

# 《阿米的快乐孕期（超级乌龙美辣妈怀孕40周快乐宝典）》

## 书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2012年07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：9787544728188

## 编辑推荐

其实怀孕很简单

只需要拿出一点点勇气

超级乌龙美辣妈怀孕40周快乐宝典

临床医学博士徐蕴芸、食品工程专业博士云无心专业指导

40道健康美味孕期菜

二人世界中总感觉缺点儿什么，是什么呢？哦，是一个可爱的小baby。是该考虑要一个孩子了。可是可是，怀孕时的样子会不会很难看？光洁如凝脂的脸上会不会因怀孕而增添很多妊娠斑？小肚子上会不会无端出现许多讨厌的妊娠纹？身材会不会走形？还有，生孩子时会不会很痛？孩子出生后会不会侵占我们的二人世界？

……  
纠结于“怀孕恐惧症”中的准妈咪和备孕女同胞们，古灵精怪的知名辣妈阿米乐于与你们一起分享怀孕中所有恐惧、忧虑和欢乐。她要用自己时而乌龙时而胆怯时而精进——却总是一路高歌勇闯孕程40周的“大笑姑婆”态度，告诉大家：所有疑虑都是多余的，怀孕真是太幸福了！它会让你变美丽、变积极、变迷人、变宽容……

相信吗？你会爱上怀孕的自己。快乐地迎接宝宝吧！

阿米怀孕语录：

擦破点儿皮算什么，我孩子都生过；

感冒发烧算什么，我孩子都生过；

上班堵车算什么，我孩子都生过；

加班没给钱算什么，我孩子都生过；

……

## 内容简介

本书是一个美丽辣妈的怀孕心得，把怀孕过程分为40周，在一个个轻松的怀孕故事中穿插每个阶段的身体状况、胎儿的状态、需要注意的事项等怀孕常识，并附有40道孕期菜谱。孕产知识部分特请原北京协和医院产科大夫徐蕴芸做了专门指导，孕期菜谱部分特请科学松鼠会成员云无心老师做了专门指导。版式新颖别致，图文并茂，装帧精美，令人有耳目一新的感觉。能使准妈妈们在快乐中获得怀孕中需要注意的事项，可读性、可操作性强。

## 作者简介

阿米，本名胡凌竹，四川人。美食作家，在《都市主妇》、《女友》、《俏丽Style》、《健康娃娃》、《健康准妈妈》等杂志开设美食专栏，并出版个人食谱系列丛书。2009年一次美丽的小意外让她的美味世界多了一位叫做张小糯的小朋友。是厨娘更是小糯她娘，每日做饭写文儿带娃，与读者分享人生更多乐趣。

徐蕴芸，临床医学博士，《时尚健康》（Men's Health）编辑，科学松鼠会成员，专栏作家，美食家，曾为北京协和医院产科大夫。她为本书的孕产知识部分作了理论指导。云无心，清华大学生物学硕士、美国普渡大学农业与生物系食品工程专业博士，科学松鼠会成员，科普作家。主要作品有《吃的真相》（一、二）。

## 目录

### 题记

### 序 准爸爸应该学会的事

### PART

#### 怀孕早期 1—12周

#### 第1周?你孕前检查了吗?

孕前检查是必须的吗?

孕前检查没做怎么办?

#### 第2周?可怕的疫苗

本周注意事项：健康生活是关键

疫苗的注射对胚胎有什么影响吗?

抽烟、喝酒对胚胎有什么影响?

#### 第3周?早孕征兆：这是病了吗?

本周注意事项：营养要跟上

怀孕会有征兆吗?

[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)