第一图书网, tushu007.com

<<初当妈妈十日读-安全女性手册丛书>>

图书基本信息

书名：<<初当妈妈十日读-安全女性手册丛书>>

13位ISBN编号：9787806485262

10位ISBN编号：7806485260

出版时间：2001-02

出版时间：延边人民出版社

作者：张浩

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

内容概要

本书是《完全女性手册丛书》之一，是一本关于产妇减肥的普及读物。
全书分别从产后女性身体的变化、产后的调养、产后营养、产后的恢复、产后怎样尽快瘦身、产后日常生活、产后保健、产褥期异常与常见病、产后疾病的防治和产后美容与减肥这几方面来详细介绍产后瘦身的基本知识。

全书内容丰富，通俗易懂，知识性、实用性强。
相信能成为广大产后妇女瘦身保健的参考资料。

第一图书网, tushu007.com

书籍目录

第一日 产后女性身体的变化
第二日 产后的调养
第三日 产后营养
第四日 产后的恢复
第五日 产后的怎样尽快瘦身
第六日 产后日常生活
第七日 产后保健
第八日 产褥期异常与常见病
第九日 产后疾病的防治
第十日 产后美容与减肥

第一图书网, tushu007.com
<<初当妈妈十日读-安全女性手册丛书>>

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