

《坐月子怎么吃、新生儿怎么养》

书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2011年06月01日

开本：12k

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787506474627

内容简介

分娩消耗了新妈妈大量的体力，所以产后要对消耗的体力进行补充。而且接下来的哺乳对新生儿来说也是一个重要的营养补给站，因此，在坐月子期间，为了满足母子二人的营养需求，对于新妈妈的产后营养、调理需要特别注意。

赵天卫审定的《坐月子怎么吃新生儿怎么养》将你的月子期和宝宝护理进行全面的指导，本书超值赠送有“好孕随身查小手册”，孕妈咪及宝宝健康饮食全方案。

目录

第一章 产后营养资讯

新妈妈产后要注意营养

营养不足对新妈妈和新生儿都不利

产后最应该吃的食物

产后不宜立即服用鹿茸

新妈妈服用人参要注意

新妈妈患病食疗要“对症下药”

产后补红糖宜适量

常喝麦乳精影响乳汁分泌

月子里不宜饮用茶水

让新妈妈迅速修复身体的营养素

月子期最应补充的营养食品

产后不挑食胜过“大补”

产后可以喝点葡萄酒

[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)