

《完美孕产——备孕、妊娠、胎教、分娩、育儿全 程指导》

书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2015年06月01日

开本：16开

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787506773799

内容简介

本书介绍了备孕、妊娠、胎教、育婴等知识，从孕期的备孕常识、产检安排、无痛分娩、早教知识到常见疾病防治常识，全面而完整地提供专业的咨询，让准爸妈能经由本书，在优孕、胎教、育儿过程中得心应手。适合广大的准爸妈阅读使用。

目录

第一章 孕前准备

- 1.如何生一个健康聪明的孩子?
- 2.都说优生要提前12个月准备，那都准备什么呢?
- 3.为什么怀孕需要做心理准备?
- 4.为什么怀孕会让很多夫妻觉得不适应?
- 5.为什么丈夫也要做好心理准备?
- 6.为什么孕前要多做锻炼和产外活动?
- 7.为什么在准备怀孕前丈夫也要运动
- 8.怀孕前可以喝咖啡、可乐吗?
- 9.备孕期间生活细节方面有哪些需要注意的吗?
- 10.哪些食物可以提高生育能力?
- 11.哪些食物有利于身体排毒?
- 12.孕前期妇女膳食指南
- 13.为什么育龄妇女需要在孕前开始补充叶酸?第一章 孕前准备
- 1.如何生一个健康聪明的孩子? 2.都说优生要提前12个月准备，那都准备什么呢?
- 3.为什么怀孕需要做心理准备? 4.为什么怀孕会让很多夫妻觉得不适应?
- 5.为什么丈夫也要做好心理准备? 6.为什么孕前要多做锻炼和产外活动?
- 7.为什么在准备怀孕前丈夫也要运动 8.怀孕前可以喝咖啡、可乐吗?
- 9.备孕期间生活细节方面有哪些需要注意的吗? 10.哪些食物可以提高生育能力?
- 11.哪些食物有利于身体排毒? 12.孕前期妇女膳食指南
- 13.为什么育龄妇女需要在孕前开始补充叶酸? 14.怀孕前丈夫也要补充叶酸吗?
- 15.为什么贫血妇女怀孕不利于母婴健康? 16.怎样预防育龄妇女贫血?
- 17.围孕期缺碘可导致后代智力和体格发育障碍吗? 18.怎样预防碘缺乏?
- 19.为什么孕前3—6个月需要戒烟? 20.为什么孕前3—6个月需要禁酒?
- 21.为什么孕前要做体检? 22.孕前检查的详细内容有哪些? 23.到什么样的医院做孕前检查?
- 24.去医院检查应挂哪个科的号? 25.去医院检查前准备什么? 26.优生检查都检查什么呢?
- 27.哪些人需要做优生检查? 28.如何看懂优生检查的结果报告单呢?
- 29.精液检查意义及参考值 30.精液检查注意事项有哪些? 31.为什么怀孕前要先看看牙科?
- 32.怀孕前防疫疫苗都什么时候打中 33.怀孕需要提前几个月停避孕药?
- 34.为什么孕前要慎用药物? 35.导致出生缺陷的主要因素有哪些?
- 36.女性健康受孕有哪些禁忌? S7.何谓好的受孕时间? 38.特殊妇女何时受孕9

39.性生活频率影响怀孕吗? 40.采用什么样的姿势有助于受孕? 41.怎样选择同房时机?
42.怎么推算排卵日期? 43.同房后大部分精液都流出会影响受孕吗?
44.性高潮能提高受孕几率吗? 45.怎样自我监测排卵情况? 46.怎样测量基础体温?第二章
孕期第三章 分娩第四章 产后第五章 母乳喂养第六章 新生儿代理
[显示全部信息](#)

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