

# 《完美胎教一日一页》

## 图书基本信息

书名：《完美胎教一日一页》

13位ISBN编号：9787512707150

出版时间：2013-7-1

作者：李琳

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.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《完美胎教一日一页》

## 内容概要

《完美胎教一日一页》按照280天的胎儿孕育过程，从胎教形式、胎教内容、时间安排、胎教方法、胎教作用等方面，为准父母提供了孕育聪明宝宝的专业指导方案。为准妈妈们介绍最前沿的胎教方法，揭开孕期胎儿与您身体变化的神秘面纱，从衣食住行全方位地帮助准妈妈保持轻松的心态，良好的情绪，从容度过孕期每一天。

## 书籍目录

孕1月（第1～28天）

- 第1天 胎教是什么
- 第2天 “六感”与胎教
- 第3天 怎样做胎教
- 第4天 环境与胎教
- 第5天 别走进胎教的误区
- 第6天 胎教也有禁忌
- 第7天 怀孕各阶段的胎教方案
- 第8天 优生胎教的可能性
- 第9天 孕前的营养胎教
- 第10天 孕前的运动胎教
- 第11天 孕前的心理胎教
- 第12天 怀孕1个月的营养胎教
- 第13天 情绪与胎教
- 第14天 遗传是胎教的先决条件
- 第15天 受精卵：生命的开始
- 第16天 真的怀孕了吗
- 第17天 孕早期腹痛的鉴别与处理
- 第18天 补充叶酸别轻视
- 第19天 妊娠期性生活要小心
- 第20天 什么时候开始产前检查
- 第21天 孕期检查要知道
- 第22天 非常重要的受精卵“着陆”
- 第23天 孕期每月营养胎教
- 第24天 妊娠早期居家注意事项
- 第25天 孕妇的小小变化
- 第26天 避免与宠物接触
- 第27天 尽量吃温热的食物
- 第28天 时常散散步

孕2月（第29～56天）

- 第29天 准爸爸参与环境胎教
- 第30天 重新挑选化妆品
- 第31天 情绪胎教应该是一件很自然的事情
- 第32天 频繁孕吐让孕妇没心情胎教怎么办
- 第33天 准爸爸要傲哪些事
- 第34天 开始推算预产期

.....

孕3月（第57～84天）

孕4月（第85～112天）

孕5月（第113～140天）

孕6月（第141～168天）

孕7月（第169～196天）

孕8月（第197～224天）

孕9月（第225～252天）

孕10月（第253～276天）

# 《完美胎教一日一页》

## 精彩短评

1、和市面上其他胎教书大同小异，不知道谁抄谁的。

# 《完美胎教一日一页》

## 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.tushu111.com](http://www.tushu111.com)