孕前营养 想生壮宝宝孕前实叶酸 孕前饮食方案 孕前  
生理心理双准备 孕前准妈妈须知 孕前物质准备 选择在排卵期受孕 孕前性生活学问多 受孕的  
神秘过程 怀孕的神秘过程 怀孕征象六种 如何证实怀孕 预产期的计算方法 孕前需做的检查孕  
期营养 孕前要补的七种营养素 孕期正确补碘法 补碘食谱 孕期补给铁母婴不贫血 补铁食谱  
孕期补钙胎儿体健 补钙食谱 孕期维生素的所需量 如何预防孕期营养不良 孕妇要少食糖精与腌  
制品 孕妇要远离冷饮与米酒 孕期补充硫胺素有良方 食用海鲜安全事项 孕妇喝水学问多 水果  
、蔬菜好处多多 孕妇宜以食养颜 微量元素、矿物质与优生 孕妇忌食的人造食品 孕妇忌食的人  
造食品 孕妇偏食害处多 孕妇要少吃油条.....孕期保健孕期医疗孕期用药分娩保健产后第一周保健  
产后第二周保健产后第三周保健产后第四周保健产后虚弱的调养与保健方法产后乳房护理及哺乳产生  
饮食调养产生生活护理

<<孕产妇生活全书>>

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>