

# 《夫妻孕产280天》

## 图书基本信息

书名：《夫妻孕产280天》

13位ISBN编号：9787538435511

10位ISBN编号：7538435514

出版时间：2008-4

出版社：杨梦庚 吉林科学技术出版社 (2008-04出版)

作者：杨梦庚 编

页数：200

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](http://www.tushu000.com)

# 《夫妻孕产280天》

## 内容概要

《夫妻孕产280天》是一本准爸爸准妈妈操练“孕育”的实用“教材”！告诉你们孕前产后准爸爸、准妈妈应该怎么办？让你们第一次当父母就上手！孕育健康宝宝是一项伟大的“事业”，为了宝宝，为了我们深爱的家庭，请准爸爸、准妈妈腾出一些宝贵的时间和我们一起学一学为人父母的功课吧！《夫妻孕产280天》以“孕育”、“夫妻关系”、“爱家”为主题，从孕前、孕中，分娩的生活中的各个方面，如孕期的饮食、运动、心理监护、性生活等等。

## 书籍目录

第一章 孕育准备：孕育“爱的结晶”需要你 and 老婆一起准备

第一节 做好“计划”生育

- 1.需要和老婆探讨的问题
- 2.把经济计划也考虑进需要考虑的问题
- 3.把经济计划也考虑进需要考虑的问题
- 4.把握最佳受孕时机
- 5.专家提供的备孕计划表

第二节 一起监测

- 1.你应该知道老婆什么时间最易受孕
- 2.从新婚期就开始指导老婆测基础体温
- 3.你应该知道的排卵期测定的其他方法
- 4.影响受孕成功的因素

第三节 孕前检查为优生优孕开具健康通行证

- 1.老公该做的孕前检查
- 2.陪她做体检
- 3.你应该知道的排卵期测定的其他方法
- 4.影响受孕成功的因素

第四节 要怀孕，先治病

- 1.给自己和老婆的身体做一个评估
- 2.孕前必须治疗的疾病
- 3.疫苗能帮老婆避免一些疾病

第二章 孕期心理：做老婆孕期情绪的“稳定剂”

第三章 孕期营养：当“两代人”的营养配师

第四章 孕期运动：做老婆“孕”动的陪练员

第五章 孕期生活：全程打理老婆的孕期细节

第六章 孕期性生活：注意方式，体贴与节制并重

第七章 孕期异常处理：为老婆消除一切孕期隐患

第八章 孕期胎教：和老婆一起教授“宝宝的第一课”

第九章 分娩时刻：为老公变为爸爸做最后一战

第十章 产后保健：对坐月子的老婆要无微不至

# 《夫妻孕产280天》

## 章节摘录

# 《夫妻孕产280天》

## 编辑推荐

在孕前就决定胎儿的健康，孕期准妈妈度过幸福的280天，“伺候月子”是做老公的幸福夫妻变身新手父母科学养育新生儿。《夫妻孕产280天》科学的孕产计划，准爸爸准妈妈的“孕期手册”。

# 《夫妻孕产280天》

## 精彩短评

- 1、浏览了一下，内容还算全面，不枯燥。
- 2、不错配送时间也很快

# 《夫妻孕产280天》

## 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](http://www.tushu000.com)