第一图书网, tushu007.com

<<怎么办，我第一次做胎教>>

图书基本信息

书名：<<怎么办，我第一次做胎教>>

13位ISBN编号：9787544260107

10位ISBN编号：7544260100

出版时间：2012-7

出版时间：南海出版社

作者：赖爱鸾

页数：164

字数：200000

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

第一图书网, tushu007.com

<<怎么办，我第一次做胎教>>

内容概要

经过科学研究证明，比起孩子出生后进行10年教育，10个月的胎教更加重要。
也就是说比起孩子出生之后接受的智力开发，英才培养等系统教育，腹中10个月所收到的胎教更重要得多。

基于此，本书专为准妈妈提供了一套简洁、系统的优生胎教方案。
依照准妈妈怀孕的时间顺序，从孕前准备到每一个孕周，按照情绪胎教、营养胎教、优境胎教、音乐胎教、语言胎教、运动胎教、抚摸胎教、光照胎教等分类方法，详尽指导准妈妈每周实施胎教，让准妈妈在轻松愉快的阅读中得到启发，帮准妈妈打造最健康、最聪明的天才宝宝。

第一图书网, tushu007.com

作者简介

给家人最好的爱，作者权威才可信赖！

赖爱鸾，主任医师，教授、硕士生导师、首都医科大学硕士、首都医科大学教授。

担任卫生局专家指导小组成员，从事母婴保健、助产技术、计划生育认证资格评审工作，指导产科危重症救治、计划生育工作。

荣获北京市优秀妇幼工作者、北京市计划生育先进个人，优秀科技人才，岗位竞争能手等多项殊荣。

第一图书网, tushu007.com

<<怎么办，我第一次做胎教>>

书籍目录

第1周
胎儿在成长：宝宝到底有多大啦
准妈妈变化：宝宝让我“孕味”十足
胎教课堂：胚前期胎教
饮食胎教：叶酸、DHA一个都不能少
运动胎教：太极招式，消除疲劳一身轻松
按摩胎教：睡前按摩，让准妈妈心情放松
情绪胎教：《梦幻曲》感受清新与自然
其他胎教：养好身体，为胎儿发育提供“沃土”
第2周
胎儿在成长：宝宝到底有多大啦
准妈妈变化：宝宝让我“孕味”十足
胎教课堂：胎教不是技术，是一种态度
饮食胎教：每日应补充0.4毫克叶酸
运动胎教：泡脚、搓穴，滋阴保肾
按摩胎教：按摩手腕至腋下，除麻痹
情绪胎教：唱唱小曲儿心情好
其他胎教：教你一招呼吸胎教法
第3周
胎儿在成长：宝宝到底有多大啦
准妈妈变化：宝宝让我“孕味”十足
胎教课堂：衣着适当，慎穿紧身衣
饮食胎教：营养均衡，钙、铁、锌、硒、维生素一样都不能少
运动胎教：小动作排浊、排毒效果好
按摩胎教：准妈妈治疗耳鸣有妙招
情绪胎教：沉浸在“宝宝长什么样”的幸福中
其他胎教：日记胎教法--记录胎儿的成长
第4周
胎儿在成长：宝宝到底有多大啦
准妈妈变化：宝宝让我“孕味”十足
胎教课堂：远离纷扰，优境养胎
饮食胎教：补充维生素B2、维生素D
运动胎教：保持良好姿势，摆脱腰酸背痛
按摩胎教：按摩消胃疼
情绪胎教：远离孤独症
其他胎教：端正准爸爸的审美胎教

第一图书网, tushu007.com

章节摘录

版权页：插图：

第一图书网, tushu007.com

<<怎么办，我第一次做胎教>>

编辑推荐

《怎么办,我第一次做胎教》帮你可以培养出小天才！
为你提供一份最值得信赖的胎教教程。
宝宝是夫妻双方生命的延续和爱情的结晶，在计划生育的大环境下，大部分夫妻只能生育一个孩子，自然就会对其寄予深切厚望。
那就从胎儿期开始吧，别让他输在起跑线上。
书中提供了多种有效的胎教方式，赶快打开本书，让专家告诉你，你该怎么给宝宝做胎教！

第一图书网, tushu007.com

<<怎么办，我第一次做胎教>>

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