

《做好孕前准备怀上最棒一胎》

图书基本信息

书名：《做好孕前准备怀上最棒一胎》

13位ISBN编号：9787537541053

10位ISBN编号：7537541051

出版时间：2010-10

出版社：河北科技出版社

作者：吴锦霞

页数：249

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《做好孕前准备怀上最棒一胎》

内容概要

《做好孕前准备怀上最棒一胎》是一本孕前准备指导书，主要包括以下3个方面的内容：一是教会准爸爸和准妈妈培养高质量精子和卵子，以孕育出最棒的宝宝；二是提醒准爸爸和准妈妈排除一切不利受孕的因素，以提高成功受孕的概率；三是为孕期做足准备，使准妈妈平安度过10个月漫长而艰辛的路程。至于如何实现，就需要准爸爸和准妈妈在饮食和生活细节上多加注意了，注意什么？《做好孕前准备怀上最棒一胎》将会给你一一详解。

《做好孕前准备怀上最棒一胎》

书籍目录

- PART 1 你应该了解的受孕常识
- PART 2 孕前6个月，身心进入准备期
- PART 3 孕前5个月，严格执行备孕计划
- PART 4 孕前4个月，坚持做好备孕工作
- PART 5 孕前3个月，进入备孕关键时期
- PART 6 孕前2个月，为怀孕做充足的准备
- PART 7 孕前1个月，即将迎来可爱的胎宝宝
- PART 8 9个月的孕期近在眼前，你做好准备了吗

《做好孕前准备怀上最棒一胎》

编辑推荐

重要的不只是怀胎十月 孕前准备工作 是你怀上最棒一胎的助推力 教会准爸准妈培育最优质的精子和卵子 提醒准爸准妈排除一切不利受孕的因素 为孕期做足准备，让你平安度过漫长而艰辛的十个月

《做好孕前准备怀上最棒一胎》

精彩短评

- 1、送货很快，晚上11点多下的订单，第二天早上9点多就送到了，地址留的是公司的，还没起床呢领导就打来电话说有我的书，晕~
- 2、粗略看一眼还不错，普及类书籍，适合我们看
- 3、共买了三本 到目前只看了半本 满意
- 4、这这本书非常好 很全面 准备要孩子的一定要看看 帮助很大 能提起阅读兴趣 好书！强力推荐
- 5、因为久久不能怀孕一直有种忐忑的心情，自从看了这本书，感觉很有指导性，而且从生活习惯的各个方面都做了详细的介绍，一般的书籍写孕前的内容很少，或者几章就带过去了，而本书却是很详细的介绍了怀孕前的一些很具有指导性的内容。非常适合想要怀孕的人看，看了之后心情也会轻松起来~很神奇的事我在看完这本书后也怀孕了，希望这样的好孕能带给更多人。
- 6、刚到，还没来及看，感觉应该还不错，知道细细品味的一本书。
- 7、写的挺详细的，刚刚考试看
- 8、要想怀孕的妈妈们，可以提前看看这本书哦，内容很不错，受益匪浅。
- 9、我已经做妈妈了，这本书有帮助的
- 10、刚拿到书，还没看，纸质要是彩页的就更好了
- 11、帮同事买的，同事刚结婚，想生个健康宝宝，所以买了这本书。她给我的一句话就是：“这本书还不错。”
- 12、值得准爸爸妈妈一看的一本书
- 13、书很实用，非常好。推荐
- 14、大致翻看了一下，貌似还不错的说，主要是买了送人的。。。
- 15、书里讲的东西很受用，正是我所需要的！
- 16、用于实践需要时间呵呵，还不错吧
- 17、看了让我学到不少知识！
- 18、备孕的时候一直看来着，需要注意什么，该提前打什么疫苗，该提前查哪些身体化验，该吃什么，生男孩女孩都该做哪些方面的准备，说的很详细，很好！
- 19、是我想要买的那种书，写的很全，推荐
- 20、对于怎么样怀一个聪明宝宝很有指导意义
- 21、多看无坏处
- 22、打算是送给下个准备怀孕的朋友
- 23、买了3本专门针对孕前的书，我准备了半年了，刚开始比较小心，慢慢的发现正常就好，平常心就好。不过看看书还是很有帮助的，心里有底了。
- 24、内容很详尽，先是普及了基本知识，然后按月告知注意事项。值得一读
- 25、今天刚好把这本书看完，书很全面，从备孕基础知识到准备怀孕前六个月开始到怀孕其间的一些注意事项写得很清楚，很不错，学习到了，现在就全心准备迎接一个健康宝宝了。
- 26、买给新婚的妹妹，她说对她而言管用！当当速度相当响叮当。没理由不爱当当哈哈
- 27、为了怀孕做准备的，开卷有益，有空读读还是挺有帮助的
- 28、感觉对于一窍不通的准爸准妈们还是有所收获的！值得一看~~
- 29、送朋友的都说是本不错的书
- 30、不错，讲得很详细。
- 31、这本书很实用，操作性比较强，对我有很大帮助
- 32、书到不错就是内容写的太碎
- 33、书的内容比较全面，内容比较易懂，不像那种理论性很强的书让人看不下去。质量也不错！之前在超市看到的这本书，一点折都不打，还是在当当买合适啊！以后就在当当买书了！喜欢！
- 34、一直来我都是在当当网购书，书正版价格实惠，又可以货到付款，超好！
- 35、正在备孕的阶段。正好能帮上忙。学到了很多知识呢
- 36、这本书描述的挺好的，并且内容也比较全面，送货速度也挺快。最重要的是满额之后可以到付并且无手续费，十分方便

