

# 《育儿书》

## 图书基本信息

书名：《育儿书》

13位ISBN编号：9787543649811

10位ISBN编号：7543649810

出版时间：2009-1

出版社：珍妮特·沃莉、彭妮·辛金、安·开普勒、王蕙芳 青岛出版社 (2009-01出版)

页数：167

译者：王蕙芳

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)

# 《育儿书》

## 内容概要

《育儿书》将帮助您在孕期保持健康舒适、心情愉快，大大减轻心理压力；做好分娩的计划安排，使生产更加安全顺利；学习更多育儿知识，信心十足地护理宝宝！在妊娠最初三个月内，虽然你感觉不到任何胎动，但成长中的胎儿越来越好动了，他拳打脚踢，一边吞咽羊水，一边在羊水里撒尿。羊水每天多次更新保持清洁。

# 《育儿书》

## 作者简介

作者：(美国)珍妮特·沃莉 (美国)彭妮·辛金 (美国)安·开普勒 译者：王蕙芳

## 书籍目录

第一章 怀孕开始怀孕胎儿什么时间出生？孕期发生哪些变化？孕期问答准爸爸应注意的事项第二章 孕期保健产前保健很重要什么时间应该给医生或助产士打电话？孕期常见问题第三章 孕期健康孕期健康食谱 锻炼保健 健康的生活方式远离其他有害物质常见孕期不适怎么办？第四章 产前准备 参加产前培训班产前准备 提前看医院或生产中心的产房填写医院或生产中心的入住表格备好衣物，准备入住医院或生产中心生产计划第五章 生育宝宝：分娩分娩开始与分娩相关的医疗用词宫缩是何种感觉？辨别分娩期分娩：第一产程分娩：第二产程娩出胎盘：第三产程产后几个小时第六章 分娩过程中，产痛怎么办？产痛的原因克服产痛的技巧减轻背部疼痛的办法分娩中的镇痛药分娩中减少使用药物的方法克服产痛小贴士第七章 分娩和剖腹产在自然分娩开始前，进行分娩急产慢产剖腹产结语第八章 与宝宝相处：你是妈妈了回家照料自己帮助与支持产后健康避孕和性行为生育宝宝，改变生活第九章 婴儿喂养母乳喂养配方奶喂养第十章 婴儿护理了解宝宝婴儿哭了怎么哄？婴儿的日常护理让宝宝健康、安全地成长再育家庭须知新爸爸须知

## 章节摘录

插图：

# 《育儿书》

## 编辑推荐

《育儿书》由青岛出版社出版。在孕期保持健康舒适，心情愉快，大大减轻心理压力。做好分娩的计划安排，使生产更加安全顺利。学习更多育儿知识，信心十足地护理宝宝。

## 精彩短评

1、挺实用的育儿手册

## 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)