

<<生个健康聪明的宝宝>>

图书基本信息

书名：<<生个健康聪明的宝宝>>

13位ISBN编号：9787538524383

10位ISBN编号：753852438X

出版时间：2004-6-1

出版时间：北方妇女儿童出版社

作者：赵妍姬,李梅花,李春晖,金晶

页数：242

译者：李梅花,李春晖,金晶

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>

<<生个健康聪明的宝宝>>

内容概要

《生个健康聪明的宝宝》是一本准妈妈准爸爸必备之书。

和以往的书有所不同，本书为准妈妈准爸爸们的所有疑惑提供了详细的解答。

而且我们将怀孕期间需要的信息按时间做成了一张有10个月份的挂历，您将它贴在明显的地方，很容易就会知道宝宝的生长情况。

还有，您还可以把医院和保健所的电话附在后面，它们是您在怀孕期间和抚养宝宝时不可缺少的，请您一定妥善保管，在紧要关头它会给您带来帮助。

此书分为两个大部分：第一部分是怀孕。

这里又分为以下几个小部分。

怀孕前身心的准备，孕育宝宝的技巧，怀孕前的一些疑惑和怀孕期的小挂历。

从怀孕的第1个月到第10个月，我们按月份将每个月必需的资料编辑在一起，方便您的查阅。

比如说，打开第5个月的挂历，此书就会详尽地向您——阐述5个月胎儿的发展状态，孕妇的生活守则，这个月身体检查要进行的项目以及怀孕5个月时的饮食生活资料和此时需要进行的胎教项目。

而且此书是以童话作家，两个孩子的母亲蔡仁善的生活经验为基础编辑的，相信会给您带来更多的感动。

在“爸爸必读”中记录了爸爸要为妻子和宝宝做的一些事情。

不要只是埋怨丈夫不够体贴，让他读一下“爸爸必读”吧！

接下来的部分集中介绍了每个月最为重要的事情。

例如怀孕2个月时选择妇产医院的要领，3个月时如何防止流产，4个月时如何判断宝宝是否是畸形婴儿等等。

第二部分是分娩。

肚子一天天大了起来，越来越担心分娩的那一瞬间。

根本无法想像到底怎么才能把宝宝安全地生出来。

有一句话叫做“知己知彼，百战不殆”。

如果知道了分娩的方法，既可以减少恐惧又可以为顺产做充分的准备。

而且此书还介绍了硬膜外麻醉和骚普劳尔基分娩等最新无痛分娩的资料，也可以减轻您的担忧。

生下宝宝以后最担心的就是产后调理了。

本书不仅介绍了产后恢复身体的秘诀，而且充分考虑到您虽然当妈妈了，也不能不顾自己的体形啊！

本书介绍的减肥食谱，运动减肥以及中药减肥能够让您比生育前更具魅力。

<<生个健康聪明的宝宝>>

书籍目录

卷首语“恭喜您，您怀孕了”学习明星的育婴诀窍吴贞海的自然主义育儿法Section 1 怀孕故事 怀孕的过程 准爸爸准妈妈的健康生活守则 准妈妈孕前需治疗的疾病 神奇的遗传故事 从经验得出的男孩女孩区分法 简单的预产期计算法 证明怀孕的多种症状 妊娠期的饮食生活0-3个月的妊娠故事 妊娠第1个月 孕育了新的生命 怀孕预想期开始就要小心再小心 妊娠第2个月 扑通、扑通……宝宝的心在跳呢 揭示怀孕的信号，害喜 每月胎教 让宝宝聪明起来的蛋白质食谱 综合、专门医院及个人产院优缺点对比&分娩费用 妊娠第3个月 流产多发期，请多加注意 怀孕初期出血疼痛之对策 每月胎教 有效预防治疗便秘的纤维素食谱 流产的原因&对策 妊娠0-4个月防止流产生活法4-7个月的妊娠故事 妊娠第4个月 胎盘已形成，进入安定期 怀孕中期的困难及克服 每月胎教 有效预防畸形儿的叶酸食谱 因为不了解，所以更加担心的畸形婴儿的产生及检查方法 妊娠第5个月 妊娠第6个月 妊娠第7个月8-10个月的妊娠故事 Section 2 分娩的故事所赠CD曲目：01.致爱丽丝 贝多芬02.“月光”奏鸣曲（第一乐章） 贝多芬03.小夜曲 海顿04.四季·春 维瓦尔迪05.小步舞曲（嬉游曲） 莫扎特06.天鹅湖 柴科夫斯基07.爱的喜悦 克莱斯勒08.小夜曲 舒伯特09.梦幻曲 舒曼10.天鹅 圣·桑11.双簧管协奏曲（第一乐章） 莫扎特12.双簧管协奏曲（第二乐章） 莫扎特

<<生个健康聪明的宝宝>>

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>