

<<孕妇健康生活>>

图书基本信息

书名：<<孕妇健康生活>>

13位ISBN编号：9787508729053

10位ISBN编号：7508729056

出版时间：2010-1

出版时间：中国社会

作者：王增//王和亿//刘素芬

页数：194

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：<http://www.tushu007.com>

<<孕妇健康生活>>

内容概要

众所周知，孕妇在生活中禁忌多多，那到底都需要注意什么呢？
孕前应掌握的基本知识有哪些？
孕妇的穿着、饮食、生活工作环境、用药等与保健有怎样的联系？
胎教应注意些什么呢？
书中将一一揭开孕妇健康生活的秘笈。

<<孕妇健康生活>>

书籍目录

第一篇 孕前应掌握的基本知识 1. 孕前妇女最关心的数字 2. 哪些妇女不适合怀孕 3. 孕前应做哪些常规检查 4. 孕前必须治好哪些妇科疾病 5. 孕前最好先接种预防针 6. 孕前优生应掌握的最佳生育年龄 7. 女性受孕的三个基本条件 8. 受孕的最佳时机 9. 下午五时为女性最易受孕时间 10. 禁欲不利优生 11. 夫妇都肥胖怀孕较困难 12. 心理疗法帮助女性恢复生育能力 13. 女性情绪不佳不易受孕 14. 孕前男女双方均需护肾 15. 服用多维片(剂)有助妇女怀孕 16. 哪些妇女易发生宫外孕 17. 旅行结婚影响优生 18. 长期服药的育龄妇女莫急于怀孕 19. 去掉避孕环短时间内莫受孕 20. 哪些食物能增强生育能力 21. 孕前最忌营养摄入不足 22. 想怀孕的女性应少吃肉 23. 妇女孕前莫食用黑棉籽油 24. 妇女怀孕前不要饮酒 25. 妇女怀孕前不要吸烟 26. 育龄夫妇慎饮“可乐” 27. 男性常用发胶影响生育 28. 孕前美甲易伤害腹中胎儿 29. 怀孕自测法

第二篇 孕妇穿着与保健 1. 选择孕妇服要适应体形变化 第三篇 孕妇盥洗与保健 第四篇 孕妇饮食与保健 第五篇 孕妇居住与保健 第六篇 孕妇生活环境与保健 第七篇 孕妇活动与保健 第八篇 孕妇身心与保健 第九篇 孕妇胎教与保健 第十篇 孕妇保健提醒 第十一篇 孕妇用药与保健

<<孕妇健康生活>>

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:<http://www.tushu007.com>