

《好孕40周优生方案》

图书基本信息

书名：《好孕40周优生方案》

13位ISBN编号：9787546404974

10位ISBN编号：7546404975

出版时间：2011-11

出版社：成都时代出版社

页数：217

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

《好孕40周优生方案》

内容概要

《好孕40周优生方案(超级畅销版)(附盘)》，孕妈咪最关心的问题，或一知半解、认知有误的事物，皆能从林月和笑笑编著的书中得到答案与启迪，是现代时尚孕妈咪们值得信赖的必备宝典。书中详细的讲述、贴心的专业指导将安抚你忐忑不安的心情，帮助你从手足无措的新手变身举重若轻的从容妈咪。

书籍目录

第一章 备孕，预约健康宝宝

- 一、孕育，让女人更健康
- 二、孕前常规检查
- 三、孕前常见疾病及应对策略
- 四、孕前营养补充越早越好
- 五、爱上“孕”动，爱上健康的感觉

第二章 孕早期(7~3个月)

- 一、孕1月，天使初降临
- 二、孕2月，胎宝宝初现“人形”
- 三、孕3月，“害喜”孕妈咪

第三章 孕中期(4~7个月)

- 一、孕4月，胎宝宝初长成
- 二、孕5月，胎教关键期
- 三、孕6月，孕妈咪艰苦期
- 四、孕7月，预防早产最重要

第四章 孕晚期，(8~10个月)

- 一、孕8月，胎宝宝开始耳聪目明
- 二、孕9月，胎宝宝发育成熟
- 三、孕10月，你做好准备了吗

第五章 产后恢复期

- 一、产后24小时自我护理
- 二、产后49天调理日程表
- 三、产后身体复原监测
- 四、健康升级，产后检查细则
- 五、要健康，要美丽，做s体形辣妈

《好孕40周优生方案》

编辑推荐

孕妈咪最关心的问题，或一知半解、认知有误的事物，皆能从林月和笑笑编著的《好孕40周优生方案》中得到答案与启迪，是现代时尚孕妈咪们值得信赖的必备宝典。书中详细的讲述、贴心的专业指导将安抚你忐忑不安的心情，帮助你从手足无措的新手变身举重若轻的从容妈咪。

《好孕40周优生方案》

精彩短评

- 1、对照书本学习优生方案！不错！
- 2、书是正本，看着还行，店家很给力，物流也很快！
- 3、打算要小宝宝，这本书有点指导意义。
- 4、晚上定的 第二天上午就到了 很好 书质量也不错
- 5、在看，还不错

《好孕40周优生方案》

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