《做好孕前准备怀上最棒一胎》

- 37、送给家人的，自己觉得很不错。
- 38、还不错啦，学到不少呢
- 39、还没看，看起来很好啊
- 40、想要健康宝宝的准爸爸妈妈必看
- 41、整体还不错的，孕前看很好
- 42、大概看了，还可以
- 43、购买的书很符合要求，值得一看。
- 44、彩页的 看着蛮舒服
- 45、书的内容非常好，一点也不乏味，让人看了之后明白了很多知识~值得拥有
- 46、不错，很详尽，喜欢
- 47、当当物流还不错，书应该是正版，还不错！
- 48、有待继续
- 49、不像其它同类的书那样空空而谈，这本书说的很细，和老公都在看了，不错！
- 50、适合备孕时看，有详细0-6个月的注意事项
- 51、孕前知识讲解的很详细，和另外一本倒换着看，相信一定能够增长不少的知识。
- 52、这本书的质量挺不错，到底是一分价钱一分货啊。
- 另外，书上的内容浅显易懂，非常适合茶余饭后休闲时翻翻。
- 53、内容很详细，阅读性强
- 54、不错，很详细的问答，内容不错，值得买来参考学习
- 55、提前买来学习的，里面的内容很好
- 56、是彩页的 写的挺好
- 57、这本书把准爸爸准妈妈的所有顾虑都解决了·！我个人觉得特别实用·！而且增长很多知识·！
- 58、对于什么都不懂的准备怀宝宝的来说很通俗易懂
- 59、本书针对怀孕前的每个月不同细节的地方需要注意的点做了说明，非常详细。。。
- 60、。。慢慢读在，好多东西一哈都记不住~
- 61、这本书写得还可以，信息比较全！
- 62、很多东西都不知道，看了书学习了不少。尤其是饮食方面的~~以后要好好做到~~
- 63、不错，写得很细
- 64、书不错,质量也很好!
- 65、帮同事买的，同事非常喜欢。
- 66、买了两本，内容有重复。不过这本内容贴合实际，其中的问答很有用。
- 67、没怀孕的可以买来看看。
- 68、跟描述的一致。
- 69、本写的很好，通俗易懂。很符合现代的年轻人阅读，不光有准妈妈的注意事项和营养标准，一样也适用于准爸爸阅读，我想生育是一个家庭的事情，爸爸妈妈都有做好生个漂亮宝贝的责任和义务。很喜欢，正在阅读，嘻嘻！
- 70、没看。我翻了一下。也是很全面的。说孕前的准备。可惜自己已经怀上了。就没有看了。给朋友看吧。嘻嘻！
- 71、还可以，可能是我看的书太多了吧，没有什么特别之处
- 72、还可以，简单的翻了翻，应该能学到不少东西
- 73、对于想要孩子的准爸爸准妈妈还得很有推荐价值的，里面东西写的比较详尽，还推荐了一些菜谱，这本书是我在书店看到了来当当买的，感觉很不错，也没有什么质量问题。
- 74、全部认真读完。受益匪浅，不过担心的更多了
- 75、往往计划没有变化快，但有计划总比没计划好！
- 76、按照怀孕前的时间段，按月份讲述了需要准妈妈做的准备工作以及掌握的核心知识。具有较强的指导性，让我认识到了孕前检查的必要性。也对孕前的保健充满的信心。建议计划要宝宝的女士们闲暇之余可以读一读，不过不要期待这里面的内容只看一次就能完全记下哦，需要阶段性反复浏览才行。
- 77、刚开始看了点，还不错

《做好孕前准备怀上最棒一胎》

- 78、书不错很好！
- 79、看了这本书可以为孕前提供点帮助。
- 80、内容丰富，涉及面广，值得细读。
- 81、帮老婆买了。
结果老婆看了后，非要我看过不可。
为了儿女啊。看完了。
不错不错。
- 82、呵呵，你懂的，买了不会错
- 83、还不错，没有细读，大概翻了翻，内容还算齐全。
- 84、正在看，内容很有帮助，很详细，书的质量也非常好，值得购买
- 85、我觉得挺好的，很实用
- 86、对于我们这些备孕妈妈来说，还是不错的。
- 87、结婚了打算要宝宝，这本书很细致很实用
- 88、在这本书里，学到很多以前不知道的知识。是一本值得学习的书。。
- 89、做好孕前准备怀上最棒一胎 还不错
- 90、内容非常详细易懂的书 好书一本 比其他的理论类准妈妈备用书来得实用
- 91、很好的一本书，分月讲解，很有条理
- 92、对于准备头一胎的准妈妈来说，还是很有帮助的！
- 93、我非常满意!这本书对我和我的朋友、家人很有帮助!
- 94、正在看，内容很有帮助。
- 95、准备做妈妈了！~买了一本好书帮助我生一个健康的宝宝来完成使命，呵呵！~很不错哦！~推荐给大家！~
- 96、基本上从头看到尾 有些知识以前都不知道 感觉值得看看
- 97、还不错，推荐，孕前保养也很重要
- 98、看了好几遍，感觉浅显易懂，挺有指导意义的。
- 99、蛮喜欢此书和老公一起看，打算明年怀宝宝，学到很多东东
- 100、非常好的一本书，科学，而且很实用，编排也好，很详细的写了每月应该干什么，便于制订计划，印刷质量不错，且不是乱抄抄随便粘贴的，很好的一本书
- 101、这本了解基本知识还是可以的。

《做好孕前准备怀上最棒一胎》

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：www.tushu000.com