

《孕前优生准备每日一页》

书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2013年02月03日

开本：12k

纸张：

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787533758639

编辑推荐

《孕前优生准备每日一页》是由权威专家倾力打造的孕前调养手册；关怀妈妈、呵护宝宝的贴心指导读本；每一天都有孕产专家的贴心指导，每一页都有备孕夫妇不可不知的孕前调养知识。

内容简介

无论是妈妈的憧憬，还是爸爸的期盼，宝宝的到来都会让整个家庭为之欢欣。马上就要步入丰富多彩的孕期生活了，年轻的准父母们，你们做好了迎接好“孕”的准备了吗？

《观止阁·孕育保健系列：孕前优生准备每日一页》由全国知名孕产专家编著，从孕前6个月开始，对备孕夫妇每一天需要做的事都进行了充分的说明，对每一天需要注意的生活细节都做了温馨的提示，以期帮助每一位女性带着一份美丽的心情踏上幸“孕”的旅程，从而让期盼已久的宝宝如期而至。

作者简介

郑国权，女，毕业于白求恩医科大学临床医学系。现任北京玛丽妇婴医院妇产科主任、东方乳腺病研究所所长、东方不孕不育研究所所长，擅长妇产科疾病诊治，尤其擅长围生期保健及不孕不育疾病的治疗。已出版多部孕育类畅销书，如《完美孕前准备大百科》、《完美怀孕安产大百科》、《图解完美孕产一本全》等。

目录

第一篇 提前6个月，正式进入备孕期

第180天 不要错过最佳怀孕年龄
第179天 为怀孕做一个全面的规划
第178天 受孕成胎全程揭秘
第177天 正常怀孕必备的硬件条件
第176天 了解月经期与排卵期
第175天 每一个月经期都要重视保健
第174天 月经期要注意的生活细节
第173天 月经不调是优生的绊脚石
第172天 月经不调要尽早纠正
第171天 卵巢功能健康自测
第170天 女性卵巢其实很脆弱
第169天 日常保养卵巢的方法
第168天 常练瑜伽对保养卵巢有好处

[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)