

孕育：准妈妈健康宝典



作者：《父母》杂志，多美滋编著

出版社：北京：中国轻工业出版社

出版日期：2007.07

总页数：160

介绍：孕育新生命，是女性的骄傲，也是最值得珍视的人生体验。在这个特殊的时期，健康第一位，任何其他的事情应该放在其次。准妈妈们要给自己的身心和肚子里的胎宝宝特殊的关注，比如按时做好产前检查，正确应对孕期的各种不适，注意营养，健康饮食，适度运动，增强免疫力，了解和预防各种孕期常见病，提前做好分娩准备，从容对付产痛和分娩……准妈妈要想做好这些事，并不像想象的那么简单，需要用心和意志去对待。这《孕育：准妈妈健康宝典》的内容紧紧围绕孕产健康展开，希望《孕育：准妈妈健康宝典》能带给女性朋友更多的好“孕”气，帮助女性朋友快乐怀孕，健康分娩。

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/11943705.html>）查找全本阅读方式

孕育：准妈妈健康宝典 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/11943705.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/11943705.html>

书名：孕育：准妈妈健康宝典