

《二宝妈妈研究“生”笔记》

图书基本信息

书名：《二宝妈妈研究“生”笔记》

13位ISBN编号：9787512713487

出版时间：2017-1

作者：牵牛妈

页数：213

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

《二宝妈妈研究“生”笔记》

内容概要

一个家庭事业两不误的辣妈，认真细致地总结了从备孕、怀孕到分娩、育儿各个阶段的心得体会和实用经验，感性文艺的认识和理性科学的知识结合，不失为女青年走向成熟的必修课。

《二宝妈妈研究“生”笔记》

作者简介

牵牛妈，主流媒体人，育有一儿（牵牛）一女（麦穗）。热衷文艺，有“活的孕产字典”和“知心豆姐”的美誉，已为周边及网络上的数百余名准妈爸进行过口头和一对一的孕产育儿指导，并兼顾心理咨询和情感顾问。天涯发帖《生吧，生吧——80后知识女青年生娃实战手记》两周点击过百万，2011年出版的《没经验准妈妈“研究生”笔记》盘据孕产类新书榜榜首，并长期为《父母》、《孩子》等母婴杂志撰写专栏。

《二宝妈妈研究“生”笔记》

书籍目录

文艺女青年这种病，生俩孩儿都好不了	001
第一章 歪打正着的备孕	
01 牵牛妈备孕实录	006
遭遇空囊	006
艺高人胆大	008
生吧生吧：写给那些怕生小孩的人	010
02 牵牛妈研究“生”笔记	017
备孕二三事	017
如何判断是否怀孕	022
第二章 喜忧参半的孕早期（0~3个月）	
01 牵牛妈孕早期实录	028
一夜大肚	028
要不要穿防辐射服	029
如何对付折磨人的孕吐	031
关于“啪啪啪”（性生活）	033
02 牵牛妈孕早期研究“生”笔记	034
孕期用药安全提示	034
如何推算预产期	038
第三章 飞速而过的孕中期（4~7月）	
01 牵牛妈孕中期实录	042
“大胃黄”的雄起	042
大夫说只要没毒的都能吃	044
我的着衣口号：坚决不当机器猫	045
所谓母爱	052
隐形眼镜惊魂	054
孕傻乎？智商乎	056
无厘头胎教	057
孕妇不是罪犯	060
如何调控孕期情绪：保持钢管粗的神经	062
02 牵牛妈孕中期备忘	065
孕期食物“黑名单”	065
孕期推荐书目和电影	069
03 牵牛妈的孕中期研究“生”笔记	076
孕期体重增长标准	076
孕期合理膳食结构	079
孕期能不能化妆	081
产前检查	083
唐筛VS糖筛	085
第四章 孕晚期攻坚战（8~10月）	
01 牵牛妈孕晚期实录	090
有肚的地方就有江湖	090
理想儿子	092
当孕妇失眠时，她在想什么	095
大肚婆时期的浪漫	096
拿什么拯救你，我的妊娠纹	097
脐带绕颈，摔一次绕一次	098
02 牵牛妈孕晚期研究“生”笔记	101

《二宝妈妈研究“生”笔记》

怎样看懂孕期B超检查单	101
如何应对孕期失眠	104
孕晚期常见不适	105
孕晚期自我监护	109
关于产前乳腺检查	111

《二宝妈妈研究“生”笔记》

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