第一图书网, tushu007.com

<<俏妈咪30天蜕变>>

图书基本信息

书名：<<俏妈咪30天蜕变>>

13位ISBN编号：9787806518922

10位ISBN编号：7806518924

出版时间：2011-1

出版时间：羊城晚报

作者：乔淑珍

页数：241

字数：330000

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

前言

坐月子的传统观念很多，怕风怕凉是其中之一。
究其原因，还是由于想当年老人们年轻时的经验，经验并不错，但是时代不同了，当时的条件与现在相比，已经有了天壤之别，那时一位产妇得了病，传下来就成了受风受凉的结果，目前家里暖气空调俱全，无论什么气候都没问题，只要避免对流风直接吹，就不会出现因为受风受凉造成的产后疾病。而且，产后家里客人多，空气流通不好，更应该及时通风换气，以预防疾病的发生。

第一图书网, tushu007.com

<<俏妈咪30天蜕变>>

内容概要

宝宝是父母爱的结晶，当孕妇妈妈们顺利生产之后，在日常生活和个人护理中该注意哪方面的问题，孕妇妈妈如何在产后恢复曲线身姿，如何恢复产前魅力，《准妈妈优等生(时尚优生胎教必读)》由乔淑珍编著，将一为你详细解答。

第一图书网, tushu007.com

作者简介

乔淑珍，知名妇幼类图书作者，复旦大学研究生，在近几年出版了同类图书十多种。

第一图书网, tushu007.com

<<俏妈咪30天蜕变>>

书籍目录

1.坐月子要坐多久
2.产褥期的正常现象
3.谨防月子病
4.身体尽快复原
5.产后忧郁症
6.子宫修复不全
7.产后子宫脱垂
8.产后子宫脱垂
9.治疗产后手脚麻木
10.产后为何容易发生便秘
11.产后尿道感染
12.处理产后排尿困难
13.产后为什么还有腹痛
14.防治失血过多引起的产后腹痛
15.防止瘀血停滞引起的产后腹痛
16.产后腹痛食疗
17.防治产后盆腔静脉曲张
18.防治产后恶露过期不止
19.产后恶露食疗
20.防治产后恶露不下
21.预防产后心力衰竭
22.预防产后大出血
……

第一图书网, tushu007.com

<<俏妈咪30天蜕变>>

编辑推荐

女性在产后身体机能需要一段时间来恢复，女性如何来度过身体修养期？
在恢复期间“蜕变”自己的同时，又该注意些什么问题？
《俏妈咪30天蜕变:时尚俏妈咪坐月子必读》打造全新的自己。

第一图书网, tushu007.com

名人推荐

如何科学健康的坐月子是很多准妈妈关心的问题，书中将准妈妈在休养期间所遇到细节都做了详细的解答，它将一步步守卫在准妈妈的左右，排忧解难。

第一图书网, tushu007.com

<<俏妈咪30天蜕变>>

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