

《孕产妇怎么保健》

图书基本信息

书名：《孕产妇怎么保健》

13位ISBN编号：9787543952737

10位ISBN编号：7543952734

出版时间：2012-4

出版社：上海科学技术文献出版社

页数：267

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

《孕产妇怎么保健》

内容概要

这本《孕产妇，怎么保健》由易磊、林敬主编。孕产妇，不同的阶段需要吃什么，又不能吃什么？应如何把握胎教的分寸，既要做得好，又要防止过犹不及？该做哪些检查，又该在什么时候做？能出门旅行吗，又该注意什么问题？是什么原因导致了妊娠意外，又该如何应对？

如何保健，远不是孕产妇一个人的事儿，也不只是两个人的事儿，是一家人的事儿。怎么办？《孕产妇，怎么保健》是你必备的经典图书！

《孕产妇怎么保健》

书籍目录

- 第一章 孕前期——好保健助你交“好孕”
- 第二章 孕1月：准妈妈“若无其事”
- 第三章 孕2月：准妈妈“妊娠呕吐”
- 第四章 孕3月：准妈妈“食欲不振”
- 第五章 孕4月：准妈妈“胎盘形成”
- 第六章 孕5月：准妈妈“乳胀明显”
- 第七章 孕6月：准妈妈“腹部凸显”
- 第八章 孕7月：准妈妈“静脉曲张”
- 第九章 孕8月：准妈妈“四肢浮肿”
- 第十章 孕9月：准妈妈“产道柔软”
- 第十一章 孕10月：准妈妈“子宫湿软”
- 第十二章 月子期：新妈妈“无微不至”
- 第十三章 异常排解：生活调理方，疾串一扫光

《孕产妇怎么保健》

编辑推荐

这本《孕产妇，怎么保健》由易磊、林敬主编。本书系统、全面地对孕期保健的细节做了详尽的指导建议，即使你是第一次怀孕也不用担心，所有与孕育紧密相关的问题，你可以在这里一一得到了解，所有有关孕育的困惑，你也可以在细细研读中找到答案……总之，你最想了解的、你最应该知道的各种孕产期保健知识，本书将一一介绍。

《孕产妇怎么保健》

精彩短评

- 1、挺好的书，应该多看，建议不懂得同志多看看
- 2、这本买得最失败了，前几页还在说这个东西不能吃，后几页居然介绍这个东西为主要材料的营养食谱。到底能不能吃。前面讲太极拳，后面又原封不动的出现同样的内容。太没诚意了。
- 3、怀孕期间的妇女身体免疫力会降低，如何保健还真得买本书看看，学习中

《孕产妇怎么保健》

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