

# 《优孕安产坐月子56周必修课》

## 图书基本信息

书名：《优孕安产坐月子56周必修课》

13位ISBN编号：9787506478830

10位ISBN编号：7506478838

出版时间：2011-10

出版社：中国纺织出版社

作者：郑媛媛

页数：209

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)

# 《优孕安产坐月子56周必修课》

## 内容概要

《优孕·安产·坐月子56周必修课(典藏版全彩图文)》，本书是来自一线的妇幼保健专家的孕产课程精华全放送，详细介绍了怀孕优生坐月子的理论知识和技术方法。

# 《优孕安产坐月子56周必修课》

## 作者简介

中华医学会围产学会北京分会委员，新浪网亲子中心特邀育儿专家，北京海淀区妇幼保健院原业务院长，北京玛丽妇婴医院院长、妇产科特聘专家

# 《优孕安产坐月子56周必修课》

## 书籍目录

产检时间速查孕期账单一目了然Part 1 完美备孕12周Part 2 完美孕育40周Part 3 轻松坐月子

# 《优孕安产坐月子56周必修课》

## 章节摘录

孕期第14周 别忘了进行唐氏综合症的筛查哦。 孕妈妈的样子。 本周，孕妈妈的身体显得越发丰满，乳房也逐渐增大，而乳晕的面积在加大的同时颜色也变得更深，乳头周围还会凸出一些小点点。这时有些孕妈妈的乳头会分泌出一些淡黄色或浅白透明的“初乳”。 完美胎教。 到这周，胎宝宝的生长发育非常快，听觉能力有了明显的提高，音乐胎教的内容可以更为丰富些。如大提琴独奏曲、低音歌声或乐曲之类。如果准爸爸能低音唱歌或者哼一些曲调，胎宝宝会更容易接受。如果准爸爸坚持和妻子一起写写孕期日记，并且在合适的时间内读给宝宝听，也是一种很不错的胎教。 &hellip;&hellip;

# 《优孕安产坐月子56周必修课》

## 编辑推荐

郑媛媛编著的《优孕·安产·坐月子56周必修课（典藏版）》由来自一线的妇幼保健专家，助你轻轻松松度过完美孕期。从准备怀孕的孕前12个月开始，按月进行宝宝发育进程、妈妈身体变化、饮食、生活、疾病、胎教等多方面的阐述，力求使准爸妈们对怀孕各个阶段的特点、知识、可能出现的问题以及应该采取的应对方法形成全面而明晰的了解，在科学的指导下战胜自己所遇到的困难，拥有幸福、完美的孕期生活。孕期结束后，针对新妈妈产后恢复容易遇到的问题，本书还增加了关于“坐月子”的内容，希望能为生完宝宝后不知如何尽快恢复的准爸妈们提供帮助。

# 《优孕安产坐月子56周必修课》

## 精彩短评

- 1、和书店的一模一样，还便宜一半，开心
- 2、图占太多，字太少，其他还行
- 3、没有生育经验只有靠读书
- 4、类容比较全面，但是简单了点。
- 5、光看封面就被其温馨的设计吸引，收到书后，果然没有让我失望，精良的铜版纸印刷、精美的孕妇大图、翔实的内容注解，让我这个身怀三甲的孕妇忘记了孕期的不适，如饥似渴地拜读起来。好多知识都是之前所不了解的，有了这本书，我的孕期就有参考的宝典啦，赞，非常赞。。。
- 6、书还行，当当的物流真是太无语了。
- 7、刚买了一本，看完后觉得非常实用，很有指导性，尤其是对于那些初为人母的准妈妈来说，可以帮助解决很多实际的问题；后来，从当当上给朋友们的买了几本，评价都很不错！赞！
- 8、书的内容很全面，还有图~很不错！
- 9、买的时候已经6个月了，到手感觉没太大用处了，建议准备要宝宝的可以参考。
- 10、这本书的内容不错，值得购买，质量也好
- 11、书很全面，不错，还比外面便宜一半！
- 12、内容比较多，但不是很细致，但作为怀孕初期的准备书算很好的了！
- 13、从备孕开始说起，备孕12周，加上孕期40周，所以是56周。  
书的印刷质量不错，彩页的，有好多图片，真人、实物拍摄，看着舒服的。  
内容也比较齐全，很详细。  
重点说了孕期，因为孕期是比较长的，也是重点吗。月子月子，一个月。  
产检时间表非常贴心，时刻提醒迷糊妈妈。完美孕育周记，可以自己写一些文字，以后看看应该很美妙，很幸福吧。
- 14、大概的看了看，内容丰富，但不冗余，还有图片，对于我们什么都不知道的来讲，是值得看一看，了解了解的

# 《优孕安产坐月子56周必修课》

## 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)